

Zertifiziertes Angebot Fit & Gesund bei der TSG Kronau

Am Mittwoch den 11. September 2024 startet der nächste Kurs

- Kraftausdauertraining
- Rücken- und Funktionsgymnastik
- Aerobic und Stepaerobic im Basicbereich
- Training mit verschiedenen Handgeräten z.B. Maxi-Elastikband, Brasils, Overball, Ballkissen, Hanteln, Stab.

Einfach mal vorbeischaun, reinschnuppern und mitmachen. Neueinsteiger oder Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen.

Ort: Handballförderzentrum
Zeit: 19.00 – 20.00 Uhr
Kosten: für insgesamt 12 Einheiten 24,00 € für Vereinsmitglieder und 48,-- € für Nichtmitglieder

Weitere Informationen und Anmeldung ab sofort bei
Brigitte Labudda
(B-Lizenz, DTB-Rückenkursleiter, DTB-Pilateskursleiter, DTB-Instructor Walking/Nordic-Walking)
per Email: brigitte-labudda@web.de oder auch unter Tel.-Nr. 07255/3384

Der Kurs ist ZPP zertifiziert und kann von den Krankenkassen bezuschusst werden.

Wir freuen uns auf Sie, Ihre TSG Kronau