

Am Mittwoch den 11. September 2024 startet das nächste Training Voraussetzung TSG Mitgliedschaft!

Gezielte Funktionsgymnastik für die Körperhaltung, Beweglichkeit, Kraft und Koordination. Der Kurs wird jedem Tempo und Alter gerecht – ruhig und ohne Hetze unter Berücksichtigung des individuellen Trainingszustandes jedes Einzelnen. Eine Dehnungseinheit am Schluss der Stunde rundet das Sportprogramm ab. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, einfach vorbeischaun und reinschnuppern

Ort: Handballförderzentrum
Zeit: 20.15h – 21.15h

Leitung:

Brigitte Labudda

(B-Lizenz, DTB-Rückenkursleiter, DTB-Pilateskursleiter, DTB-Instructor Walking/Nordic-Walking)

Gerne mal nachfragen unter Tel.-Nr. 07255-3384 oder per Email: brigitte-labudda@web.de
Wir freuen uns auf Sie, Ihre TSG Kronau