



Fit & Gesund

Für alle, die schon immer etwas für ihre Gesundheit und ihre Fitness machen wollten. Durch intensives, funktionelles Training mit und ohne Handgeräte wie Theraband, Hanteln und Pezziball verbessern wir bei flotter Musik unsere Kraft und Beweglichkeit vor allem in den Bereichen Bauch, Beine, Po und Rücken.

10x Dienstags 19.00 – 20.00 Uhr.
Gebühr: 30 Euro für TSV Mitglieder
Nichtmitglieder 50 Euro

Verbindliche Anmeldung bei unserer Geschäftsstellenleiterin des TSV Beuren Helga Oswald Tel. 07025-4733 und bei unserer Kursleiterin per Mail an Katja.Dropmann@web.de oder Tel. 07025-1360387.

Der Kurs findet **im Gymnastikraum** in der Turn- und Festhalle in Beuren statt (außer während der Schulferien).