

Gesundheitskurs beim TSV Glinde



Allgemeines Gesundheitstraining

Ein kraft- und ausdauerorientiertes Programm für die Gesundheit

Zertifiziert und hochqualitativ: Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT.

Starten Sie fit in den Frühling! Unser Kurs bietet den perfekten Einstieg in sportliche Betätigung. Gemeinsam mit Gleichgesinnten verbessern Sie Ihre Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Spaß an der Bewegung steht im Mittelpunkt. Die Kurseinheiten, mit und ohne Hilfsmittel, bringen nicht nur Wohlbefinden, sondern auch praktische Tipps für den Alltag. Werden Sie aktiv für Ihre Gesundheit und erleben Sie die positiven Effekte schon bald!

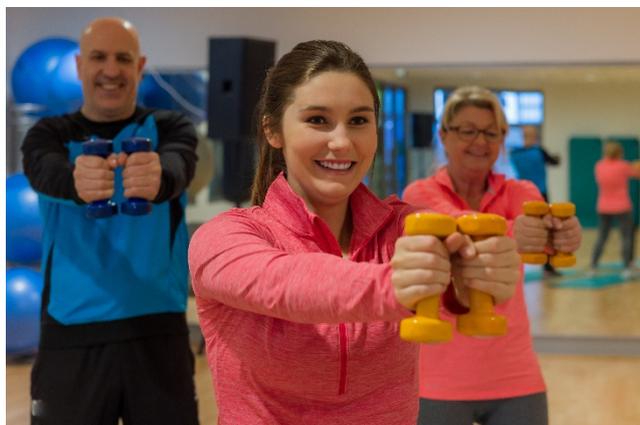
Start: 24.04. – 03.07.2024
(10 Termine)

Trainingszeit: mittwochs 11 – 12 Uhr

Treffpunkt: Tanzsportzentrum,
Raum 1

Übungsleiterin: Mouna

Kosten: 90 € Nichtmitglied
35 € Mitglied



Das Sportangebot ist mit dem Siegel Deutscher Standard Prävention ausgezeichnet und wird von der Krankenkasse bezuschusst oder komplett übernommen werden.



Anmeldung:
Schriftliche Anmeldung
über unser Kontaktformular →
info@tsv-glinde.de

