



TuS Hasede von 1928 e. V.

FUSSBALL · TURNEN · TISCHTENNIS.
WANDERN · LAUFTREFF · GYMNASTIK · AEROBIC

TuS Hasede von 1928 e.V. • 31180 Giesen OT Hasede • Michaela Fischer; Hannoversche Str. 22; 31180 Giesen OT Hasede

--- neuer Kurs --- neuer Kurs --- neuer Kurs --- neuer Kurs ---

Tae Box

Tae Box ist das energiegeladene Ganzkörpertraining zum fitwerden für Frauen und Männer jeder Altersgruppe.
In Tae Box werden Elemente aus Aerobic, Karate, Boxen und Teakwondo perfekt zu einem umfassenden Ganzkörper- Fitnessprogramm kombiniert.

Datum: 10 x ab Freitag, den 29.09.2023
von 19:00 - 20:00 Uhr in der Turnhalle Hasede

Termine:

1) 29.09.2023	6) 03.11.2023
2) 06.10.2023	7) 10.11.2023
3) 13.10.2023	8) 17.11.2023
4) 20.10.2023	9) 24.11.2023
5) 27.10.2023	10) 01.12.2023

Fallen angegebene Stunden aus, werden diese nach Absprache an einem anderen Freitag nachgeholt.

Entgelt: Mitglieder des Tus Hasede: 20,-€
Nichtmitglieder: 40,-€

Die Teilnahmegebühr ist vor dem Kurs in bar oder per Überweisung zu entrichten.

Information u. Anmeldung: bei Andreas Krause
Tel. 0176 41038738