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 -

„Bewegen statt Schonen“ (Rücken-Fit)

Datum: **15 x ab Freitag, den 15.08.2025**
von 18:00 – 19:00 Uhr

Durch gezielte Kräftigungsübungen für verschiedene Muskelpartien mit unterschiedlichen Geräten, soll eine Verbesserung der Muskelkraft-, Koordination- und Dehnungsfähigkeit erreicht werden!
In der Gruppe macht es besonders viel Spaß! 😊

Entgelt: Mitglieder: 40,-€
Nichtmitglieder: 60,-€

Es handelt sich um einen Präventionskurs, der von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst wird.

Information u. Anmeldung:
bei Sabine Borges
Tel. 05121 / 888808