



TuS Hasede von 1928 e. V.

FUSSBALL • LEICHTATHLETIK • TISCHTENNIS • TURNEN

TuS Hasede von 1928 e.V. • Dechant-Bluel-Straße 37•31180 Giesen OT Hasede.

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

„Bewegen statt Schonen“ (Rücken-Fit)

**Datum: 15 x ab Freitag, den 14.08.2026
von 17:45 – 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**

Sparkasse Hildesheim Goslar Peine:

Volksbank eG Hildesheim Lehrte Pattensen:

Vereinsregister: Amtsgericht Hildesheim Nr. 1191

IBAN: DE27 2595 0130 0024 7723 56

IBAN: DE40 2519 3331 0050 1077 00

vorstand@tushasede.de

BIC: NOLADE21HIK

BIC: GENODEF1PAT

www.tushasede.de