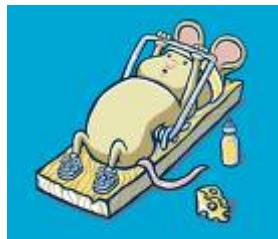


2018
NEUE TERMINE
JANUAR BIS
MÄRZ



FIT DURCH DEN WINTER FIT FÜR DAS LEBEN FIT DURCHS GANZE JAHR

WER
RASTET
ROSTET



Beginn: ***Montag**,
8. Januar bis 19. März 2018
9.30 Uhr bis ca. 10.30 Uhr
oder
20.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr
***Mittwoch**,
10. Januar bis 21. März 2018
19.45 Uhr bis ca. 20.45 Uhr
Ort: Fitnesshalle auf dem
Vereinsgelände
***Max.** 10 Teilnehmer

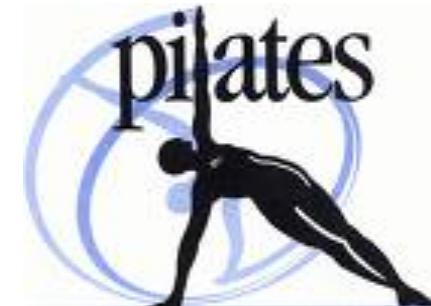
AROHA

HERZ-KREISLAUFTRAINING IM $\frac{3}{4}$ TAKT



Beginn **Mittwoch**,
10. Januar 2018 bis
21. März 2018
Uhrzeit: 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr
Ort: Fitnesshalle auf dem
Vereinsgelände
Max. 12 Teilnehmer

Beginn **Donnerstag**
11. Januar 2018 bis
22. März 2018
20.00 bis 21.00 Uhr
Uhrzeit:
Ort: Fitnesshalle auf
dem LSV-Gelände
**Nehmen Sie bitte dicke Socken
und bequeme Kleidung mit.**



Kursleitung: *Marianne Furch*

Sie haben noch Fragen? Sie wollen sich zu einer Probestunde anmelden? Ich bin, wie folgt, zu erreichen: Tel. 0621-667533, Handy 0157/35429430 und Mail: furch.sport@web.de. Die Kursgebühren betragen für Vereinsmitglieder einheitlich das Jahr 60,—€, für Nichtmitglieder 55,—€ je Kurs.