2018

Wer

Rastet

Rostet

2018

Neue Termine

April bis

Juni

Fit durch den Sommer

Fit für das Leben

fit durch‘s ganze Jahr,



#### Kraftausdauer– und Haltungstraining

Beginn: \***Montag,**

16. April bis 18. Juni 2018

9.30 Uhr bis ca. 10.30 Uhr

oder

20.00 Uhr bis ca. 21.00 Uhr

\***Mittwoch**,

18. April bis 20. Juni 2018

19.45 Uhr bis ca. 20.45 Uhr

Ort: Fitnesshalle auf dem

Vereinsgelände

\*Max. 10 Teilnehmer

**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](mailto:furch.sport@web.de). Die Kursgebühren betragen für Vereinsmitglieder einheitlich das Jahr 60,—€, für Nichtmitglieder 55,--€ je Kurs.

Beginn Donnerstag

19. April bis 21. Juni 2018

Uhrzeit: 20.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Fitnesshalle auf

dem LSV-Gelände .

 Nehmen Sie bitte dicke Socken

und bequeme Kleidung mit.

#### Aroha

#### Herz-Kreislauftraining im ¾ Takt

 Beginn Mittwoch**,**

18. April bis

20. Juni 2018

Uhrzeit: 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr

Ort: Fitnesshalle auf dem

Vereinsgelände

Max. 12 Teilnehmer