

Ab 18. August • Klein-Auheim

Gymnastik - Joggen - Walken für Bauch, Beine, Po

Klein-Auheim. Der TSV Klein-Auheim bietet wieder neue Fitnesskurse an

Zwei Kurse „Bauch Beine Po“ werden wieder angeboten. Der erste startet am Mittwoch, 18. August, 16.45 bis 17.30 Uhr in der TSV Halle, Am Feuerwehrhaus. Der zweite beginnt am Freitag, 27. August, 9.30 bis 10.30 Uhr, in der Großsporthalle, Fasaneriestraße 21. Bitte ISO Matte, Handtuch und Getränk mitbringen.

Am Mittwoch, 18. August startet der Kurs „Fitness - Mix“, Die Trainingsstunde findet von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr in der TSV Halle statt. Ebenso gibt es einen „Nordic Walking“ Kurs für

Anfänger. Treffpunkt ist der Parkplatz an der „Alten Fasanerie“, Haupteingang, m Freitag, 20. August, 17.30 Uhr.

Und der Übergang vom „Walken zum Joggen“ wird machbar im Kurs ab Montag, 23. August. Der Kurs findet jeden Montag, 17.30 Uhr statt. Treffpunkt ist auch hier der Parkplatz an der „Alten Fasanerie“ Haupteingang.

Alle Kurse können mit der 10er Karte (40 Euro für Nichtmitglieder) besucht werden. Die neuen Kurse werden von der Übungsleiterin, Frau Bauer, betreut. Weitere Auskünfte und Anmeldungen unter Telefon (06181) 690255.