

Montags ab dem 22.01.2024 Kursleitung: Ines Breuninger

Bewegen statt schonen – ein Ganzkörperkräftigungsprogramm

Uhrzeit: 09:45 – 11:00 Uhr
Kursdauer: 10x 75 min
Ort: Vereinsraum TV Halle

Kursgebühr: 70€ für Mitglieder im TV Bammental, 100€ für Nichtmitglieder

Stärkung der Fitness - Fit und gesund

Uhrzeit: 19:00 – 20:00 Uhr
Kursdauer: 12x 60 min
Ort: Elsenzhalle Bammental, Eingang über den Sportlereingang

Kursgebühr: 70€ für Mitglieder im TV Bammental, 100€ für Nichtmitglieder

Dienstags ab dem 23.01.2024 Kursleitung: Ines Breuninger

Nordic Walking

Uhrzeit: 16:00 – 17:00 Uhr
Kursdauer: 8x 60 min
Treffpunkt: Außengelände TV Halle

→ Bitte eigene Stöcke mitbringen!

Kursgebühr: 70€ für Mitglieder im TV Bammental, 100€ für Nichtmitglieder

Donnerstags ab dem 25.01.2024 Kursleitung: Beate Segnitz

Sturzprophylaxe - Standfest und Stabil Training

Uhrzeit: 10:30 – 11:30 Uhr
Kursdauer: 12 x 60min
Ort: Vereinsraum TV Halle

Kursgebühr: 70€ für Mitglieder der Turnabteilung, 100€ für Nichtmitglieder

Bewegen statt schonen – ein Ganzkörperkräftigungsprogramm

Uhrzeit:	17:00 -18:15 Uhr	18:30 – 19:45 Uhr
Kursdauer:	10 x 75min	10 x 75 min
Ort:	Vereinsraum TV Halle	Vereinsraum TV Halle

Kursgebühr: 70€ für Mitglieder der Turnabteilung, 100€ für Nichtmitglieder

Die Anmeldung erfolgt ab dem **15.02.2023** über das Buchungssystem der Turnabteilung (siehe Internetseite) oder telefonisch bei der Geschäftsstelle.



SCAN ME