

Turnverein 1888 e. V. Bad Hönningen



# GYM WELT



## Fitness & Gesundheit

### Kursangebot "Fit für den Alltag"

- Wann:** Ab 27. April 2015, montags 19:00 Uhr - 20:00 Uhr  
**Was:** Kurs mit 10 Übungsstunden  
**Wo:** Turnhalle Bad Hönningen, gegenüber VR-Bank

Haben Sie Probleme mit ihrem Rücken? Machen Ihnen die alltäglichen Bewegungen nach geraumer Zeit Schwierigkeiten?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Machen Sie sich fit für die Herausforderungen des Alltags und lernen Sie mit unserem 10-wöchigen Kurs die Balance und Kraftübungen kennen, die nicht nur ihrem Körper gut tun, sondern von dem Sie auch mental profitieren.

Als qualifizierter Übungsleiter für diesen Kurs steht Niklas Bungarten zur Verfügung.

**Kursgebühren:**

TV 1888-Vereinsmitglieder: 15,00 € Nichtmitglieder: 30,00 €

Anmeldungen bitte unter: 0160-93161505 oder per Mail: [tv1888@wandermail.de](mailto:tv1888@wandermail.de)  
Mindestteilnehmer/innen 13, maximal 25 Teilnehmer/innen

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann füllen Sie bitte untenstehende Anmeldung (Abgabe beim Übungsleiter) aus und kommen dann einfach zu den Übungsstunden.



-----  
Anmeldung zum Kurs "Fit für den Alltag"

Name/Vorname: \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Anschrift: \_\_\_\_\_