



# NEU

## „Kraft und Beweglichkeit“

**Start:**

**ab Dienstag, 16.10.2018  
von 17.00 – 18.00 Uhr**

**Wo:**

Sport- und Gesundheitszentrum  
TSG Seckenhäuser-Fahrenhorst e.V.,  
Timmstrasse 1, Stuhr

**Dieses Angebot richtet sich besonders an alle, die längere Zeit keinen Sport gemacht haben, aber auch Trainierte sind hier richtig! Hat deine Muskelkraft nachgelassen? Kannst du dich ohne Probleme bücken? Möchtest du deinen Rücken kräftigen und den Bauch straffen? In diesem Kurs werden alle diese Fähigkeiten trainiert mit Musik, Lockerheit und viel Spaß.**

**Den Kurs leitet Sandra Scheel**

**Kosten für 10x: 25,00€ für Mitglieder und 42,00€ für Nichtmitglieder**

**Nähere Infos und Anmeldung bei Christel Faulhaber unter:  
0170/3572201**



[www.tsg-seckenhäuser.de](http://www.tsg-seckenhäuser.de)