



Neues Angebot der TSG !!!

„Step-Aerobic“

Wann: **mittwochs, 18.50-19.50 Uhr**
ab 05.01.2022

Wo: **Bewegungshalle**
TSG Seckenhäuser-Fahrenhorst e.V.,
Timmstrasse 1, Stuhr

Wer: **Frauen und Männer ab 16 Jahre**

Step-Aerobic ist ein Mix aus Cardio- und Krafttraining, bei dem auch das Rhythmusgefühl und die Koordinationsfähigkeit geschult werden. Stressabbau und viel Spaß sind garantiert!

Anmeldungen unter:
0421/893470 oder tsgseckenhausen@web.de

Übungsleiterin: Nadine Glomb

Kursgebühr für 10x 60 Min.: 25,00 € Mitglieder/42,00 € Nichtmitglieder



www.tsg-seckenhausen.de