

DEHNEN & ENTSPANNEN

MORGENS

Wir dehnen/stärken zuerst verschiedene Muskeln mit Vorder- und Rückseite, um mehr Beweglichkeit zu erreichen. Am Ende jeder Stunde suchen wir Leichtigkeit mit Feldenkrais.

Preise:

Für aktive Mitglieder

Für Nichtmitglieder

3€ pro Einheit

6€ pro Einheit

Termin:

Mittwoch, 09:00-10:00 Uhr

Ort:

Gymnastikraum Sportheim

Leitung:

Regine Schöll

2025/2*

25.06.2025

09.07.2025

23.07.2025

06.08.2025

20.08.2025

03.09.2025

17.09.2025

01.10.2025

15.10.2025

29.10.2025

*Termine können variieren





Anmeldung unter: www.tsvberghuelen.de/turnen/kursanmeldung-1/