

Neues Kursangebot bei der TS-Kronach!

Fit durch den Alltag

Körperlich fit bleiben oder fitter werden, sich besser fühlen durch mehr Bewegung sind die Ziele dieses Kursangebotes. Fitnessgymnastik mit oder auch ohne Musik soll die Muskeln kräftigen, auch leichtes Kreislauftraining und Entspannungsübungen kommen nicht zu kurz.

10 Nachmittage, jeweils am Mittwoch von 15:00 -16:00 Uhr in der Kleinen Halle der Turnerschaft Kronach, Rodacher Straße 7, Gebühr für Nichtmitglieder 40 €, 10 € für Mitglieder

Bitte bequeme Sportkleidung, Handtuch und Getränk mitbringen!!

Beginn: 2. Oktober 2019



Anmeldung bei: Lisa Schmidt (Sportlehrerin), 0178 7646516