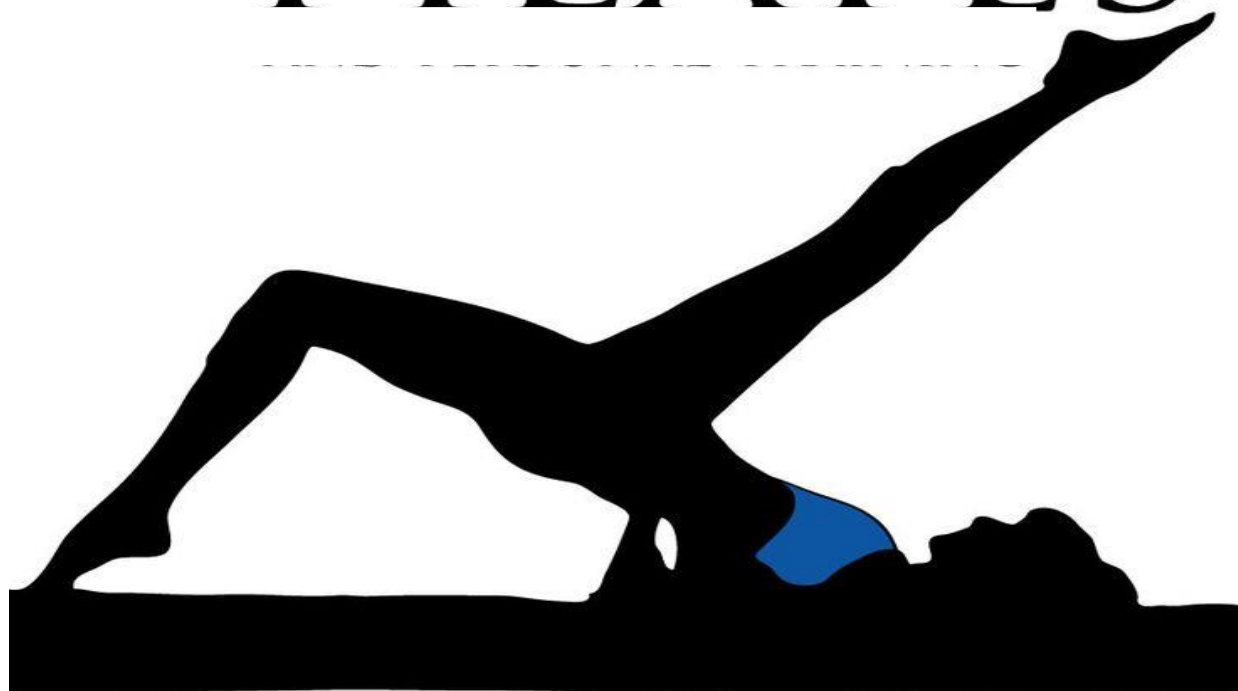


PILATES



Entdecken Sie die Welt des Pilates und erfahren Sie, worauf es bei diesem einzigartigen Training ankommt. Ob Einsteiger oder Profi, steigern sie Ihre Kraft und Beweglichkeit mit einem formenden Ganzkörpertraining.

Vom 17.01.19 bis zum 20.06.19

Jeden Donnerstag von 18:45 bis 19:45 Uhr

In der Sporthalle in Bodenstedt

Die 20-malige Veranstaltung kostet für Vereinsmitglieder 10€ und Nichtmitglieder 100€. Gebraucht wird nur eine Gymnastikmatte und etwas zu trinken.

Anmeldungen bitte unter stephanie-tsv@web.de

Eine Probestunde kann am 10.01.19 mitgemacht werden.