



PRBÍ

Präventive und Rehabilitative Bewegungsangebote

Ziele und Inhalte

Dieses Kursangebot für Frauen und Männer beinhaltet Herz-Kreislauf-Training, Rückentraining, funktionelle Gymnastik für Kraft und Beweglichkeit sowie Koordinations- und Entspannungstraining.



Beginn Kurs 1: Mittwoch, 10.01.2018

Kursbeginn : Mittwoch, 11.04.2018

**Kurstage: Mittwochs, 17.30 Uhr Æ 18.30 Uhr
Sporthalle Südstadtschule**

Leitung: Inge Weißer

**Preis: 57.- Ö/ Kurs, 10 Termine
19.- Ö/ Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des TV Villingen)**

(Bitte beachten Sie, dass ein Teil der Kosten von den Krankenkassen übernommen werden kann)

**Anmeldung: Geschäftsstelle TV Villingen (07721/26408) oder
per Mail info@tvvillingen.de**