



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.



Kursbeginn : **Mittwoch, 19.09.2018**

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)

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