



Athletik - Intensivkurs



Raus aus der Komfortzone!

Dieser Kurs kombiniert Kraft, Ausdauer und Schnelligkeit und lässt dich dadurch sowohl den Alltag als auch sportliche Herausforderungen mühelos bewältigen.

Dich erwarten hoch intensive Übungen mit kurzen Pausen, wobei die korrekte Ausführung und Körperhaltung natürlich immer im Vordergrund stehen.

Beginn Kurs 1: Mittwoch, 16.01.2019

Beginn Kurs 2: Mittwoch, 08.05.2019

**Kurstage: Mittwochs, 19.30 Uhr Æ 20.45 Uhr
Gymnastikraum Gymnasium am Romäusring**

Leitung: Nando Simon

**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**