



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, 23.09.2020

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

Leitung: Elena Hauf

**Preis: 62.- 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**