



Bodyshape Mix „Good Morning“



Ziele und Inhalte:

In diesem Kurs erlebst du ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining - Bodyforming, deep Work, Zirkeltraining – jede Woche ein anderes Thema. Eine Stunde, in der du und dein Körper immer aufs Neue gefordert werden.

Beginn Kurs 1: **Donnerstag, 08.01.2026**

Beginn Kurs 2: **Donnerstag, 23.04.2025**

Kurstage: **Donnerstags, 09.30 Uhr – 10.30 Uhr**
easyFit, Niederwiesenstraße 36

Leitung: **Lucia Merz**

Preis: **80.- € / Kurs, 10 Termine**
35.- € / Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des Turnverein Villingen)

Anmeldung: **Online unter www.tvvillingen.de oder in
Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408**