

Ein Angebot des Turnverein Börnig-Sodingen 1889/90 e.V.



BECKEN BODEN TRAINING

für Frauen



- POSITIVES KÖRPERGEFÜHL
- STEIGERUNG DER LEBENSQUALITÄT
- STÄRKUNG DER BLASENKONTROLLE
- WOHLBEFINDEN IN DER UNTEREN RUMPFREGION UND DER WIRBELSÄULE

durch
KÖRPERWAHRNEHMUNGS-
UND KRÄFTIGUNGSÜBUNGEN



Termine mittwochs
Zeit 11.00 Uhr
Wo Sportzentrum Falkschule
 Castroper Straße 184

Zehnerkarte 20,- € / Vereinsmitglieder
 40,- € / nicht Vereinsmitglieder
Anmeldung Margarete Steinbach
Information
Telefon 02305/621 63



www.tbs-herne.de
www.facebook.com/turnvereinboernigsodingenherne

