

Studioangebote: Pilates, Yoga, BBP und Wirbelsäulengymnastik

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00 – 10.00 Uhr <u>Pilates</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs: 04.12.2017	8:45 – 9:45 Uhr <u>Kantaera</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs auf Anfrage	9.00 – 10.00 Uhr <u>Reha-Sport</u> <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Nach ärztlicher Verordnung	9.00 – 10.00 Uhr <u>Bauch-Beine-Po</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs:30.11.2017	9.00 – 10.00 Uhr <u>Bodyforming</u> <u>Bauch-Beine-Po</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs:26.01.2018
10.05 – 11.05 Uhr <u>Reha-Sport</u> <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Nach ärztlicher Verordnung	10.00 – 11.00 Uhr <u>Wirbelsäulengymnastik</u> 12 Stunden Kurs 28,80 € / 46,80 € neuer Kurs: 23.01.2018	10.00 – 11.00 Uhr <u>Reha-Sport</u> <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Nach ärztlicher Verordnung		10.00 – 11.00 Uhr <u>Power-Yoga</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs: 15.12.2017
11.05 – 12.05 Uhr <u>Reha-Sport</u> <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Nach ärztlicher Verordnung	18:50 – 19:50 Uhr <u>Zumba</u> 10 Stunden Kurs 34,- € / 49,- € neuer Kurs: 12.12.2017		19.30 – 20.30 Uhr <u>Bodyforming</u> <u>Power-Pilates</u> 10 Stunden Kurs 24,- € / 39,- € neuer Kurs:04.01.2018	19.15 – 20.15 Uhr <u>Zumba</u> 10 Stunden Kurs 34,- € / 49,- € neuer Kurs: 19.01.2018
	20:00 -21:00 Uhr <u>Reha-Sport</u> <u>Wirbelsäulengymnastik</u> Nach ärztlicher Verordnung	20.00 - 21.00 Uhr <u>Funktionelles</u> <u>Körpertraining für</u> <u>Männer</u> 12 Stunden Kurs 30,-/ 48,- € neuer Kurs 20.12.2017	19.30 - 20.45 Uhr <u>Yoga im Studio an der</u> <u>Emsstr. 9</u> 10 Stunden Kurs 44,-/ 59,- € neuer Kurs:07.12.2017	

Die Preise sind für TV Mitglieder / Nichtmitglieder.

Begrenzte Teilnehmerzahlen!

Jede Kursteilnahme ist nur mit tel. oder schriftlicher Voranmeldung
 in unserer Geschäftsstelle möglich!

e-mail: tv-friesen-telgte@t-online.de

Geschäftszeiten:

Mo.,Di.,Do. 8:30 - 11:30

Mittwoch geschlossen!!!

Do Nachmittag 16:00 - 18:00

Tel: 0 25 04 / 7 39 94 72

Fax: 0 25 04 / 7 39 94 76