

## **Am Mittwoch den 17. April 2024 startet das nächste Training Funktionsgymnastik**

### **Voraussetzung TSG Mitgliedschaft!**

Gezielte Funktionsgymnastik für die Körperhaltung, Beweglichkeit, Kraft und Koordination. Der Kurs wird jedem Tempo und Alter gerecht – ruhig und ohne Hetze unter Berücksichtigung des individuellen Trainingszustandes jedes Einzelnen. Eine Dehnungseinheit am Schluss der Stunde rundet das Sportprogramm ab. Neu- und Wiedereinsteiger sind herzlich willkommen, einfach vorbeischaun und reinschnuppern

**Ort:** Handballförderzentrum

**Zeit:** 20.15h – 21.15h

#### Leitung:

Brigitte Labudda

(B-Lizenz, DTB-Rückenkursleiter, DTB-Pilateskursleiter, DTB-Instructor Walking/Nordic-Walking)

Gerne mal nachfragen unter Tel.-Nr. 07255-3384 oder per Email: [brigitte-labudda@web.de](mailto:brigitte-labudda@web.de)

Wir freuen uns auf Sie, Ihre TSG Kronau