



Skigymnastik

Für SIE und IHN

Ein kluger Sportler bereitet sich vor: Noch bevor der erste Schnee fällt beginnt das Ausdauer- und Konditionstraining für den Wintersport.

Der TSV bietet für die Monate Nov. - März ein spezielles Training für die Wintersportler an. Stärkung der Rumpfmuskulatur, starke Schultern und viel, viel Kondition wird mit speziellen Skiimitationsübungen aufgebaut und trainiert. Mit viel Spaß und großem Engagement wird diese Stunde jeden Wintersportler - ob für Piste, Loipe oder Eiskanal - für die Saison fit machen. Wer mit vollem Elan auf Pisten und Loipen unterwegs sein will, muss jetzt beginnen!

Wann: jeden Dienstag, ab 7.11.2017
19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
Kursdauer: 07.11. - 27.03.2018

Wo: Sporthalle B, GRS Feldkirchen, Richthofenstr. 1

Kosten: Gymnastik-TSV Mitglieder: frei
TSV Mitglieder: 20,- €
Nicht-TSV Mitglieder: 30,- €

Übungsleiter: Lutz Preisker

Infos und Anmeldung: TSV Büro 089/903 64 60 Büro: Mo. von 8.00 - 12.00 Uhr
u. Do. von 9.00 - 12.00 Uhr oder per email: office@tsvfeldkirchen.de