

SPORTKURSE IM PTSV HOF

P
O
R
T
K
U
R
S
E

I
M

P
T
S
V

H
O
F

Auch für Nicht-Mitglieder

Für Mitglieder des PTSV Hof:

30% Ermäßigung bei Erwerb von 10er-Karten, einlösbar im gesamten Kursangebot des Vereins, max. Gültigkeit der Karten: 12 Wochen.



Montag - 10:30 Uhr

Präventive Fitnessgymnastik
im Schießstand
mit Frau Susanne Hübner



ausgezeichnet mit dem Qualitätssiegel
"Sport pro Gesundheit"

Montag - 17:00 Uhr

Thai Chi
im Jugendraum
mit Frau Karin Kreilkamp



Montag - 18:30 Uhr

Step-Aerobic
im Jugendraum
mit Frau Regina Seidel



Dienstag - 18:15 Uhr

Callanetics im Schießstand
mit Frau Ulrike Pfeffer



Die Kurse finden im PTSV-Heim, Ossecker Str. 52, statt. Jeder Kurs besteht aus 10 Einheiten von je 1 Stunde unter der Leitung von lizenzierten Übungsleitern.

Die Kosten betragen je Kurs:
für Nicht-Mitglieder 35,00 €
für **Mitglieder** 24,50 €
und sind bei Kursbeginn zu bezahlen.

Nähere Infos sind unter Tel.: 09281/95668 erhältlich