



Neuer Kurs beim Turnerbund



Bodyweight Fitness

Neues Krafttraining für junge
Erwachsene und Studierende



Viele verschiedene Übungen
mit dem eigenen Körpergewicht



Training der Ausdauer, Kraft
und Kondition



Förderung der Beweglichkeit
und Flexibilität



Wann?	Ab dem 25.10.2021 immer montags 19 – 20.00 Uhr, 12 Termine bis zum 31.01.2022
Wo?	Willibrordhalle, Stegerwaldstr. 24
Kosten?	42 Euro Azubis/Studierende, 66 Euro Erwachsene FH Studierende erhalten 50% vom ASTA vergütet

Anmeldung & Informationen: TB Burgsteinfurt, 02551/7632 oder unter
www.tb-burgsteinfurt.de