



# „Fit in der Früh“



Wir sind eine lustige Runde und trainieren jeden Montag und/oder Donnerstag eine Stunde in der Früh.

Der TSV Untergruppenbach bietet einen abwechslungsreichen Kurs an: Kraft- und Ausdauertraining, gezielte Rückenfit-Gymnastik, Bauch/Beine/Po, Verbesserung der Koordination...etc. Alles mit dabei!

Zum Ausprobieren und Informieren gibt es eine kostenlose Schnupperstunde.

**Einfach vorbeikommen und mitmachen! Ich freue mich!**  
**Einstieg ist jederzeit möglich 😊**

## **NEUER KURS (außer in den Ferien!)**

**Termin:** ab Montag, 08.01.2024

**Uhrzeit:** 09.00-10.00 Uhr

**Termin:** ab Donnerstag, 11.01.2024

**Uhrzeit:** 08.45-09.45 Uhr

Ort : Festsaal Stettenfelshalle (seitl. Eingang Humboldtstraße)

Ermäßigte Kursgebühr für TSV-Mitglieder

Information bei:

Sabine Sachtleben

Übungsleiterin

Tel.: 0179 7317375

e-mail: sabine@sachtleben.info

NEUER KURS \*\*\* NEUER KURS \*\*\* NEUER KURS \*\*\* NEUER K