

Angebote des TSV Godshorn auch für Nichtmitglieder

Gesundheitssport

Wirbelsäulengymnastik 1	Montag 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik 2	Dienstag 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik 3	Montag 8:30 Uhr bis 9:30 Uhr
Wirbelsäulengymnastik 4	Montag 9:45 Uhr bis 10:45 Uhr
Wirbelsäulengymnastik 5	Montag 19:15 Uhr bis 20:15 Uhr
Wirbelsäulengymnastik 6	Montag 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Qigong	Mittwoch 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr
Step-Aerobic und Bodystyle	Donnerstag 18:30 Uhr - 19:30 / 20:00 Uhr
Dehnübungen nach Liebscher & Bracht	Mittwoch 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Pilates für Frauen	Montag 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Pilates für Männer	Dienstag 12:15 Uhr bis 13:15 Uhr
Yoga für Frauen	Mittwoch 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Yoga für Frauen	Donnerstag 18:45 Uhr bis 19:45 Uhr

Diese Kurse finden wöchentlich im Zeitraum September bis Dezember statt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die jeweiligen Kurse werden von fachkundigen Übungsleitern und Übungsleiterinnen angeboten.

Es ist hierbei eine gesonderte Kursgebühr zu entrichten, auf die die Mitglieder des TSV Godshorn einen Rabatt erhalten.

**Anmeldungen per Mail an gesundheitsport@tsv-godshorn.de oder per Telefon in der Geschäftsstelle unter 0511/8975775
(Öffnungszeiten Montag, Dienstag, Donnerstag 16.00 Uhr bis 19:00 Uhr)**