

Präventiver Gesundheitssport für Alle

Abteilung Gesundheitssport



Mit einer Mischung aus abwechslungsreichen Übungen werden wir die Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit sowie die Koordination (z.B. das Gleichgewicht und die Reaktion) der Teilnehmerinnen und Teilnehmer verbessern. Ganz wichtig bei allen Übungen ist ein hoher Spaßfaktor. So steigern wir das Wohlbefinden. Das Angebot wird außerdem eine „Frischekur“ für die grauen Zellen beinhalten – Jetzt anmelden.

Mehr Informationen unter 0711 703596

TSV Bernhausen 1899 e.V.
Dombasler Str. 8
70794 Filderstadt
Tel. 0711 703596
www.tsv-bernhausen.de