

Neu !!!

Neu !!!

Neu !!!

Fitness-Gymnastik

ab 10.05.2005

Dienstags 17.30 – 18.30 Uhr, Ebelfeldschule

Praunheimer Hohl 4, Frankfurt-Praunheim

Der Kurs bietet Fitnessgymnastik für jedermann unter Einbeziehung spezieller Kräftigungsübungen für die Rückenmuskulatur, um Verspannungen im Rücken-/Schulterbereich abzubauen.



Bodystyling

ab 12.05.2005

Donnerstags 18.30 – 20.00 Uhr, Ernst-Reuter-Schule

Gymnastikraum bei Halle 1, Hammarskjöldring 17a, Frankfurt-Nordweststadt

Der Kurs umfasst ein intensives Gymnastik- und Kräftigungsprogramm des gesamten Bewegungsapparates. Auch Rücken und Problemzonen kommen nicht zu kurz! Die Übungen werden vornehmlich mit Kleingeräten (Hanteln, Bänder etc.) ausgeführt.

Auskunft und Übungsleiterin:

Beate Link, Telefon: 0 69 / 52 71 79



Turngemeinschaft Römerstadt e.V.
Frankfurt am Main

www.tgroemerstadt.de
vorstand@tgroemerstadt.de

Karl Schneider: Tel./Fax 0 69 / 768 14 18