

Kursprogramm bei der TG Hofen im Vereinsheim



Tabata



mit
Silvia Stegmaier
Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr
ab 23.01.2024 10x

Anmeldung: Uli Welsch E-Mail: uw.hofen@gmx.de

Pilates



Nur noch 2 Plätze frei

mit
Heike Aziret
Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr
ab 18. Januar 2024 10x

Anmeldung: Uli Welsch E-Mail: uw.hofen@gmx.de

Hatha flow Yoga

Rückenkurs Präventiv



mit
Diana Winter
Mittwochs 16:30 – 17:30 Uhr
ab 10. Januar 2023 5x

Anmeldung: Inge Scherer E-Mail: inge_scherer@web.de

1 Platz für 5x im laufenden Kurs frei!

Hatha flow Yoga

Mittelstufe, Vorkenntnisse nicht nötig



Bereits ausgebucht

mit
Diana Winter
Mittwochs 17:45 – 18:45 Uhr
ab 10. Januar 2023 5x

Anmeldung: Inge Scherer E-Mail: inge_scherer@web.de

**Vorankündigung: Ab März gibt es einen Nordic Walking Kurs! Ausschreibung folgt.
Bei Interesse bitte melden.**

Info:

Bitte per E-Mail + Telefonnummer anmelden.

Die Mindestteilnehmerzahl ist bei allen Kursen gegeben, somit finden alle statt.

Bei Ausfall einer Trainingsstunde wird die Stunde am Ende des Kurses angehängt.

Falls ihr Fragen habt, könnt ihr euch direkt an uns wenden:

Uli Welsch, Tel. 07361/5279989 / Inge Scherer, Tel. 07361/75860

Gebühr pro 10-er Kurs: 80 € / Vereinsmitglieder 65 €

Gebühr pro 5-er Kurs: 40 € / Vereinsmitglieder 32,50 €