



Bewegte Winterzeit



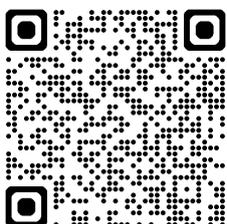
Unter dem Motto „

„Glühende Muskeln statt Glühwein „

bietet die Leichtathletikabteilung auch in diesem Jahr wieder einen Winter-Workout an.

Durch gezielte Übungen werden die Ausdauerfähigkeit, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und die Koordination verbessert.

- Kursort: Neues Bürgerhaus, Borgholzhausen
Kursdauer: Oktober bis März
Kursbeginn: 27. Oktober
Uhrzeit: Jeden Montag von 18:30 - 19:30 Uhr
Kursgebühr: Mitglieder: 15€/Nichtmitglieder: 45€
Kursleitung: Anne Albersmann/0151-41250337
Anmeldung: <https://form.jotform.com/Ravensberger/anmeldung-zum-gymnastik-kursus>



RSV Borgholzhausen

Einer für Alle.