



fit & gesund ins neue Jahr

- umfassende Stärkung der körperlichen Fitness
- Kräftigung und Mobilisation der Wirbelsäule
- Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustandes



29.01. – 02.04.2019
10 Termine

Dienstags 15:00 – 16:00 Uhr
in der Gymnastikhalle unter K2
Teilnahmegebühr: 85,00 EUR
Für Mitglieder des Kurssystems: 15,00 EUR



Infos und Anmeldung in der LSV Geschäftsstelle,
Gebäude 113, Tel. 2919, hamlsv@lht.dlh.de

www.lsv-ham.de