

AKTIVES DENSBORN

Unsere neuen Kursangebote im Kloster

Gymnastik- und Fitness

Beweglich bis ins hohe Alter

- für Frauen und Männer, für Jung und Alt
- aktiver Körper, aktiver Geist
- wohldosierte Übungen
- angepasst an die Kondition der jeweiligen Teilnehmer

Info-Abend:

21. Februar 2018, 17 Uhr

Kloster: Saal über dem Kindergarten »Im Goldecken«, Klosterweg 1, 54570 Densborn

Übungsleiterin: Marlies Heinz, DRK Bitburg

Nähere Informationen: (0 65 94) 410

*Wir.
Zusammen.
Densborn.*

Pilates

Das systematische Ganzkörpertraining

- Kräftigung der Tiefenmuskulatur
- für eine aufrechte und entspannte Körperhaltung
- Aktivierung des Kraftzentrums

Info-Abend:

26. Februar 2018, 19 Uhr

Kloster: Saal über dem Kindergarten »Im Goldecken«, Klosterweg 1, 54570 Densborn

Übungsleiterin: Carola Begon, Sportverein Densborn

Nähere Informationen: (0 65 94) 92 10 31

NEU IN DENSBORN



Veranstalter:

Aktives Dorfnetz Densborn