

# Gesundheitskurse

... starten im Januar 2017

## Rücken-Aktiv (2 Kurse)

Beginn: Montag, **09.01.2017** (jeweils 10 Übungseinheiten)  
1.Uhrzeit: 17:15 bis 18:15 Uhr  
2.Uhrzeit: 18:15 bis 19:15 Uhr  
Kursort: Gymnastikhalle im Helbach-Haus (EG)

## Walking mit *Smoveys*

Beginn: Dienstag, **10.01.2017** (10 Übungseinheiten)  
Uhrzeit: 18:00 bis 19:00 Uhr  
Start: Parkplatz Helbach-Haus

**smovey**  
health in your hands



## Fitnessgymnastik mit Kleingeräten

Beginn: Donnerstag, **12.01.2017** (10 Übungseinheiten)  
Uhrzeit: 18:00 bis 19:00 Uhr  
Kursort: Gymnastikhalle im Helbach-Haus (EG)



## Fitnessgymnastik / Workout mit *Smoveys*

Beginn: Donnerstag, **12.01.2017** (10 Übungseinheiten)  
Uhrzeit: 19:15 bis 20:15 Uhr  
Kursort: Neues Studio im Helbach-Haus (1. Stock)

**smovey**  
health in your hands

Trainerin alle Kurse: **Susanne Tramp**

Die meisten Krankenkassen beteiligen sich mit ca. 80% an den Kursgebühren dieser Gesundheitskurse.

Fragen und Anmeldungen:

Susanne Tramp / E-Mail: [susannetramp@gmx.de](mailto:susannetramp@gmx.de) oder Handy: 0176-97675713.



Turnverein Meckelfeld von 1920 e. V.  
Telefon: 040-7684925  
Telefax: 040-76980782  
Mail: [info@tvmeckelfeld.de](mailto:info@tvmeckelfeld.de)  
Homepage: [www.tvmeckelfeld.de](http://www.tvmeckelfeld.de)  
Facebook-Seite: TV Meckelfeld von 1920 e.V.

