

Fit und Gesund mit dem vielseitigen Angebot des SV Dreieichenhain

- Montag: 9.30 - 10.45 Uhr **Nordic Walking - Rückenfitness**
SVD - Clubhaus, im Haag 1
- Dienstag: 10.30 - 11.30 Uhr **„Bauch - Beine – Po“**
SVD-Clubhaus, im Haag 1
- Dienstag: 18.15 - 19.15 Uhr **„Gutes für den Rücken“**
SVD - Clubhaus, im Haag 1
- Dienstag 19.30 - 20.30 Uhr **„50 Plus“ - Gymnastik**
SVD-Clubhaus, im Haag 1
- Dienstag: 19.30 - 20.30 Uhr **„Fitness-Gymnastik“**
auch für „Einsteiger“ Turnhalle der Ludwig - Erk - Schule

Dienstag: 20.30 - 21.30 Uhr **„Aerobic und Step“**
Turnhalle der Ludwig - Erk - Schule

Donnerstag: 19.30 - 20.30 Uhr **„Fatburner“**
Turnhalle der Ludwig - Erk - Schule

Einfach vorbeikommen und mitmachen. Benötigt werden feste Turnschuhe u. Getränke

**Alle Übungsstunden im Erwachsenenbereich können auch als Kurs belegt werden. 10 Übungsstunden für Nichtmitglieder 35.--€
Einstieg auch für „Diabetiker“ jederzeit möglich.**

Info's erteilen:	Erika Stefanski	06103 - 981423
	Martina Reinfelder	06103 - 4690849
	Erika Reinfelder	06103 - 82535
	Katy Genserich	06103 - 81011

Weitere SVD-Angebote : www.sv-dreieichenhain.de