

## **SV Dreieichenhain weitet sein Sportangebot mit neuer Fitnesstrainerin aus.**

Renate Feldmann hat sich einen Traum erfüllt und in den letzten Monaten sehr viel gelernt und stellt nun dem SV Dreieichenhain ihr Können und Wissen zur Verfügung. Der SVD gratuliert recht herzlich zur bestandenen Prüfung und freut sich auf die neuen Angebote im neuen Jahr.

Renate Feldmann, DOSB-Fitnesstrainerin, leitet ab Januar 2018 die neuen Sportangebot „**Step & Tone**“ und „**Body - Workout**“, zwei neue Fitnesskurse, die den aktuellen Entwicklungsstand des Fitnesports berücksichtigen.

Der Kurs „**Body - Workout**“ ist ein Ganzkörpertraining mit dem Schwerpunkt Kraftausdauer. Bauch, Beine, Po sowie Rücken, Arme und Schultern werden trainiert – das Rundum – Programm. Der Kurs beginnt am **Mittwoch, den 17.01.2018** und findet über 10 Wochen jeweils **19.30 Uhr im Vereinshaus des SV Dreieichenhain**, Im Haag statt.

Der Kurs **Step & Tone** beinhaltet Step- Aerobic und Bodytoning in einem und ist eine Mischung aus Kraft- und Ausdauertraining. Der Kurs beginnt am **20.01.2018** und findet über 10 Wochen jeweils **samstags 14.00 Uhr in der Turnhalle der Ludwig-Erk-Schule** statt.

Die Kursgebühr beträgt für die Zehner-Karte 40 € für Nichtmitglieder, für Vereinsmitglieder sind die Kurse kostenfrei.

Wer sich für das gesamte Angebot des SV Dreieichenhain interessiert, findet es unter [www.sv-dreieichenhain](http://www.sv-dreieichenhain.de) im Internet.

