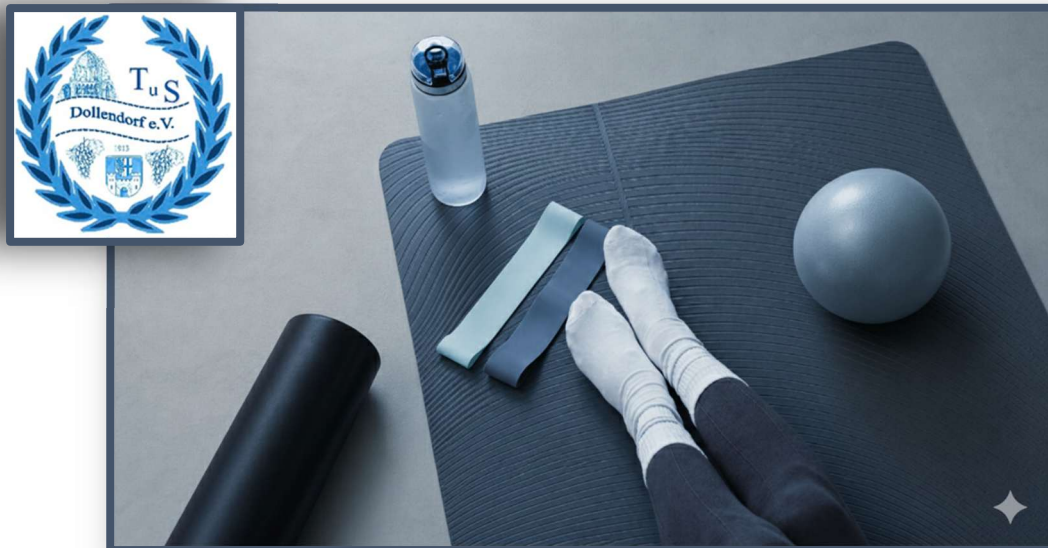


Neuer Schwung am Montag beim TuS Dollendorf!

KRAFT & BEWEGUNG mit Pilates



Wir freuen uns, dass unsere neue Übungsleiterin **Anna** den Kurs von Leonie übernimmt und sogar **zwei Gruppen** anbietet:

IMMER MONTAGS

12:30 – 13:30 Uhr

13:45 – 14:45 Uhr

Wo: Turnhalle Flurgasse, Oberdollendorf

Was dich erwartet:

- Gezielte Kräftigung des ganzen Körpers & besonders der Körpermitte
- Verbesserung der Beweglichkeit und Haltung
- Training für jedes Level

Bitte mitbringen: Handtuch für die Matte, wer hat eine Pilatesrolle.

Lust auf ein Schnuppertraining? Einfach vorbeikommen und mitmachen!