

RÜCKENFIT · HIIT · PILATES
JUMPING · FASZIEN TRAINING

BODY *fit*



TSV Kappeln

seit 1876 e.V.
Turn- und Sportverein Kappeln



TANZ FITNESS

mit Simone Szillat

Ein Angebot, für alle, die Freude am Tanzen haben und/oder sich zu Musik bewegen möchten.

Leichte Choreographien, Fitnessübungen mit abschließendem Stretching zu unterschiedlichen Musikrichtungen und Tanzstilen.

Hab Spaß und tanz dich fit!

Start Donnerstag, den 16.11.2023 um 19 Uhr
im Bewegungsraum des Sportlerheims

Ein Angebot der BodyFit-Sparte

Infos & Anmeldung: www.tsv-kappeln.de

