



„Fit von Kopf bis Fuß“ Body & Mind im TGV Schotten

Kurs-Ort:

Sporthalle der Grundschule
Schotten
Vogelsberg-Straße 137

Kursdauer:

10 Termine je 1,5 Stunden

montags 19:00-20:30 Uhr

Kosten:

65,-€ *
Für TGV-Mitglieder 25,-€

Kursleitung und Anmeldung:

Iris Doll

Übungsleiter-Lizenz B
allg. Gesundheitsvorsorge-
Gesundheitstraining für
Erwachsene und Ältere



Tel.: 06044 4489

Mobil: 0175 9954362

Mail: iris-doll@t-online.de

*Krankenkassenanerkannter G.U.T. -
Kurs. Bitte erfragen sie bei ihrer
Krankenkasse die Konditionen und
die Höhe der Rückerstattung!

Body & Mind

19.09.2016
Von Fuß bis Kopf

26.09.2016
Unsere Basis

10.10.2016
Yoga Rückenprogramm

07.11.2016
Faszien-Yoga

14.11.2016
Vinyasa

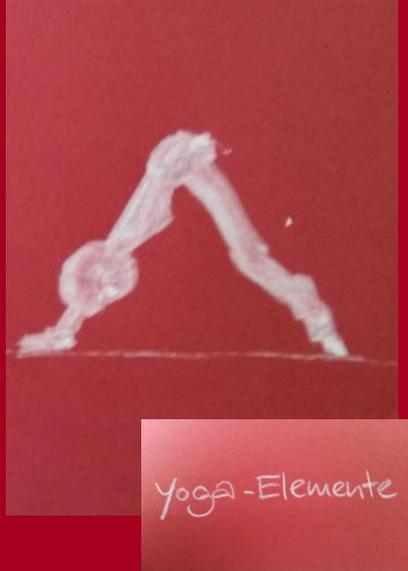
21.11.2016
Flüssigkeitshaushalt

28.11.2016
Stabile Körpermitte

05.12.2016
Ernährung

12.12.2016
Atmung/Entspannung

19.12.2016
Stressbewältigung /
Entspannung



ab September
2016

„Sport in der Prävention“
- Gesundheitsorientiertes
Sport- und
Bewegungsangebot.