



TSG Hannover von 1893 e.V.

**Fußball . Handball . Tennis . Tischtennis
Turnen . Gymnastik . Aerobic . Boule . Familiensport**

Neue Kurse in 2011

Step-Aerobic-Kurs für Fortgeschrittene

Der siebenwöchige Kurs startet am 12.01. und endet am 23.02.2011.

Das Training findet mittwochs in der Zeit von 19.30 - 20.30 Uhr in der Sporthalle der Grundschule Fuhsestraße in Hannover-Leinhausen statt.

Teilnehmen können alle Mitglieder der Sport COOP sowie nicht Vereinszugehörige.

Vorkenntnisse aus der Aerobic oder aus einem Step-Anfängerkurs sollten vorhanden sein.

Die Kursgebühr beträgt 21,- € für Gäste und 3,50 € für Vereinsmitglieder.

Für die Teilnahme ist eine Anmeldung unter Tel. 75 01 70 oder via email:

benjosch@arcor.de erforderlich. Hier gibt es bei Bedarf auch weitere Infos.

„GymFit“-Kurs

Der Kurs läuft vom 12. Januar bis zum 13. April und umfasst 14 Kurseinheiten, die jeweils mittwochs in der Zeit von 20.00 - 21.30 Uhr in der Sporthalle der Außenstelle der Goetheschule in Hannover-Herrenhausen, Halleneingang Münterstr., stattfinden.

Die allgemeine Fitness wird erhalten bzw. gesteigert, insbesondere um Einschränkung in Bewegungsabläufen vorzubeugen und das Herz-Kreislauf-System zu verbessern.

Eine Teilnahme ist sowohl Mitgliedern der Sport COOP als auch Nichtmitgliedern möglich.

Weitere Infos und Anmeldungen unter Tel. 05131/53700 oder mobil unter 0179/1773964.