

# **TSV Förderverein - Bewegungsangebot**

25.02.2012 08:46 von Rechner Uli (Admin)

Der Förderverein des TSV Fortuna unterbreitet für alle interessierten Männer wieder ein gesundheitsförderndes Bewegungsangebot.

Schwerpunkt dieses Kurses sind gezielte Übungen zur Kräftigung und Dehnung der Rückenmuskulatur sowie Wirbelsäulengymnastik und auch verschiedene Entspannungsübungen.

Der Kurs beginnt am Dienstag, 6. März und findet jeweils dienstags in der Turnhalle statt.

Beginn ist um 19 Uhr.

Vorgesehen sind insgesamt wieder 10 Übungsabende.