

Ausdauer

Kraft

Beweglichkeit

Koordination

Gleichgewicht

Entspannung



- Du willst Spaß beim Sport?
- Du willst Deinen Körper rundum effektiv stärken?
- Und willst neben dem Powern auch ausreichend Erholung?

Fitness

Kursleitung:

Zita Hilf Dipl.-Sportwiss. (Univ.)

Datum:

**ab 14. Januar 2019,
8 x jeweils montags, 15.00 – 16.30 Uhr**

Ort:

Polizei Sport Verein Augsburg e.V.
Göggingerstr. 97 in 86199 Augsburg

Kursgebühr:

96,00 Euro, Mitglieder 66,00 Euro

Teilnehmerzahl:

10 Personen,
es sind keinerlei Vorkenntnisse notwendig

Anmeldung:

Mail mit Name, Kurzinfo zur Person und
Telefonnummer an:

kontakt@pol-sv-augsburg.de

Bankverbindung:

Polizei Sport Verein Augsburg e.V.
IBAN: DE79 7205 0000 0000 0307 75
BIC: AUGSDE77XXX



Infos:

www.pol-sv-augsburg.de