



Bodyshape Mix „Good Morning“



Ziele und Inhalte:

In diesem Kurs erlebst du ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining - Bodyforming, deep Work, Zirkeltraining – jede Woche ein anderes Thema. Eine Stunde, in der du und dein Körper immer aufs Neue gefordert werden.

Kursbeginn: Donnerstag, 01.10.2026

Kurstage: Donnerstags, 09.30 Uhr – 10.30 Uhr
easy Fit, Niederwiesenstraße 36

Leitung: Lucia Merz

Preis: 80.- € / Kurs, 10 Termine
30.- € / Kurs, 10 Termine
(für Mitglieder des Turnverein Villingen)

Anmeldung: Online unter www.tvvillingen.de oder in
Ausnahmefällen telefonisch unter 07721/26408