

Outdoor Athletics

In diesem Gesundheitssportkurs werden die Komponenten Wahrnehmung, Kraft, Ausdauer, Koordination, Gleichgewicht und Beweglichkeit trainiert. Er ist passend für sportliche Neu- und Wiedereinsteiger*innen ohne Vorerkrankungen. Die Freude an der gesunden Bewegung motiviert langfristig den Körper beweglich und fit zu halten:

Zusammen sporteln für ein nachhaltiges Wohlbefinden!



Veranstalter: TSV Reinhausen e.V.

Treffpunkt: Bouleplatz neben den Tennisplätzen Reinhausen

Kursumfang: 12 Kurseinheiten à 90 Minuten

Termine: ab 06. Juni, um 8:30 Uhr

Kurskosten: 142,- Euro. Der Kurs ist nach § 20, SGB V von der ZPP präventionsgeprüft und wird von den Krankenkassen bezuschusst.

Kursleiterin: Annette Wiesneth, Trainerin für Präventions- und Rehasport

Anmeldung: gesundheitssport@tsv.reinhausen.de

Tel.: 0179 1017454