

Seid dabei! Weil´s Spaß macht!

Auch für Nicht-Mitglieder!



Gesundheitssport beim SV Lohhof!

nächste Kursreihe: ab 13. Januar 2025

Anmeldung: 08./09. Januar 2025 per E-Mail an

gesundheitssport@svlohhof.de

weitere Infos auf der Homepage unter

www.svlohhof.de/gesundheitssport

Unsere Kurse:

- Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining
- Body in Balance
- Core – Training (*Neu)
- Stabilisationstraining an Geräten (*Neu)
- Hatha-Yoga
- Hatha-Yoga – „Atem-Yoga“

Unsere Kursleiterinnen Dany, Joyce und Carolin freuen sich auf Euch!

Euer SV Lohhof