

TuS Bönen 1901 e.V. · Bahnhofstr. 116 · 59199 Bönen
 Telefon: 0 23 83 / 5 71 89
 Öffnungszeiten: di, 19.30 – 21.00 und do, 16.00 – 19.00 Uhr
www.tus-boenen.de



SCHNUPPERKURS

FIT IN DEN TAG



Frühsport macht glücklich!

Nach dem Aufstehen ist die beste Zeit für Bewegung. Dies regt die Fettverbrennung an und sorgt für einen guten Start in den Tag.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, ein Getränk u. gute Laune.

Wann: mittwochs, 8.00 - 9.00 Uhr

Wo: Goethe-Halle

Kosten: Mitglieder: 0,00 € / Std. und
 Nichtmitglieder: 2,50 € / Std.

Leitung: Helga Schermer



Kursplanung 2012

Kurs-Nr.	Tag/Zeit	von/bis	Dauer	Mitglied	Nichtmitglied
Fit 1	Mi, 8.00 - 9.00	11.01. - 28.03.	12 Wo	0,00 €	30,00 €
Fit 2	Mi, 8.00 - 9.00	18.04. - 04.07.	12 Wo	0,00 €	30,00 €
Fit 3	Mi, 8.00 - 9.00	22.08. - 26.09.	6 Wo	0,00 €	15,00 €
Fit 4	Mi, 8.00 - 9.00	24.10. - 12.12.	8 Wo	0,00 €	20,00 €

Eine vorherige Anmeldung und Bezahlung im Büro ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl auf max. 20 begrenzt ist.