

TuS Bönen 1901 e.V. · Zechenstraße 8 · 59199 Bönen  
 Telefon: 02383/5 71 89  
 Öffnungszeiten: di, 19.30 – 21.00 und do, 14.00 – 17.00 Uhr  
[www.tus-boenen.de](http://www.tus-boenen.de)



## 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

**Leitung:** Helga Schermer



### Kursplanung 2011

Kurs-Nr.	von/bis	Dauer	Mitglied	Nichtmitglied
Fit 1	12.01. - 13.04.	14 Wo	0,00 €	35,00 €
Fit 2	04.05. - 20.07.	12 Wo	0,00 €	30,00 €
Fit 3	07.09. - 19.10.	7 Wo	0,00 €	17,50 €
Fit 4	09.11 - 14.12.	6 Wo	0,00 €	15,00 €



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