



# Langhantelpower

**Donnerstag oder Samstag, Beginn April 2020**



**Ganzkörpertraining mit Langhanteln. Überraschende Trainingseffekte für Kraft, Ausdauer und Figur, verbunden mit Spaß, Musik und Abwechslung.**

**Donnerstag 20:30 bis 21:45 Uhr  
02.04.2020 - 25.06.2020**

10 Termine, 07.05.2020 kein Training  
Die Kursgebühr beträgt 60,00€,  
für Mitglieder 40,00€.

**Samstag 10:30 bis 11:45 Uhr  
04.04.2020 - 27.06.2020**

9 Termine, 11.04.2020 und  
25.04. - 09.05.2020 kein Training  
Die Kursgebühr beträgt 54,00€,  
für Mitglieder 36,00€.

Ort: TV Seulberg  
Hardtwaldhalle/ Anbau,  
Landwehrstraße 5A, Friedrichsdorf

Kursleitung: Aliko Spahn

Anmeldung und Auskünfte:

Geschäftsstelle

Tel. 06172-764247

E-Mail: [info@tv-seulberg.de](mailto:info@tv-seulberg.de)