

Fit in jedem Alter! Für Frauen und Männer

FITNESS & GESUNDHEIT



**FITNESS UND GESUNDHEIT, STÄRKUNG DER KRAFT
UND AUSDAUER, ENTSPANNUNG**

Dienstags von 19:30 bis 20:30 Uhr

In der Sporthalle der Valentin-Traudt-Schule

Wolfhager Str. 176, 34127 Kassel

**Anleitung durch erfahrene Trainer für altersgerechtes
Gesundheitstraining**

Kursleitung: Holger Baum, Luba Streck-Göppert
und Gabi Seim

Was kostet es? Vereinsmitgliedschaft im Monat:
Erwachsene 8 Euro | Kinder 5 Euro | Familien 10 Euro

