

TGH Kursangebot

Jumping

Das TGH Trampolin
Power-Workout

**Sprung-
kraft &
Balance**

Effektiv
& gelenk-
schonend

Fitness
pur



TG HANAU
Gymnastik & Fitness

www.tg-hanau.de

TGH Jumping

Eine völlig neue Art, mit viel Freude und Spaß etwas für Fitness und Figur zu tun.

Mit viel Abwechslung und in einer gelenkschonenden Weise ist es das ideale Training zur Stärkung des Beckenbodens und toll für Bauch, Beine, Po und Rücken.

Das schweißtreibende Ausdauer-Koordinations-Training mit leichten Choreographien sorgt für eine Verbesserung der Sprungkraft und der Balance.



Die aktuellen Termine findest du auf unserer Homepage
www.tg-hanau.de/gymnastik-und-fitness.de

Montag: 18:45 – 19:45 Uhr – Sporthalle
Dienstag: 19:15 – 20:15 Uhr – Sporthalle
Freitag: 17:00 – 18:00 Uhr – im Studio 1

Die Kurstermine mit je 8 Einheiten sind auf maximal 14 Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung: Schnell sein lohnt sich!

Mit einer Mail an jumping@tg-hanau.de senden wir dir die Anmeldeunterlagen zu. Vergiss nicht den Kurstermin anzugeben.

40 EUR TGH Mitglieder
65 EUR Nicht-Mitglieder



TGH Gymnastik & Fitness

c/o Turngemeinde 1837 Hanau a.V.
Jahnstraße 3 · 63450 Hanau

Tel.: 0 61 81.131 22 · Fax: 0 61 81.181 459

E-Mail: GymFit@tg-hanau.de

www.tg-hanau.de/gymnastik-und-fitness

/TG 1837 Hanau Gymnastik und Fitness

E-Mail: jumping@tg-hanau.de

Gestalten.

Denken.

Bewegen.

Machen Sie Ihr Marketing erfolgreich!

HEADS
marketing

Fon 0 61 81-96 61 77-0
www.heads-marketing.de