

TSV OHMDEN 1900 e.V.

Joseph-Azzolini Weg 5 – 73275 Ohmden –
e-mail: info@tsv-ohmden.de - Internet: <http://www.tsv-ohmden.de>



Livestream-Kurse beim TSV Ohmden

Der TSV Ohmden bietet auch im März 2021 wieder Livestream Kurse an.

Für alle, die Lust haben sich im März sportlich zu betätigen, gibt es beim TSV Ohmden Sportkurse per Livestream. Kursleitung: Christine Euchner

Pilates für Körpererfahrene

Die Pilatesmethode ist ein ganzheitlich ausgerichtetes System aus Dehn- und Kräftigungsübungen. Gearbeitet wird im langsamen, fließenden Bewegungsrhythmus. Mit diesem Körpertraining werden die Muskeln geformt und gestärkt, die Haltung verbessert, Flexibilität und Gleichgewicht erhöht und Körper und Geist vereint.

Termine: Mittwoch, den 10., 17., 24. und 31. März
Uhrzeit: 17:15-18:15 Uhr
Einlass: ab 17:00 Uhr

Bodytoning

Ein anstrengendes Krafttraining ohne Geräte für alle Muskelgruppen.

10., 17., 24. und 31. März 2021, mittwochs 18:30-19:30 Uhr, Einlass ab 18:20 Uhr

- Anmeldung: Unter Angabe des Kurses per E-Mail an: info@tsv-ohmden.de
- Voraussetzungen: Zur Teilnahme wird ein PC/Laptop/Tablet mit Internetverbindung sowie Mikrofon und Kamera benötigt.
- Kosten: 20 Euro pro Haushalt und Kurs, nach der Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung mit den Überweisungsdaten und den Link

Ein telefonischer Support steht zur Verfügung unter mobil: 0163 1383169

Wir freuen uns auf Sie!