



TSV-Ottersberg



Der TSV bietet an:

„Calisthenics / Streetworkout“



Dauer 10 x 1,5 Stunden

**Start des Kurses Mittwoch, 13.03.2024
von 18.00- 19.30 Uhr
vor der Turnhalle, Fährwisch, 28870 Ottersberg**

Calisthenics ist ein intensives körperliches Training in der Öffentlichkeit, bei dem in der Regel mit eigenem Körpergewicht trainiert wird. Calisthenics bedeutet sinngemäß „schöne Kraft“. Synonym wird auch der Ausdruck Streetworkout verwendet.

Der Kursleiter ist Michael Hashagen

Termine: 13.03., 20.03., 03.04., 10.04., 17.04., 24.04., 08.05., 15.05., 22.05. und 29.05.2024

Eine Teilnahme ist nicht an eine Mitgliedschaft gebunden.
Mindestteilnehmerzahl: 5 Personen

Teilnahmegebühr für den Kurs: Nichtmitglieder: EUR 75,00
Mitglieder des TSV Ottersberg Abt. Turnen, Handball, Badminton, Tischtennis: EUR 37,50

Anmeldungen ab sofort bei Michael Hashagen, E-Mail:
michael.hashagen@web.de oder Handy-Nr.: 017923334389 oder
E-Mail: renatehinrichsen@web.de