

Pilates light- Kurs hat noch einige Plätze frei

Pilates ist ein Dauerbrenner im Kursangebot des TV Landau. Verständlich, dass Interessierte sich in den Kursen am Donnerstag schwer tun mit zu halten. Die versierte Übungsleiterin Karin Schramm bietet in ihrem Kurs „**Pilates light**“ auch Anfängern und Einsteigern die Möglichkeit, diese Trainingsform kennen zu lernen. Die Übungen werden dabei so gestaltet, dass jeder Teilnehmer diese leicht ausführen und erlernen kann.

Der Kurs umfasst 10 Übungsabende. Er beginnt am Freitag, den 11. Januar in der Zeit von 8.30 bis 9.30 Uhr in den Räumen des Ballettstudios Bruckmeier. Es sind noch einige Plätze frei. Anmeldungen nimmt sofort Karin Schramm unter der Tel. Nr. 09951/59607 oder die Geschäftsstelle des TVL unter der Tel.Nr.09951/9465730 oder unter der Email-Adresse verwaltung@tvlandau.de entgegen.