

Kangoo Jumps Kurs



Der TV Landau bietet im Rahmen seines Kursangebotes das Kangoo Jumps-Training an. Es findet ab heute Montag von 16.30 – 17.15 Uhr in der Dreifachsporthalle statt. Die Leitung hat Simona Neacsu. Kurzentschlossene und Interessierte können sich gerne während der Kursstunde informieren.

Bei den sogenannten Kangoo Jumps handelt es sich um gefederte Schuhe, mit denen man alle Arten von Workouts bestreiten kann. Ein entscheidender Vorteil dabei - beim Springen mit den speziellen Schuhen werden die Aufprallkräfte um bis zu 80 Prozent reduziert. Dadurch wird das Workout nicht nur angenehmer, sondern auch gesünder, da die Gelenke und die Wirbelsäule – im Vergleich zum Sport mit normalen Schuhen – geschont werden. Aus diesem Grund können auch ältere Menschen und Menschen mit Gelenk- oder Wirbelsäulenschäden mit den Kangoo-Jumps trainieren.

Informationen gibt die Geschäftsstelle unter der Telefonnummer [09951 – 9465730](tel:09951-9465730) oder per Email verwaltung@tvlandau.de sowie die Kursleiterin Simona Neacsu (HandyNr. [0151 – 51138388](tel:0151-51138388)).