



Verein für Bewegungsspiele Reichenbach/Fils e.V. gegründet 1920

Gesund und Fit beim VfB

Jetzt auch Kurse in Nordic Walking

→ nächster Kurs „Ganzkörpertraining - sanft und effektiv“ ab 06.04.2020

Mit einem gesundheitsfördernden Bewegungstraining an der frischen Luft wurde das Angebot der Abteilung Gesund+Fit des VfB Reichenbach/Fils jetzt wie geplant erweitert.

Der VfB veranstaltete auf vielfältige Nachfrage einen Kurs **Nordic Walking**. Auch für diese Bewegungsform im Freien ist VfB-Übungsleiter Joachim Dürr ausgebildet und zertifiziert.

Die beiden wöchentlichen Kurse „Ganzkörpertraining - sanft und effektiv“ im Gymnastikraum des RV-Vereinsheims ‚Rädle‘ gehen in ihre **13. Auflage**. Die Doppel-Reihe von zehn Terminen beginnt am **Montag, den 06. April 2020** und endet voraussichtlich am **29. Juni 2020**.

Interessenten melden sich bitte direkt bei

Joachim Dürr,
Mobiltelefon: 0157-89575525,
E-Mail: fitness@vfb-reichenbach.de

oder

VfB Reichenbach/Fils e.V.
„Gesund und fit“,
Postfach 1109,
73258 Reichenbach/Fils

----- **NEUE KURSE** -----

Kursbezeichnung „Funktionelle Gymnastik“		Kursbezeichnung „Nordic Walking“	
Zusatzbeschreibung	Ganzkörpertraining - sanft und effektiv	Bereich	Muskel-Skelettsystem
Bereich	Muskel-Skelettsystem	Zielgruppe	Erwachsene
Zielgruppe	Erwachsene	Ansprechpartner / Übungsleiter	Joachim Duerr Tel.: +49 (0)157 895 75 525 Mail: fitness@vfb-reichenbach.de
Ansprechpartner / Übungsleiter	Joachim Duerr Tel.: +49 (0)157 895 75 525 Mail: fitness@vfb-reichenbach.de	Kursgebühren	5 € pro Einheit, Einzelteilnahmen möglich
Kursgebühr für 10 Einheiten	70 € Nichtmitglieder 60 € Partnertarif / Folgekurs 50 € Mitglieder VfB Reichenbach	Kurse	Auf Anfrage
Kursbeginn / Schnupperkurs	06. April 2020 Kurs 26 – 18:15 bis 19:30 Uhr Kurs 27 – 19:45 bis 21:00 Uhr	Kursende	
		<div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="flex: 1;"> <p>NEUES ANGEBOT „Gesund und Fit“ Joachim Dürr, Tel.: 0157-89575525, fitness@vfb-reichenbach.de</p> </div> <div style="flex: 0.5; text-align: center;">  </div> </div>	