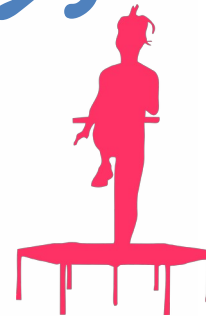
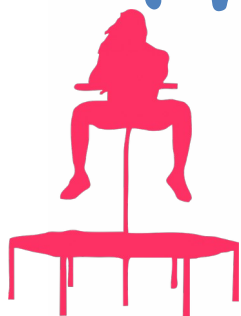





Turn- und Sportverein Zarpfen e.V.

# Trampolin Fitness

Der TSV Zarpfen bietet wieder  
ab dem **29.08.2023** einen  
Trampolin Fitness Kurs an!



Die Kursstunden finden jeweils **dienstags ab 18.05 Uhr** (45min)  
in der kleinen Zarpener Turnhalle statt.

 Trampolin Fitness ist ein sehr effektives und dabei  
gelenkschonendes Training. Du trainierst deine Koordination und  
deine Kondition. Das Workout auf dem Trampolin bringt deinen  
Stoffwechsel in Schwung, fördert den Muskelaufbau und macht  
dabei noch riesen Spaß.

Und ganz nebenbei: in einer Stunde Trampolin Fitness kannst du  
bis zu 1.000 Kalorien verbrennen.

**ACHTUNG: Der Kurs ist in der Teilnehmerzahl beschränkt!**

**Der Kurs umfasst insgesamt 13 Termine**

**29.08.2023, 05.09.2023, 19.09.2023, 26.09.2023,  
10.10.2023, 17.10.2023, 24.10.2023, 07.11.2023,  
14.11.2023, 21.11.2023, 28.11.2023, 05.12.2023, 12.12.2023**

**Die Kursgebühr für 13 Termine beträgt pro Person 65€  
und für Vereinsmitglieder beträgt die Kursgebühr 45,50€.**

**Bei weiteren Fragen kannst du dich direkt bei der Kursleiterin unter  
der Nummer 0176/24631388 melden.**