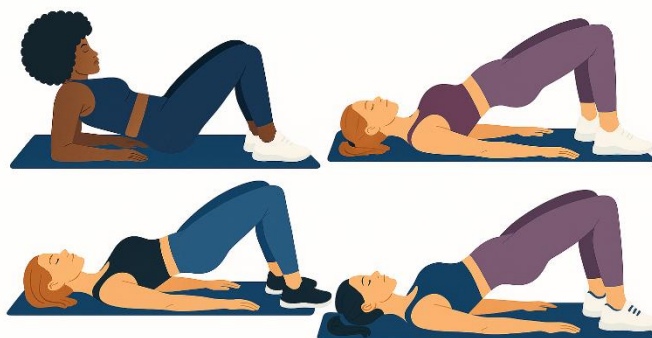




Der TSV Zarpfen bietet ab dem **18.08.26** wieder einen **Bauch-Beine-Po Kurs** an!

Die Kursstunden finden jeweils **dienstags ab 19.10 Uhr (45 Minuten)** in der kleinen Zarpener Turnhalle statt.

Ein Bauch, Beine, Po Training ist der ideale Weg um den Körper in Form zu bringen und diese zu halten. Mit einer bunten Mischung aus Eigengewichtübungen, Kraft-Ausdauer-Übungen und Übungen mit diversem Fitnessequipment wird der ganze Körper gekräftigt, gestrafft und geformt.

Der Kurs umfasst insgesamt 12 Termine

18.08.2026., 25.08.2026, 15.09.2026, 22.09.2026, 29.09.2026, 06.10.2026, 03.11.2026, 10.11.2026, 24.11.2026, 01.12.2026, 08.12.2026, 15.12.2026

Die Kursgebühr für 12 Termine beträgt pro Person 60 €
und für Vereinsmitglieder beträgt die Kursgebühr 42 €.

Teilnahme auch mit 10er Karte möglich!

(18 Monate einlösbar, flexible Nutzungsmöglichkeiten, weitere Informationen dazu findet ihr auf unserer Webseite)

Bei weiteren Fragen kannst du dich direkt bei der Kursleiterin Jana Seiffert unter der Nummer 0178/3344006 melden.

Weitere Informationen und Anmeldeformulare zu unseren Kursangeboten sind auf der TSV Zarpfen Homepage www.tsvzarpfen.de zu finden.