

Unser Kursangebot:



Hatha Yoga: ab 1. September

12 Termine
Zeit: Donnerstags, 19.30-21.00 Uhr
Sporthalle des LSV, Luhden, Dorfstrasse
Kosten: 90,00€, Mitglieder 50,00€
In Zusammenarbeit mit dem Luhdener SV

Gesund und Fit: ab 8. August

8 Termine - **das Allround-Gesundheitssportprogramm**
Zeit: Montags, 18.00-19.00 Uhr
Ort: Bückeburg, Turnhalle am Oberstenhof
Kosten: 36,00€/erm. 20,00€
Abteilungs-Mitglieder frei
Zuschuss Krankenkasse möglich



Rücken aktiv : ab 8. August -bewegen statt schonen!

8 Term.
Zeit: Montags, 17.00-18.00 Uhr
Ort: Bückeburg, Turnhalle am Oberstenhof
Kosten: 36,00€/erm. 20,00€
Abteilungs-Mitglieder frei
Zuschuss Krankenkasse möglich

Zumba: -das Dance-Workout! ab 9. August

10 Termine
Zeit: Dienstags, 19.00-20.00 Uhr
Ort: Turnhalle des LSV in Luhden, Dorfstrasse
Kosten: Mitglieder Erwachsene 20,00€, Jugendliche 12,00€
Nichtmitglieder Erwachsene 30,00€, Jugendliche 15,00€

Schulter-Nacken-Fit ab 4. August

12 Termine
Zeit: Donnerstags, 18.00-19.00 Uhr
Ort: Gymnastikraum in der Kreissporthalle am Adolfinum
Kosten: 55,00€/erm. 20,00€
Abteilungs-Mitglieder frei



NEU: Hüftgelenks-Training ab 4. August

12 Termine
Zeit: Donnerstags, 17.00-18.00 Uhr
Ort: Gymnastikraum in der Kreissporthalle am Adolfinum
Kosten: 55,00€/erm. 20,00€
Abteilungs-Mitglieder frei

**Mehr Informationen: www.vfl-bueckeburg.de/Fitness-Turnen-Gesundheit/Kurse
Anmeldungen und Infos unter 05722/26544 oder per Mail an:**

fitness@vfl-bueckeburg.de

Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung möglich, das gilt auch für Mitglieder.