

**TuS Bönen 1901 e.V.** · Bahnhofstr. 116 · 59199 Bönen

Telefon: 0 23 83 / 5 71 89

Öffnungszeiten: di, 19.30 – 21.00 und do, 16.00 – 19.00 Uhr

[www.tus-boenen.de](http://www.tus-boenen.de)



## Ski-Gymnastik

### Fitness für Wintersportler

Der Winterurlaub steht vor der Tür: Wir zeigen, wie man mit moderner Skigymnastik fit und sicher für die Piste wird, mit unserem Workout für alle Schnee-Hasen! Erst die Kombination von Kraft und Koordination bringt Ihnen die richtige Kondition für die Berge.

Wann: Mo, 06.11. - 18.12.2017 und  
Mo, 08.01. - 19.03.2018  
von 20.00 - 22.00 Uhr

Wo: Goethe-Halle 3

Kosten: TuS-Mitglieder: 0,00 €  
Nichtmitglieder: 50,00 €

Leitung: Susanne Bauch

