

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)



## SCHNUPPERKURS

### FIT IN DEN TAG



Frühsport macht glücklich!

Nach dem Aufstehen ist die beste Zeit für Bewegung. Dies regt die

Fettverbrennung an und sorgt für einen guten Start in den Tag.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, ein Getränk u. gute Laune.

Wann: mittwochs, 8.00 - 9.00 Uhr

Wo: Goethe-Halle

Kosten: Mitglieder: 0,00 € / Std. und  
Nichtmitglieder: 3,00 € / Std.

Leitung: Helga Schermer



### Kursplanung 2018

Kurs-Nr.	Tag/Zeit	von/bis	Dauer	Mitglied	Nichtmitglied
Fit 1	Mi, 8.00 - 9.00	10.01. – 21.03.	11 Wo	0,00 €	33,00€
Fit 2	Mi, 8.00 - 9.00	11.04. – 11.07.	13 Wo	0,00 €	39,00 €
Fit 3	Mi, 8.00 - 9.00	29.08. – 10.10.	6 Wo	0,00 €	18,00 €
Fit 4	Mi, 8.00 - 9.00	31.10. – 19.12.	8 Wo	0,00 €	24,00 €

\*\*\*Eine vorherige Anmeldung und Bezahlung im Büro ist erforderlich, da die Teilnehmerzahl auf max. 20 begrenzt ist. \*\*\*