



Turngau Mittellahn

Lehrgang „Pilates in Perfektion“

Limburg-Weilburg. Am Samstag 20 November 2010 findet von 10:00 bis 16:30 Uhr im Gymnastikraum im Vereinsheim am Sportplatz beim Turn- und Sportverein Dietkirchen ein Lehrgang „Pilates in Perfektion“ (auch für ältere Einsteiger) statt. Er ist gleichzeitig für die Übungsleiter –Lizenzverlängerung vorgesehen.

Entspannung, Lebensfreude, Verspannung und Muskulatur sind im Lehrgangsprogramm enthalten.

Referentin ist Elisabeth Edel, Pilatetrainerin.

Anmeldung unter: lehrgang@turngau-mittellahn.de.

(boe)

