

PRESSEMITTEILUNG



DATUM:

29.01.2019

Rund – na und!

Das Fitness-Workout der VHS Siebengebirge ist genau für diejenigen gemacht, die ein wenig zu viel auf den Hüften haben und gelenkschonend aber effizient fit werden möchten. Mit Tanz- und Aerobic-elementen, Übungen für Wirbelsäule und Koordination wird bei Musik und mit viel Spaß den Pölsterchen zu Leibe gerückt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Kursus ab Montag, den 04. Februar 2019 in der Zeit von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr findet in Oberdollendorf in der Turnhalle der Grundschule statt. Das Entgelt beträgt ab 10 Personen 78,30 Euro und bei sieben bis neun Personen 111,90 Euro.

Anmeldeschluss ist der 01. Februar 2019. Auskunft erteilt die Geschäftsstelle der VHS Siebengebirge unter 02244/889-208 oder –207. Anmeldung bitte nur schriftlich an die VHS Siebengebirge, Dollendorfer Str. 48, 53639 Königswinter, per Fax an 02244/889-378 oder per E-Mail an vhs@koenigswinter.de.

Königswinter, den 29. Januar 2019