



SPORTVEREIN WIELENBACH e.V.



Fussball • Tischtennis • Stockschiessen • Gymnastik • Tennis • Radsport • Volleyball • Badminton

Pilates



**Eine Trainingsmethode für mehr
Balance und Beweglichkeit**

Durch gezielte, funktionelle Übungen wird die stabilisierende Bauch- und Rückenmuskulatur trainiert, sowie der Beckenboden aktiviert.

Der gesamte Bewegungsapparat wird aufgerichtet und bestehende Dysfunktionen ausgeglichen.

Die begleitende Atemtechnik fördert die Körperwahrnehmung und mentale Entspannung.

**Die Gymnastikabteilung des SV Wielenbach bietet
einen sechswöchigen Kurs
Turnhalle Wielenbach, Rosenstr. 1**

**Beginn: Montag, 28. April 2025
von 18.15 Uhr – 19.15 Uhr
mit Petra Schneider**

Kosten:

Nichtmitglieder	40€
SVW Mitglieder	25€
SVW Abteilungsmitglieder	15€

Bei Interesse melden Sie sich bei Abteilungsleiterin Barbara Uhl unter
017654421512 oder BarbaraUhl@web.de