

Fit für SELBSTVERTEIDIGUNG

Bewegt **ÄLTER** werden in **NRW!**



Der Verein in Ihrer Nähe:

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



in Zusammenarbeit
mit dem NWTV



Gymnastik und Konditionstraining zur Verbesserung der Fitness kombiniert
mit einfachen Kampfsporttechniken aus Boxen,
Kick-Boxen und Taekwon-Do für Erwachsene
**unter fachkundiger Anleitung
erfahrener Trainer**

Kursdauer: 3 Monate mit
Verlängerungsmöglichkeit,
Trainingseinheiten ein Mal wöchentlich
Reine Frauenkurse auf Anfrage

je Kurs
60.€
pauschal

Fit für SELBSTVERTEIDIGUNG

Bewegt **ÄLTER** werden in **NRW!**



Der Verein in Ihrer Nähe:

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



in Zusammenarbeit
mit dem NWTV



Gymnastik und Konditionstraining zur Verbesserung der Fitness kombiniert
mit einfachen Kampfsporttechniken aus Boxen,
Kick-Boxen und Taekwon-Do für Erwachsene
**unter fachkundiger Anleitung
erfahrener Trainer**

Kursdauer: 3 Monate mit
Verlängerungsmöglichkeit,
Trainingseinheiten ein Mal wöchentlich
Reine Frauenkurse auf Anfrage

je Kurs
60.€
pauschal

www.nwtv.de

Hotline 0173 – 725 38 76