



Turn- und Sportverein Breitscheid 1972/89 e. V.

Breitscheider Hof 36, 40885 Ratingen

Telefon: 02102 7708756

www.tus-breitscheid.de



Pressedienst

presse@tus-breitscheid.de

2016-006

Mittwoch, 13. Januar 2016

Neuer Kurs „Fit & Relax“ beim TuS Breitscheid

Am 5. Februar 2016 startet ein neuer Gesundheitskurs in Ratingen-Breitscheid. Jeweils freitags in der Zeit von 18:30 bis 19:30 Uhr bietet die Übungsleiterin Petra Kuhlen in der Turnhalle der Matthias-Claudius-Schule ein ganzheitliches Training für das Herz-Kreislauf-System, Kraftaufbau und Ausdauer an. Der Kurs wird durch eine abschließende Entspannungssequenz aus der Progressiven Muskelentspannung, dem Yoga oder dem Autogenen Training abgerundet.

Gerne können Interessenten Probestunden mitmachen. Der Kurs ist für Mitglieder des TuS Breitscheid 1972/89 e. V. kostenlos. Nichtmitglieder können gegen eine geringe Gebühr teilnehmen. Weitere Informationen gibt es bei Heike Kaufmann, Tel. 02102 - 1471038 oder unter heike.kaufmann@tus-breitscheid.de.

Mit sportlichen Grüßen

Turn- und Sportverein Breitscheid 1972/89 e. V.
gez. Peter Tack
Referent für Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit

Vorsitzende:

1. Vorsitzender
Dr. Jürgen Bock
Tenterweg 140
40885 Ratingen

2. Vorsitzender
Wolfgang Regh
Alte Kölner Straße 54
40885 Ratingen



Bankverbindung:

Sparkasse Ratingen
BLZ: 334 500 00, Kontonr. 1040 69 79 79
BIC: WELADED1VEL,
IBAN: DE10 3345 0000 1040 6979 79