



NEU BEIM TV LENZINGHAUSEN!

AQUA-FITNESS

IM FREIBAD LENZINGHAUSEN

*Fit werden im Wasser –
gelenkschonend, effektiv und mit viel Spaß!*



**AUSDAUER
FÖRDERN**



**KRAFT
AUFBAUEN**



**BEWEGLICHKEIT
VERBESSERN**



**FÜR ERWACHSENE
JEDEN ALTERS
GEEIGNET**



MIT SCHLECHTWETTERGARANTIE!

Sollte ein Termin wetterbedingt ausfallen, findet stattdessen ein alternatives Gesundheits- und Bewegungsprogramm im TVL-Kursraum statt.



KURS 1



DONNERSTAGS

🕒 14:00 – 15:00 UHR

02.07. | 09.07. | 16.07. | 23.07.
13.08. | 20.08. | 27.08.2026

ANMELDESCHLUSS: 30.06.2026

KURS 2



FREITAGS

🕒 17:45 – 18:45 UHR

17.07. | 24.07. | 14.08.
21.08. | 28.08.2026

ANMELDESCHLUSS: 10.07.2026



KURSLEITUNG

Michelle Göbel

Sport- und
Gymnastiklehrerin



TEILNAHME

- ✓ Nur für Mitglieder des TV Lenzinghausen e.V.
- ✓ 5,00 € pro Kurstermin
- ✓ Freibadeintritt während der Kurszeit inklusive



ANMELDUNG

- ☎ 05225 / 8748533
- ✉ tvlenzinghausen.mm@gmail.com
- 📍 TVL Gesundheits- und Rehasstudio
Bielefelder Straße 137
32139 Spenge

Mehr Infos:

Weitere Informationen zum Kursangebot,
Anmeldung und aktuelle Hinweise unter:

tv-lenzinghausen.de

**BEWEGUNG
GESUNDHEIT
GEMEINSCHAFT**

