

Ball-Sport-Verein 1975 e.V. Langenselbold

Prell-, Volley- u. Basketball; Kinder-, Freizeit-,
Breiten- und Gesundheitssport; Showtanz; Walking

**Aktiv
+ Fit**

mach mit !



Inhalte der Abteilung

Aerobic

Stepaerobic

Laufspiele

Wettspiele

Funktionsgymnastik -
Bauch / Beine / Po

Gymnastik mit dem Physioband
und Kleingeräten

Rückenübungen

Zirkeltraining

Entspannungsübungen -
passiv oder aktiv

und Spaß mit unserer
lizenzierteren Übungsleiterin

Ansprechpartner

Sportwartin

Daniela Opfer

Im Stockborn 27, 63505 Langenselbold

Tel. (0 61 84) 647162

Vereinsmanager

Armin Krammig

Niedertalstr. 54, 63505 Langenselbold

Tel. (0 61 84) 37 82

www.ball-sport-verein.de

Trainingszeiten

Donnerstags

von

19.00 Uhr bis 20.00 Uhr

in der

Turnhalle der

Gründauschule in der Bremesgasse