



<https://biz.li/4ax0>

# NEUER KURSUS BEIM SC HEMMINGEN- WESTERFELD

Veröffentlicht am 23.01.2020 um 10:37 von Redaktion LeineBlitz

Ab sofort können interessierte Teilnehmer/innen an dem neuen Sportprogramm aus der Rückenschule teilnehmen. 3D-Pilates ist ein Faszientraining unterstützt durch Pilates-Atmen; ein schonendes Gelenktraining gegen Verspannungen und Schmerzen. Gut trainierte Faszien schützen vor Verletzungen und verleihen dem Körper Elastizität. Der Kursus findet in der neuen Gymnastikhalle auf dem Sportplatz des SC Hemmingen-Westerfeld, Hohe Bunte, jeweils freitags von 18 Uhr bis 19 Uhr statt und kostet für Nichtmitglieder 79 Euro und 55 Euro für Mitglieder. Anmeldungen sind möglich per E-Mail an [gleichstellung@sc-hemmingen-westerfeld.de](mailto:gleichstellung@sc-hemmingen-westerfeld.de) oder telefonisch unter 05 11/42 51 41.