

## **Aktiv und Vital 60+ - Fitnessmix im Gesundheitssport – Kurs2** **(Sport und Spaß in einer netten Gruppe)**

**Abwechslungsreiches**, gesundheitsorientiertes **Training** für Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer. **Mitmachen kann jeder** – Mann oder Frau – trainiert oder untrainiert – Hauptsache der Wille ist da!

Kursbeginn: 13.04.2026 (12 Einheiten)

Wann: Montag, 9:30 – 10:30 Uhr

Übungsleiterin: Reinhold Claß, Heilpraktiker

Treffpunkt: MeTraVit Bad Seba – Halle 2

Anmeldung/Info: Reinhold Claß, 0172-9861291, [info@naturheilpraxis-class.de](mailto:info@naturheilpraxis-class.de)  
sowie über das [TVB-Webportal](#) auf der [Homepage](#) oder in der [App](#)

Preis: Mitglieder 30 Euro, Nichtmitglieder 78 Euro