



**NEU BEIM TV LENZINGHAUSEN!**

# AQUA-FITNESS

## IM FREIBAD LENZINGHAUSEN



**AUSDAUER FÖRDERN**



**KRAFT AUFBAUEN**



**BEWEGLICHKEIT VERBESSERN**



**FÜR ERWACHSENE JEDEN ALTERS GEEIGNET**

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



### 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**

