

## Freestyle Intensive

Intensives funktionelles Training zur Steigerung der Fitness durch Koordination, Ausdauer und Beweglichkeit mit eigenem Körpergewicht, kleinen Hilfsmitteln und hochintensiven Intervalltraining (Tabata).

---

**Kurszeit:** dienstags von 19:10 Uhr bis 20:10 Uhr

**Kursleiter:** Hedi Kainz (Fitness Trainer B-Lizenz Lead, Iron Workout® Instructor)

**Kursbeginn:** Dienstag, den 01.10.2019

**Kursende:** Dienstag, den 10.12.2019

**Kurstermine:**

1.	01.10.2019	-	Herbstferien	8.	26.11.2019
2.	08.10.2019	5.	05.11.2019	9.	03.12.2019
3.	15.10.2019	6.	12.11.2019	10.	10.12.2019
4.	22.10..2019	7.	19.11.2019		

**Kursort:** Turn- und Versammlungshalle Hedelfingen,  
Hedelfinger Str. 9, 70329 Stuttgart

**Kursdauer:** 10 mal

**Kursgebühr:** 30,- € für Mitglieder der SKS  
70,- € für Nichtmitglieder

Die Kursgebühr wird am **15.10.2019** eingezogen.

---

**Kursinfo:** Geschäftsstelle SportKultur Stuttgart e.V.  
Tel. 0711 / 42 24 81 oder über E-Mail  
info@sportkultur-stuttgart.de  
[www.sportkultur-stuttgart.de](http://www.sportkultur-stuttgart.de)  
(bitte klicken Sie sich über Angebote und Kurse weiter)

**Ansprechpartner:** Ann-Katrin Riehle

Hinweis: Unsere Teilnahmebedingungen für die Kurse können Sie entweder auf unserer Homepage nachlesen oder bei uns auf der Geschäftsstelle einsehen. Die Teilnahmebedingungen gelten für alle unsere Kurse.