Turn- und Sportverein Hohenhorst von 1963 e.V.

# Einführungskurs Beckenbodentraining



**Jede Frau wünscht sich einen kräftigen, intakten und empfindsamen Beckenboden. Dafür kannst Du etwas tun!**

## 3-stündiger Einführungskurs am 28.11.2026

Wann? 14:00 – 17:00 Uhr

Wo? Kielkoppelstraße 9 a/b; 22149 Hamburg

Kosten: 15€ für TSV Mitglieder / 20€ für Nichtmitglieder

Interessierte melden sich bitte in der Geschäftsstelle des TSV Hohenhorst unter Telefon-Nr. 672 04 63 oder Info@tsv-hohenhorst.de. Nähere Informationen erteilt auch gerne Erika Schmidt unter Telefon-Nr. 672 88 03