

# Bodyforming-Kursus beginnt am 20. Juli im Pattenser Bad

**PATTENSEN.** Der VfB Pattensen beginnt mit einem Bodyforming-Kursus am Sonntag 20. Juli, um 17 Uhr im Pattenser Bad. Der Kursus findet zehn Mal statt.

Aktivitäten bieten sich besonders an, wenn man seinen Stoffwechsel verändern will. Es handelt sich um ein Fettverbrennungsprogramm mit unterschiedlichen Übungen im Kraft- und Ausdauer-

bereich sowie Intervallübungen. Mit intensiver Bewegung und viel Spaß soll die Fettverbrennung angekurbelt werden.

Die Kursusgebühr beträgt 70 Euro einschließlich Badeintritt. Anmeldungen nimmt Anita Bühre unter Telefon 0 51 01/5 82 02 oder per E-Mail unter [anitabuehre@yahoo.de](mailto:anitabuehre@yahoo.de) entgegen.

*VfB Pattensen*