



Winter – Fitness – Treff

Mit Beginn des neuen Jahres bietet der TC Freudental wieder jeden **Montag von 20.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr** den traditionellen Winter-Fitness-Treff in der Schönenberghalle an. Unter der bewährten Leitung von Regina Hirsch wollen wir mit

- Sport und Spiel
- Funktionsgymnastik (Muskeln, Gelenke)
- Gymnastik zur Stärkung der Rückenmuskulatur
- Gymnastik für Bauch und Po

dafür sorgen, dass Sie fit über den Winter kommen. **Erster Übungsabend ist am Montag, 13. Januar 2014**

Leider muss in diesem Jahr von Mitgliedern wieder ein Unkostenbeitrag von 10 € für den Rest der Wintersaison erhoben werden. Nichtmitglieder sind (gegen einen Obolus von 18 €) ebenfalls herzlich willkommen.

Anmeldung und Infos bei R. Hirsch Tel.: 07143/24205

Ihr/Euer
Tennisclub Freudental

Frohes Fest und ein glückliches neues Jahr!

Auch auf diesem Wege herzlichen Dank allen Mitglieder des Vereins, den Freunden und Gönnern, allen Freudentalern und der Gemeindeverwaltung für die tatkräftige Mithilfe und Unterstützung im (fast) abgelaufenen Jahr 2013. Wir wünschen allen mit ihren Familien ein besonders schönes Weihnachtsfest und ein gutes, friedliches, gesundes und erfolgreiches Jahr 2014.

Ihr/Euer
Tennisclub Freudental