

Allgemeine Angebotsübersicht

Kampfsportarten

Boxen
Jiu-Jitsu
Karate
Kung-Fu
Judo
Wing Tsun

Ballsportarten

Badminton
Floorball
Fußball
Handball
Tennis
Tischtennis
Volleyball

Tanz und Gymnastik

Ballett
Gymnastik
Musical & Showdance
Stepptanz
Tanzen

Fitness und Gesundheit

Fitnessstudio
Reha Sport
Sportabzeichen
Leichtathletik

Weitere Angebote

Firmenfitness
Schwimmen lernen für Kinder
Turnen
Dart

Unsere monatlichen Beiträge

Vereinsbeitrag
Erwachsene 22,00 €

Der Spartenbeitrag richtet sich nach der
verbindlichen Auswahl aus unseren
Angeboten:

1 bis 3 Angebote	5,00 €
4 bis 6 Angebote	10,00 €
7 bis 9 Angebote	15,00 €

Bei Fragen gerne bei unserem
Abteilungsleiter oder im Sportbüro melden:

Abteilungsleiter

Rüdiger Reuter 0172 – 428 50 72

Sportbüro

info@tsv-glinde.de

Stand: 15. April 2026



info@tsv-glinde.de



040 - 710 72 15



tsvglinde



Am Sportplatz 98a
21509 Glinde



TSV Glinde von 1930 e.V.



Gymnastik



UNSERE GYMNASTIK KURSÜBERSICHT

Bewegung für Körper, Geist und Wohlbefinden.



GESUNDHEIT



FITNESS



ENTSPANNUNG



GEMEINSCHAFT



WOHLBEFINDEN



MONTAG



- | | |
|-------------------|--|
| 10:00 – 11:00 Uhr | Ganzheitl. Körpertraining
Sportraum 3 – Mouna
(Aufnahmestopp) |
| 11:00 – 11:45 Uhr | Walking
Treffen am TSV Sportlereingang – Mouna |
| 12:00 – 12:45 Uhr | AB OKTOBER
Golffitness
Sportraum 3 – Mouna |
| 18:15 – 19:15 Uhr | Herz-Kreislauf-Aerobic
Sportraum 1 – Frauke |

DIENSTAG



- | | |
|-------------------|--|
| 09:00 – 09:45 Uhr | Rückenfit
Sportraum 3 – Mouna |
| 10:00 – 11:00 Uhr | Stuhlgymnastik
Gesundheitsstudio 1 – Romy |
| 10:00 – 10:45 Uhr | Pilamobi
Sportraum 3 – Mouna |
| 11:00 – 11:45 Uhr | Orthopädie
Sportraum 3 – Mouna |
| 12:00 – 12:45 Uhr | Ganzheitliches Körpertraining
Sportraum 3 – Mouna |
| 18:30 – 20:00 Uhr | Fun Dance
Spiegelsaal – Marina + Claudia |
| 20:00 – 21:00 Uhr | Fitness (Fitness all you can)
Große Halle Tannenweg – Ilka |
| 20:15 – 21:45 Uhr | Dance-Factory
Spiegelsaal – Christine |

MITTWOCH



- | | |
|-------------------|---|
| 09:00 – 09:45 Uhr | Fitness-Balance
Sportraum 3 – Mouna |
| 10:00 – 10:45 Uhr | Allg. Gesundheitstraining
Sportraum 3 – Mouna |
| 11:00 – 11:45 Uhr | Haltung und Bewegung durch Kräftigung
Sportraum 3 – Mouna |
| 14:00 – 15:00 Uhr | Wirbelsäulengymnastik
Gesundheitsstudio 1 – Romy |
| 18:30 – 19:30 Uhr | Power-Mix
Spiegelsaal – Michaela |

DONNERSTAG



- | | |
|-------------------|---|
| 09:45 – 10:45 Uhr | Yin Yoga
Spiegelsaal – Alexa |
| 11:00 – 12:00 Uhr | Yin Yoga
Spiegelsaal – Alexa |
| 10:00 – 11:00 Uhr | Ganzheitl. Körpertraining
Sportraum 3 – Mouna |
| 18:15 – 19:45 Uhr | Kundalini Yoga
Spiegelsaal – Madeleine |
| 19:00 – 20:00 Uhr | Fitness- und Funktionsgymnastik
Große Halle Tannenweg – Karin |



FINDE DEINEN KURS.
FÜR JEDES ALTER. FÜR DEINE GESUNDHEIT.



**ALLE TRAININGSZEITEN
IM ÜBERBLICK**

*Wir freuen uns
auf dich! ♥*