

Unsere Öffnungszeiten

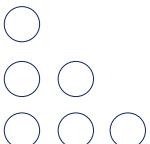
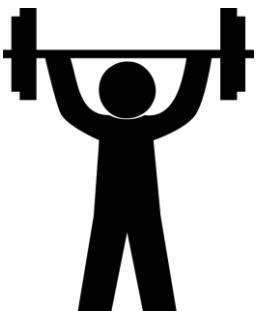
Montag:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Daniel

Dienstag:
09:00 – 13:00 Uhr Daniel

Mittwoch:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Angelika

Donnerstag:
08:30 – 13:00 Uhr: Angelika

Freitag:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Mouna



Unsere Preise

Mit Mitgliedschaft:

aktive Mitgliedschaft 22,00 €/Monat

Aufnahmegebühr: 15,00€

Mitgliedschaft Fitness
(unbegrenztes Training) 15,00 €/Monat
Oder
10er Karte : 25,00€

Ohne Mitgliedschaft:

10er Karte: 46,00 €

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich
gerne an

info@tsv-glinde.de

Stand: 4. April 2025



info@tsv-glinde.de



040 - 710 72 15



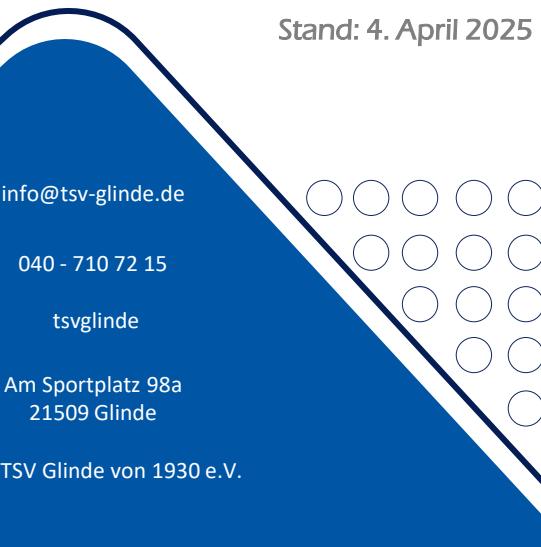
tsvglinde



Am Sportplatz 98a
21509 Glinde



TSV Glinde von 1930 e.V.



Fitnessstudio



Unsere Geräte & Trainingsmöglichkeiten

Warm-up & Cardio

Unser Studio verfügt über moderne **Warm-up- und Cardiogeräte**, darunter:

- Fahrradergometer, Laufbänder, Stepper, Rudergerät, Crosstrainer

Ergänzt wird der Bereich durch **Geräte für gezielten Muskelaufbau**.



Functional & Spezialtraining

TRX-Band

Effektives Ganzkörpertraining mit dem eigenen Körpergewicht zur Verbesserung von Kraft, Stabilität und Koordination.

Power Plate

Vibrationstraining für den gesamten Körper zur Aktivierung, Kräftigung und Stabilisation der Muskulatur.

Freihanteltraining

- Kurz- und Langhanteln
- **Kettlebells** in verschiedenen Gewichtsstufen für ein funktionelles Training der gesamten Muskulatur



Allgemeine Angebotsübersicht

Kampfsportarten

- Boxen
- Jiu-Jitsu
- Karate
- Kung-Fu
- Judo
- WingTsun

Ballsportarten

- Badminton
- Floorball
- Fußball
- Handball
- Tennis
- Tischtennis
- Volleyball

Tanz und Gymnastik

- Ballett
- Gymnastik
- Musical & Showdance
- Stepptanz
- Tanzen

Fitness und Gesundheit

- Fitnessstudio
- Reha Sport
- Sportabzeichen

Weitere Angebote

- Firmenfitness
- Schwimmen lernen für Kinder
- Dart
- Turnen
- Leichtathletik

Dein Training. Dein Tempo. Dein Verein.

Unser modern ausgestattetes, gesundheitsorientiertes Fitness-Studio bietet ein attraktives Trainingsangebot für Mitglieder und Nichtmitglieder.

Ob Kraft, Ausdauer oder allgemeine Fitness – bei uns trainierst du sicher, effektiv und in angenehmer Atmosphäre.

Unsere Trainer stehen dir beratend zur Seite.

Wichtig zu wissen:

- Einweisung durch qualifizierte Trainer vor der ersten Nutzung
- Fokus auf korrekte Bewegungsabläufe und sicheres Training
- Individueller Trainingsplan auf Wunsch
- Nutzung ab 16 Jahren (unter 18 Jahren nur mit schriftlicher Einverständniserklärung der Eltern)

👉 Starte jetzt dein Training beim TSV Glinde!