

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 Leichtathletik

Weitere Angebote

Firmenfitness
Schwimmen lernen für Kinder
Jedermannsport
Turnen

Unsere Preise

TSV-Grundbeitrag
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

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an

info@tsv-glinde.de

 info@tsv-glinde.de

 040 - 710 72 15

 [tsvglinde](https://www.instagram.com/tsvglinde)

 Am Sportplatz 98a
21509 Glinde

 TSV Glinde von 1930 e.V.



Gymnastik



Montag

09:00 – 09:45 Uhr: **Walking**
Treffen am TSV Sportlereingang – Mouna

10:00 – 11:00 Uhr: **Ganzheitliches
Körpertraining**
Gesundheitsstudio 2 – Mouna

11:00 – 12:00 Uhr: **Pilates**
Gesundheitsstudio 2 – Mouna
(Aufnahmestopp)

18:15 – 19:15 Uhr:
Herz-Kreislauf-Aerobic
Saal 3 – Frauke

20:15 – 21:45 Uhr: **Dance-Factory**
Spiegelsaal – Christine



Dienstag

09:00 – 09:45 Uhr: **Rückenfit**
Gesundheitsstudio 2 – Mouna

10:00 – 11:00 Uhr: **Stuhlgymnastik***
Gesundheitsstudio 1 – Romy

10:00 – 10:45 Uhr: **„Reha“ ohne Verordnung**
Gesundheitsstudio 2 – Mouna

11:00 – 11:45 Uhr: **Pilamobi**
Gesundheitsstudio 2 – Mouna

12:00 – 12:45 Uhr: **Ganzheitliches Körpertraining**
Gesundheitsstudio 2 – 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

Mittwoch

09:00 – 09:45 Uhr: **Fitness-Balance**
Gesundheitsstudio 1 – Mouna

18:30 – 19:30 Uhr: **Power-Mix**
Spiegelsaal - Michaela

Donnerstag

09:45 – 10:45 Uhr: **Yin Yoga**
Spiegelsaal – Alexa

10:45 – 11:45 Uhr: **Yin Yoga***
Spiegelsaal – Alexa

10:00 – 11:00 Uhr: **Ganzheitliches
Körpertraining***
Gesundheitsstudio 1 Mouna
(Aufnahmestopp)

18:15 – 19:45 Uhr: **Kundalini Yoga**
Spiegelsaal – Madeleine

19:00 – 20:00 Uhr: **Fitness- und
Funktionsgymnastik***
Große Halle Tannenweg – Karin