



neue Angebote

Sport im TSV

Entdecken Sie die Vielfalt unserer neuen Angebote und Beiträge in der Gymnastikabteilung! Ab sofort haben unsere Mitglieder die Möglichkeit, aus einer breiten Auswahl an Kursen zu wählen. Das bewährte Anmeldeverfahren bleibt bestehen, während wir mit Freude einige neue Angebote hinzufügen:

montags:

- ³ **Walking** ab 9 Uhr
- ² **Pilates** ab 11.15 Uhr
- ⁶ **Aerobic** ab 18:15 Uhr
- ⁴ **Dance Factory** ab 20 Uhr

dienstags:

- ² **Rückenfit** ab 9 Uhr
- ² **Reha** ohne Verordnung ab 10 Uhr
- ² **Ganzh. Körpertraining** ab 11 Uhr
- ² **Pilamobi** ab 12 Uhr
- ⁴ **Fun Dance** ab 18:30 Uhr
- ⁵ **Fitness** ab 19 Uhr

mittwochs:

- ¹ **Fitness-Balance** ab 9 Uhr
- ¹ **Gesundheitstraining** ab 10 Uhr
- ⁴ **Power Mix** ab 18 Uhr

donnerstags:

- ⁴ **Yin Yoga** ab 10 Uhr
- ⁴ **Yin Yoga** ab 11 Uhr
- ⁴ **Kundalini Yoga** ab 18:15 Uhr
- ¹ **Ganzh. Körpertraining** ab 9 Uhr
- ¹ **Rehatraining** (Stuhl) ab 10 Uhr
- ¹ **Rehatraining** ab 11 Uhr
- ⁵ **Fitness- und Funktionsgymnastik** ab 18:30 Uhr

¹ Tanz- und Gesundheitsstudio 1

² Tanz- und Gesundheitsstudio 2

³ Treffen Sportlereingang

⁴ Spiegelsaal

⁵ große Halle Tannenweg

⁶ Saal 3

Wir laden Sie herzlich ein, uns bei zwei kostenlosen Probestunden zu besuchen und unsere Kurse kennenzulernen! Kommen sie einfach ohne Voranmeldung vorbei.

Ab € 22 Sport im TSV. 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

Zusätzlich zu den genannten Kursen finden Sie weitere Angebote auf unserer Homepage unter www.tsv-glinde.de. Entdecken Sie dort noch mehr Möglichkeiten, aktiv zu werden und Ihre Fitness zu steigern!

