

Trainingsplan

Freitag

17:15 – 18:30 Uhr
Fortgeschrittene ab 1 Jahr
Stepperfahrung

Ort

Spiegelsaal des TSV Glinde,
Am Sportplatz 98 a,
21509 Glinde



Unsere Preise

Vereinsbetrag


Bis 17 Jahre 14 €
Ab 18 Jahre 22 €

Abteilungsbeitrag 06 €
Stepptanz 06 €
Musical- und Showdance 10 €

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich
gerne an

info@tsv-glinde.de

 info@tsv-glinde.de

 040 - 710 72 15

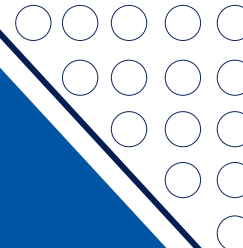
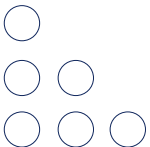
 [tsvglinde](https://www.instagram.com/tsvglinde)

 Am Sportplatz 98a
21509 Glinde

 [TSV Glinde von 1930 e.V.](https://www.facebook.com/TSVGlinde)



Stepptanz



Spaß an der Bewegung

Stepptanz ist vielseitig, macht Spaß und bleibt aktuell. Er baut Stress ab, trainiert Muskeln, verbessert Ausdauer, Koordination und Gedächtnis. Neue Techniken und Choreografien werden je nach Können erarbeitet – ohne Perfektionsdruck, mit viel Freude. Die Musik reicht von Jazz bis Pop und Folk.



Die Kleidung

Trage bequeme, nicht zu warme Kleidung. Für den Anfang genügen einfache Halbschuhe mit fester Sohle und niedrigem Absatz.

Später empfehlen wir Steppschuhe mit Metallplatten an Ballen und Ferse – damit entstehen die typischen Steptöne.

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

Stand 15.10.24