

## ffnungszeiten Sportbüro

### **Montag**

09.00 - 13.00 Uhr  
(telefonisch nicht erreichbar)

### **Dienstag**

09.00 - 11.00 Uhr  
15.00 - 18.00 Uhr

### **Mittwoch**

(Geschlossen)

### **Donnerstag**

09.00 - 11.00 Uhr  
15.00 - 18.00 Uhr

### **Freitag**

09.00 - 13.00 Uhr



## Allgemeine Angebotsübersicht:

Badminton, Ballett

Boule, Boxen

Capoeira, Jiu-Jitsu, Karate

Familiensport, Fitness

Floorball, Fußball

**Gymnastik**, Handball

Jedermann Sport, Judo

Kegeln, Leichtathletik

Reha Sport

Musical & Showdance, Stepptanz

Schwimmen lernen für Kinder

Tanzen, Tennis

Tischtennis, Turnen

Volleyball

Sportabzeichen

**(Änderungen vorbehalten!)**

Stand: 11. September 2018

Der TSV Glinde bietet an



# Gymnastik



TSV Glinde von 1930 e.V.

Am Sportplatz 98a

21509 Glinde

Tel: 040 - 710 72 15

Fax: 040 - 710 44 41

[www.tsv-glinde.de](http://www.tsv-glinde.de)

[info@tsv-glinde.de](mailto:info@tsv-glinde.de)

### Montag

18.00 - 19.00 Uhr

Cardio-Stepp\*

inz- und Gesundheitsstudio - Dagmara

18.15 - 19.15 Uhr

Herz-Kreislauf-Aerobic \*\*

TanzCentrum Glinde - Frauke

18.45 - 20.15 Uhr

Fun Dance\*\*

Spiegelsaal - Marina + Claudia

20.15 - 21.45 Uhr

Dance-Factory\*\*\*

Spiegelsaal - Julia

### Dienstag

10.00 - 11.00 Uhr

Power work out \*

inz- und Gesundheitsstudio - Bettina

13.30 - 14.30 Uhr **(NEU)**

50plus - Gesundheitssport\*

inz- und Gesundheitsstudio - Kerstin

20.00 - 21.00 Uhr

Fitness (Fitness all you can)\*

Gr. Halle Tannenweg - Dagmara

### Mittwoch

18.00 - 18.30 Uhr

Bauch muss weg\*\*

Spiegelsaal - Nadja

18.30 - 19.30 Uhr

Power-Mix\*\*\*

Spiegelsaal - Nadja

### Donnerstag

10.00 - 11.00 Uhr

Bauch-Beine-Po\*

Tanz- und Gesundheitsstudio - Kerstin

15.30 - 17.00 Uhr

Outdoor Sport\*

Treffpunkt SH Tannenweg - Alexandra

18.00 - 19.00 Uhr

Power work out \*

Tanz- und Gesundheitsstudio - Karin

19.30 - 20.30 Uhr

Fitness- und Funktionsgymnastik\*

Gr. Halle Tannenweg - Karin

20.00 - 21.30 Uhr

Konditions- und Fitnesstraining\*

SH Wiesenfeld - Daniel

### Freitag

Kursangebot !

9.00 - 10.00 Uhr

Mama fit - Baby mit

Tanz- und Gesundheitsstudio

Bitte aktuelle Termine beachten!

Bitte bringt Sportzeug, ein Handtuch und ein Getränk mit, denn Mitmachen ist alles. Aber auch Gucken ist natürlich erlaubt!

Unsere Übungsleiter/innen bieten Euch einen umfassenden Überblick über das gesamte Angebot der Gymnastikabteilung.

Für jedes Alter ist etwas dabei - wir freuen uns auf Euch!

Abteilungsleiterin : Roswitha Kindt

0162-3764597

Stellvertretung : Petra Lange

Der Spartenbeitrag beträgt € 6,- pro Monat zzgl. zum aktuellen Grundbeitrag von € 18,- für Erwachsene.

- \* = Einsteiger / Anfängerinnen
- \*\* = Fortgeschrittene
- \*\*\* = Profi

