

Öffnungszeiten 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:

Aktiv 70 plus,
Badminton, Ballett
Boxen, Jiu-Jitsu, Karate
Familien-Sport, Fitness
Floorball, Fußball
Gymnastik, Handball
Jedermannsport, Judo
Leichtathletik
Reha Sport, Rückentraining
Musical & Showdance, Stepptanz
Schwimmen lernen für Kinder
Sportabzeichen
Tanzen, Tennis
Tischtennis, Turnen
Volleyball
Wing Tsun, Yoga
(Änderungen vorbehalten!)

Stand: 16. Oktober 2021

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

info@tsv-glinde.de

Montag

9.45 - 10.50 Uhr
Power work out*
Saal 3 - Raúl

18.00 - 19.00 Uhr
Bauch-Beine-Po*
Tanz- und Gesundheitsstudio - Linda

18.15 - 19.15 Uhr
Herz-Kreislauf-Aerobic**
Saal 3 - 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
Stuhlgymnastik*
Tanz- und Gesundheitsstudio - Romy

11.00 - 12.00 Uhr
Wirbelsäulengymnastik*
Tanz- und Gesundheitsstudio - Romy

20.00 - 21.00 Uhr
Fitness (Fitness all you can)*
Gr. Halle Tannenweg - Dagmara + Karin

Mittwoch

18.00 - 18.30 Uhr
Bauch muss weg**
Spiegelsaal - Nadja

18.30 - 19.30 Uhr
Power-Mix***
Spiegelsaal - Nadja

Donnerstag

09.45 - 10.50 Uhr
Bauch-Beine-Po*
Saal 3 - Raúl

15.30 - 16.30 Uhr
Outdoor Sport*
Treffpunkt SH Tannenweg - Karin

17.00 - 18.00 Uhr
Stepp-Aerobic*
Tanz- und Gesundheitsstudio - Anna

19.30 - 20.30 Uhr
Fitness- und Funktionsgymnastik*
Gr. Halle Tannenweg - Karin

20.00 - 21.30 Uhr
Konditions- und Fitnessstraining*
SH Wiesenfeld - Werner



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!

Abteilungsleiter : Rüdiger Reuter
0172 - 428 50 72

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

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

