



KURSPROGRAMM 2021

MACH DICH FIT

Vielfältiges Angebot von qualifizierten Übungsleitern

10er Karten für individuelles, flexibles Kursprogramm

Kursstaffel 1 vom 11.1. – 26.03.

Kursstaffel 2 vom 12.4. – 23.7.

Kursstaffel 3 vom 20.9. – 17.12.

Nicht in den Schulferien

Turnverein Ingersheim e.V.

Vereinsbüro in der VR Bank, Hindenburgplatz 1-3

Anmeldung unter info@tvingersheim.de oder

07142/ 98 88 50



GYMWELT ist...

ein von den Turnerbünden entwickeltes und geschütztes Markenzeichen für moderne und qualitativ hochwertige Angebote im Fitness- und Gesundheitssport der teilnehmenden Vereine.

Nähere Informationen zu unseren Kursen finden sie im Internet

<u>Kursgebühren</u>	Mitglieder	10 x 30 €	12 x 36 €
	Nichtmitglieder	10 x 62 €	12 x 74,40 €
<u>Zehnerkarte</u>	neu gültig über alle Kursstaffeln neu		
	Mitglieder	42 € / Nichtmitglieder 74 €	

MACH DICH FIT
IN DEINEM VEREIN

tvingersheim.de

ALLE
FITNESS-
ANGEBOTE
AUF EINEN
BLICK



GYMWELT 
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

UNSERE BEWEGUNGSANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
16.45 – 18.00 Uhr Haltungstraining SKV Halle	8.45 – 10.00 Uhr Ausdauertraining mit Pfiff FW Halle	10.00 – 11.00 Uhr Gymnastik rund um den Stuhl FW Halle MZR	10.15 – 11.15 Uhr Fit bleiben Konditionstraining für Männer FW Halle	16.00 – 17.15 Uhr Yoga Ev Gemeindehaus
18.15 – 19.30 Uhr Fit mit dem Schwungstab SKV Halle		18.00 – 19.15 Uhr Trend Mix SKV Halle	19.15 – 20.30 Uhr PowerHour Vom 9.1. – 5.3. SKV Halle	17.30 – 18.45 Uhr Functional Fitness Ev Gemeindehaus
19.45 – 21.00 Uhr Haltungstraining SKV Halle		18.30 – 19.45 Uhr Qi Gong mit dem IDOGO Stab Ev Gemeindehaus	20.45 – 22.00 Uhr Man(n) treibt Sport SKV Halle	

8.30 – 9.30 Uhr Walking Treff SKV Halle, Parkplatz Brigitte Staiber	8.30 – 9.45 Uhr Nordic Walking Treff SKV Halle, Parkplatz Martina Ludescher		19.00 – 20.00 Uhr Walking Treff SKV Halle, Parkplatz Angelika Scheuffele	
18.30 Uhr (ab 20. April) Inline Treff FW Halle Parkplatz Sabine Urban	19.00 – 20.00 Uhr Lauf Treff FW Halle, Eingang			

Unsere Trainer

Sibylle Rösch

Susanne Nägele

Karin Höneise

Sabine Urban

Anja Haiber

