



Unsere Gesundheitskurse starten wieder!

- Aktuelle Informationen für das Frühjahr 2023 -

Neueinsteiger gerne willkommen!

Unser kostenpflichtiges Gesundheitskursangebot umfasst:

Pilates und Yoga mit Elke Jankowsky

Zweifachturnhalle am Sportplatz

Mittwochs 8.30 Uhr – 09.30 Uhr

erstmals am 19.04.2023 bis 26.07.2023

Anmeldung am Kurstag, bei Elke oder in der TSV-Geschäftsstelle!

Teilnehmer aus den letzten Kursen sind bereits vorgemerkt!

Rückenfit und mehr mit Christine Seimel

Studio der Schulturnhalle

Mittwochs 18.00 Uhr – 19.00 Uhr

erstmals am 11.01.2023 bis 28.06.2023

Anmeldung aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl zwingend erforderlich per:

Anrufbeantworter 08671/20496 oder Mail tsv.winhoering@t-online.de

Faszientraining mit Angela Grummann

Studio der Schulturnhalle

Donnerstags 18.00 Uhr – 18.45 Uhr

erstmals am 02.03.2023 bis 25.05.2023

Anmeldung aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl zwingend erforderlich per:

Anrufbeantworter 08671/20496 oder Mail tsv.winhoering@t-online.de

Entspannung & Körpererfahrung mit Angela Grummann

Studio der Schulturnhalle

Donnerstags 19.00 Uhr – 19.45 Uhr

erstmals am 02.03.2023 bis 25.05.2023

Anmeldung aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl zwingend erforderlich per:

Anrufbeantworter 08671/20496 oder Mail tsv.winhoering@t-online.de

Kangoo Jump mit Christine Seimel

Studio in der Schulturnhalle

Freitags 18.00 Uhr – 19.00 Uhr

Erstmals am 30.09.2022

Anmeldung wie bisher bei Christine – Telefon 0157/54062495

Kostenfrei für alle Mitglieder bieten wir außerdem an:

Seniorenturnen mit Brigitte Erl

Schulturnhalle

Montags 15.45 Uhr – 16.45 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

Bodyfit mit Tanja Stilkerich

Schulturnhalle

Montags 18.30 Uhr – 19.30 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

Aktuelle Infos bei Tanja unter 0173/3915267

Bodyworkout mit Petra Hage

Zweifachturnhalle am Sportplatz

Dienstags 08.45 Uhr – 09.45 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

Fitnessgymnastik mit Susi Hesse

Schulturnhalle

Dienstags 19.30 Uhr – 21.00 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

Aktuelle Infos bei Susi unter 08671 /881271

Frauenturnen mit Brigitte Erl

Schulturnhalle

Mittwochs 17.15 Uhr – 18.15 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

Männerturnen mit Jürgen Schweiger

Schulturnhalle

Donnerstags 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Keine Anmeldung erforderlich

**Weitere Informationen bei der jeweiligen Übungsleiterin oder in der
TSV Geschäftsstelle (Tel. 20496 oder tsv.winhoering@t-online.de)**

Die Kurse finden unter Einhaltung der jeweils gültigen Hygieneregeln statt!