

## Unser Gesund& Fit Team:

### Kursangebote für Erwachsene:

<u>Übungsleiterin</u>	<u>Kurse</u>	<u>Übungsleiterin</u>	<u>Kurse</u>
Deinaß, Ulrike	1	Dreher-Discher, Jasmin	31
Kohn, Cornelia	8,15,21,22,23,29	Kriwanek, Sarah	6,7
Landenberger, Hannelore	2	Landenberger-Müssle, Lena	19,26
Lindner, Ellen	5	Mendoza Ramirez, Clara	16
Schell, Rosa	17,18	Stümper, Sandra	30
Voss, Barbara	9,10,11	Wöhrle, Gesine	3,4,12,13,14,24,25

### Kursangebot für Kinder:

Deinaß, Ulrike	228	Kompalka, Eva	230
Stümper, Sandra	229		



# Kursangebote September bis Dezember 2017

## Noch Fragen?

Sie erreichen uns in der Geschäftsstelle des  
TSV WALDENBUCH  
Echterdinger Str. 81  
71111 Waldenbuch  
Tel. 07157/27618 Fax. 07157/539302  
Mail: [info@tsv-waldenbuch.de](mailto:info@tsv-waldenbuch.de)

Die Anmeldung ist mit diesem Flyer per Fax, per Mail  
oder Post / Einwurf in der TSV Geschäftsstelle möglich



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



**KURSANGEBOTE FÜR ERWACHSENE**  
September bis Dezember 2017

KURS	Tag/Zeit	Dauer	Beginn	Gebühr pro Kurseinheit Nichtmitglied	Gebühr pro Kurseinheit TSV Mitglied
5 Esslinger (29)	Mo, 10-11	10x	18.09.17	7,00 €	4,00 €
Yoga (30)	Di, 7.30-8.30	11x	19.09.17	7,50 €	4,50 €
<b>Rücken-Mental (1) *</b>	Di, 9-10	8x	19.09.17	7,50 €	4,50 €
Rücken-Aktiv (3)	Di, 18-19	10x	19.09.17	7,00 €	4,00 €
Rücken-Aktiv (4)	Di, 19-20	10x	19.09.17	7,00 €	4,00 €
Dance 4 Fit (5)	Di, 19-20.30	11x	19.09.17	7,00 €	4,00 €
Fitte-Männer (6)	Di, 20-21	11x	19.09.17	7,00 €	4,00 €
Fit im Alltag 70+ (8)	Mi, 9.30-10.30	11x	20.09.17	6,00 €	3,00 €
Qi Gong 55+ (9)	Mi, 9.30-10.30	12x	20.09.17	7,00 €	4,00 €
Qi Gong AK (10)	Mi, 18-19	12x	20.09.17	7,00 €	4,00 €
Qi Gong AK (11)	Mi, 19-20	12x	20.09.17	7,00 €	4,00 €
Zumba ® (16)	Mi, 19-20	12x	20.09.17	9,00 €	6,00 €
Fitte-Männer (7)	Mi 20-21	12x	20.09.17	7,00 €	4,00 €
Rücken-Aktiv (12)	Mi, 20-21	11x	20.09.17	7,00 €	4,00 €
Body&Mind (13)	Do, 8.30-9.30	11x	21.09.17	7,00 €	4,00 €
Fitness-Cocktail (14)	Do, 9.30-10.30	11x	21.09.17	7,00 €	4,00 €
Fit im Alltag 55+(15)	Do, 10.30-11.30	11x	21.09.17	7,00 €	4,00 €
Hatha-Yoga (17)	Do, 17.15-18.15	11x	21.09.17	7,50 €	4,50 €
Hatha-Yoga (18)	Do, 18.30-19.30	11x	21.09.17	7,50 €	4,50 €
Brain-Walking (2)	Do, 18.30-19.30	4x	05.10.17	7,00 €	4,00 €
Pilates (20)	Fr, 9.30-10.30	11x	22.09.17	7,50 €	4,50 €
Rücken-Fit (21)	Fr, 8.30-9.30	11x	22.09.17	7,00 €	4,00 €
Rücken-Fit (22)	Fr, 9.30-10.30	11x	22.09.17	7,00 €	4,00 €
Rücken-Fit 55+ (23)	Fr, 10.30-11.30	11x	22.09.17	7,00 €	4,00 €
Kangatraining ® (31)	Fr, 10.45-11.45	11x	22.09.17	9,00 €	6,00 €
Rücken-Aktiv (24)	Fr, 18-19	10x	22.09.17	7,00 €	4,00 €
Fit-Mix (25)	Fr, 19-20	10x	22.09.17	7,00 €	4,00 €
Pilates (26)	Fr, 20-21	11x	22.09.17	7,50 €	4,50 €

**KURSANGEBOTE FÜR KINDER**  
September bis Dezember 2017

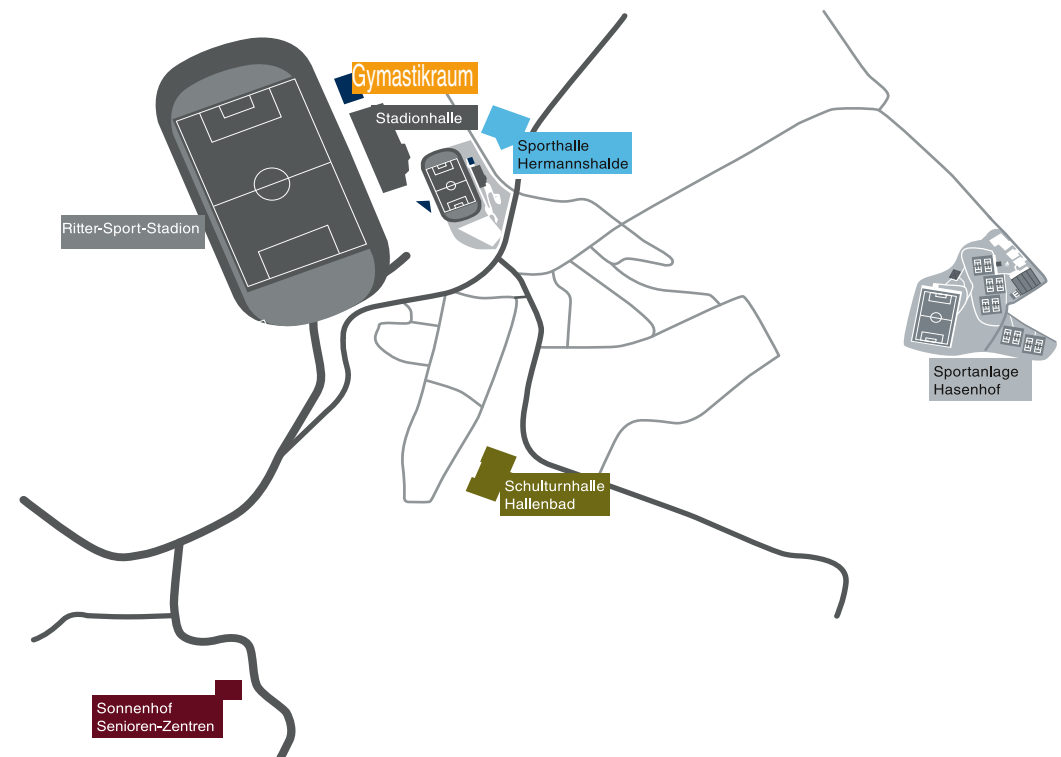
KURS	Tag/Zeit	Dauer	Beginn	Gebühr pro Kurseinheit Nichtmitglied	Gebühr pro Kurseinheit TSV MITGLIED
Top Fit (228)	Mo,16-17	11x	18.09.17	6,50 €	4,50 €
Kindertanz&Yoga ab 4 J.	Mi, 16-17	12x	20.09.17	6,00 €	4,00 €
Kindertanz ab 6 J.(230)	Di, 17-18	11x	19.09.17	6,00 €	4,00 €

**\* Neues Angebot!**

Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung und bringen Sie ein Handtuch und Getränk mit zu den Kursstunden.

Weitere Kursinformationen und Anmeldeformulare:

[www.tsv-waldenbuch.de](http://www.tsv-waldenbuch.de) – Gesund & Fit



# ANMELDUNG KURSE 9-12.17

Bitte die gewünschten Kurse ankreuzen.

Bei Belegung von zwei oder mehr  
Kursen gewährt der TSV Waldenbuch  
10% Rabatt.

**Kooperationskurse mit der AOK** – wenn  
Sie AOK-versichert sind, werden diese  
Kurse von Ihrer AOK finanziell  
unterstützt.

## Zertifizierte Kurse:

Unterstützung Ihrer Krankenkasse bei  
regelmäßiger Teilnahme (80%) möglich.

## NEU!

Bitte kommen Sie in geeigneter  
Sportkleidung und bringen Sie ein  
Handtuch und Getränk mit zu den  
Kursstunden.

Die Kursdauer beträgt 55 Minuten,  
85 Minuten bei Dance 4 Fit.

- 5 Esslinger (29)  
Mo, 10-11 Uhr
- Body&Mind (13)  
Do, 8.30-9.30 Uhr
- Brain-Walking (2)  
Do, 18.30-19.30 Uhr
- Dance 4 Fit (5)  
Di, 19-20.30 Uhr
- Fitte-Männer (6)  
Di, 20-21 Uhr
- Fitte-Männer (7)  
Mi, 20-21 Uhr
- Fit im Alltag 55+** (15)  
Do, 10.30-11.30 Uhr
- Fit im Alltag 70+** (8)  
Mi, 9.30-10.30 Uhr
- Fit Mix mit Aroha (25)  
Fr, 19-20 Uhr
- Fitness-Cocktail (14)  
Do, 9.30-10.30 Uhr
- Kangatraining® (31)  
Fr, 10.45-11.45 Uhr
- Pilates (20)  
Fr, 9.30-10.30 Uhr
- Pilates (26)  
Fr, 20-21 Uhr
- Qi Gong AK** (10)  
Mi, 18-19 Uhr
- Qi Gong AK** (11)  
Mi, 19-20 Uhr
- Qi Gong 55+** (9)  
Mi, 9.30-10.30 Uhr
- Rücken-Aktiv** (3)  
Di, 18-19 Uhr
- Rücken-Aktiv** (4)  
Di, 19-20 Uhr
- Rücken-Aktiv** (12)  
Mi, 20-21 Uhr
- Rücken-Aktiv** (24)  
Fr, 18-19 Uhr
- Rücken-Fit** (21)  
Fr, 8.30-9.30 Uhr
- Rücken-Fit** (22)  
Fr, 9.30-10.30 Uhr
- Rücken-Fit 55+** (23)  
Fr, 10.30-11.30 Uhr
- Rücken-Mental** (1)  
Di, 9-10 Uhr
- Yoga (30)  
Di, 7.30-8.30 Uhr
- Yoga (17)  
Do, 17.15-18.15 Uhr
- Yoga (18)  
Do, 18.30-19.30 Uhr
- Zumba® (16)  
Do, 17.45-18.45 Uhr

## FÜR KINDER:

- TopFit** (228)  
Mo, 16-17 Uhr
- Kindertanz&Yoga  
4-7 J. (229)  
Mi, 16-17 Uhr
- Kindertanz ab 6 J.  
(230) Di, 17-18 Uhr

Ich bin Mitglied im TSV Waldenbuch 1891 e.V.

JA

NEIN

Zahlbar mit Sepa-Basislastschrift am 06.11.2017

Gläubiger ID DE34BEI00000109743

---

NAME/VORNAME

---

STRASSE/HAUSNR., PLZ UND ORT

---

TELEFON

GEBURTSDATUM

---

E-MAIL

---

IBAN, BIC

---

KONTOINHABER

---

DATUM, UNTERSCHRIFT

Bei Rücktritt / Nichtantreten eines  
Kurses entsteht eine  
Bearbeitungsgebühr von 10,00 €.

Zur Anmeldung füllen Sie hier bitte Ihre  
Anmeldedaten aus und lassen Sie uns  
diese auf einem der folgenden Wege  
zukommen:

**PER MAIL:**

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

**PER FAX:**

+49 (0)7157/539302

**PER POST/EINWURF:**

TSV Geschäftsstelle  
Echterdinger Str. 81  
71111 Waldenbuch