

Kurs-Angebote

**Sie sind kein TSV-Mitglied?
Macht nichts!
Wir laden Sie trotzdem ein!**

Erleben Sie im Kursprogramm für Jedermann und angenehmer Atmosphäre neue, attraktive Sportarten, die Spaß und fit machen. Unser Turn-Gym-Raum überzeugt mit zentraler Lage und guter Erreichbarkeit (Vor dem Celler Tor über dem NP-Markt).

Unsere Kurs-Angebote Trend-Sport

- ❖ Faszien
- ❖ Smovey
- ❖ Drums-Alive
- ❖ deepWork
- ❖ Sensual Fighting
- ❖ TriloChi

Gesundheitssport

- ❖ Funktionstraining/Trockengymnastik
- ❖ Rehabilitationssport/Osteoporose/ Schlaganfall
 - ❖ Gymnastik 60Plus
 - ❖ Bewegen statt schonen
- ❖ Pilates (verschiedene Stufen)

Spezial

- ❖ Yoga

Es gibt immer neue Angebote, Schnupper-Kurse, Workshops und Möglichkeiten. Informationen, Beratung und Anmeldungen erhalten Sie in der TSV-Geschäftsstelle!

Kommen Sie mit uns in Bewegung!

Kontakt

Testen Sie uns unverbindlich ...

Unsere Gruppen und Trainer freuen sich auf neue Gesichter und Interessierte!

Selbstverständlich können Sie uns unverbindlich zwei- bis dreimal zum Testen besuchen. Sprechen Sie die Trainer einfach an. Nach diesen „Schnupperstunden“ können Sie sich entscheiden. In unserem Kursprogramm für Jedermann ist ein Schnuppern leider nicht möglich.



Öffnungszeiten / Geschäftsstelle

Dienstag 9 bis 13 Uhr
Donnerstag 9 bis 13 und 15 bis 18 Uhr

Kontakt

TSV Burgdorf, Abteilung Turnen
Hannoversche Neustadt 15
31303 Burgdorf
Telefon (0 51 36) 63 11
kontakt@tsv-burgdorf.de
www.tsv-burgdorf-turnen.de



**TSV
BURGDORF**
ABTEILUNG TURNEN

- PROGRAMM -

TOLLES SPORT VERGNÜGEN

für Frauen & Männer, kleine Weltentdecker, Kinder & Jugendliche, Senioren, Trendsportler, sportlich trainierte Menschen, aber auch die, die ihre Kondition und Beweglichkeit verbessern möchten, Menschen mit körperlichen Einschränkungen ...

Mit unserem Programm exklusiv für Mitglieder bieten wir ein qualitativ hochwertiges, abwechslungsreiches und ansprechendes Sporterlebnis.



Offen für alle ist unser Kursprogramm für Jedermann!
Attraktiv, zeitlich begrenzt, günstig.



Stand 5/2019

Beiträge

Turn-Programm (Stand 5/2019)



Unsere Preise sprechen für sich ...

Beiträge der Turnabteilung pro Monat:

Erwachsene 11 € · Kinder/Jugend 7 € · Familien 20 €

Einmalige Aufnahmegebühr in jeweils gleicher Höhe.

Als Mitglied der Turnabteilung können Sie so viele reguläre Sportangebote der Turner wahrnehmen, wie Sie möchten.

Sonderbeiträge fallen lediglich für die Angebote Ballett, Kunstturnen und Orientalischer Tanz an, pro Monat 5 €.

Sie sind bereits in anderen Abteilungen der TSV Burgdorf aktiv? Dann ermäßigt sich Ihr Beitrag in jeder Abteilung bei Erwachsenen um 3 €, Kindern um 2 € und Familien um 5 €. Bei unseren Angeboten im Kurssystem zahlen Sie als TSV-Mitglied immer die ermäßigte Gebühr!

Wichtig: Unsere Mitgliedschaft ist keine langfristige Verbindlichkeit. Eine schriftliche Kündigung zu jedem Quartalsende ist bis zum letzten Tag möglich.

Montag

20.00 - 21.00	Montags-Gym	RHH
21.00 - 22.00	Hobby-Prellball-Mix	RHH

Dienstag

14.15 - 17.15	Ballett	TGR
15.15 - 16.30	Eltern-Kind-Turnen	GYMN
16.00 - 17.00	„Wuselzwerge“ (3+4 Jahre)	RHH
16.00 - 17.00	Dance Sparkles	RHH
16.30 - 18.30	Kunstturnen Mädchen	GYMN
16.30 - 19.00	Kunstturnen Jungen	GYMN
17.00 - 18.00	„Wuselriesen“ (5+6 Jahre)	RHH
17.00 - 18.00	Fitness f. d. Wirbelsäule	GYMN
18.00 - 19.00	Fitness f. d. Wirbelsäule	GYMN
18.15 - 19.15	Rücken in Balance	TGR
18.30 - 22.00	Faustball Jugend/Herren	GYMN

Mittwoch

10.30 - 11.30	Hocker-Gymnastik	TGR
11.30 - 12.30	Hocker-Gymnastik (in Planung)	TGR
14.15 - 16.30	Ballett	TGR
15.30 - 16.30	Alltagstraining	RHH
16.15 - 17.15	Tanzmäuse (ab 4+5 Jahre)	RHH
16.30 - 19.30	Kunstturnen Mädchen	GYMN
16.45 - 18.00	Älter werden - aktiv bleiben	TGR
17.15 - 18.15	Erlebnisturnen (6-9 Jahre)	RHH
17.15 - 18.15	Tanz-Tiger (6+7 Jahre)	RHH
18.30 - 19.30	Menschen in Bewegung	RHH
18.30 - 19.00	Power-Intervall-kurz + knackig	RHH
18.00 - 19.15	Herz & Sport (o. Verordnung)	GYMN
19.00 - 20.00	Gym-Music für Frauen	GYMN
19.45 - 20.45	Orientalischer Tanz (fortgeschritten)	RHH
20.00 - 21.00	Bewegung & Entspannung	GYMN
20.00 - 21.30	Powerobic	RHH

Donnerstag

09.30 - 10.25	Fit in den Tag (mit Anmeldung im Büro)	TGR
10.25 - 11.20	Fit in den Tag (mit Anmeldung im Büro)	TGR
15.30 - 16.30	Reha-Folge-Sport	TGR
15.30 - 20.00	Ballett	RHH
16.15 - 17.15	Turnen Mädchen (7-10 Jahre)	RHH
17.15 - 18.30	Flick-Flack Mädchen (10-15 Jahre)	RHH
18.30 - 20.15	Showgruppe (10 Jahre +)	RHH
20.00 - 21.15	„Workout & Step“	RHH
20.15 - 22.00	Prellball - Herren	RHH

Freitag

14.15 - 18.30	Kunstturnen Mädchen	Gymn
15.00 - 16.00	Rücken-Fit (mit Anmeldung im Büro)	TGR
15.30 - 18.00	Faustball Kinder/Jugendl.	IGS
16.30 - 17.45	Turnerlebnis Mädchen (10-15 Jahre)	aIGS
16.45 - 17.45	Kunstturnen Jungen (7-12 Jahre)	GYMN
18.00 - 20.00	Showgruppe (10 Jahre +)	RHH
18.00 - 19.30	Kunstturnen Jungen (ab 13 Jahre)	GYMN
19.15 - 20.15	Orientalischer Tanz	TGR
19.30 - 22.00	Gerätturnen für jedes Alter	GYMN
19.30 - 20.30	Hip-Hop (12 Jahre +, in Planung)	GYMN
20.00 - 22.00	Herren-Turnen	RHH
20.00 - 22.00	Männer-Trimmen	aIGS

Abkürzungen Trainingsort

RHH	Richard-Höper-Halle, Hann. Neustadt 32
Gymn	Gymnasiumsportal, Berliner Ring 27
nIGS	Neue IGS-Turnhalle
aIGS	Alte IGS-Turnhalle
TGR	Turn-Gymnastik-Raum, Vor dem Celler Tor 6 (Eingang Seite Gartenstraße)

