

SOMMERFERIENPROGRAMM GESUND & FIT 2025 - IN DER STADIONHALLE!

Bei schönem Wetter auch draußen!

Dienstag	19 Uhr		Mittwoch	19 Uhr		Freitag	9 Uhr	
05.08.25	Rücken-Power	Elisabeth	06.08.25	Yoga	Julia	08.08.25	Piloga	Lena
12.08.25	Rücken-Power	Elisabeth	13.08.25	19 Uhr Zumba 20 Uhr Männer-Kurs	Yulia	15.08.25	Qi Gong, 5 Elemente	Barbara
19.08.25	Pilates	Lena	20.08.25	19 Uhr Zumba 20 Uhr Männer-Kurs	Yulia	22.08.25	Yoga	Lena
26.08.25	Faszien-Pilates	Lena	27.08.25	19 Uhr Zumba 20 Uhr Männer-Kurs	Yulia	29.08.24	Taiji-Qi Gong	Barbara
02.09.25	Fit-Mix	Gesine	03.09.25	Strech& Relax	Gesine	05.09.25	Rücken-Fit	Claudia
09.09.25	Entspannt mit Bodyscan	Uli	10.09.25	Fitness-Cocktail	Gesine	12.09.25	Anti Aging	Uli

Die Teilnahme ist mit einer 5er oder 10er Karte möglich. Sowie einer Solo-Buchung von 3x Zumba, oder 3x Männerkurs. Vorverkauf der Kurskarten in der Geschäftsstelle des TSV Waldenbuch. In den Sommerferien sind die Kurskarten bei unseren Übungsleitern direkt beim Ferienprogramm erhältlich.

Sommerferien-Kursprogramm 2025



In den Sommerferien finden pro Woche drei Angebote statt!
Dienstag 19 Uhr – Mittwoch 19 Uhr (+ 3x 20 Uhr) – Freitag 9 Uhr.

Alle Kurstermine sind vom 5. August bis 12. September frei wählbar und müssen nicht vorher angemeldet werden. Die Sportstunden finden in der Stadionhalle des TSV Waldenbuch statt. Bei schönem Wetter alternativ im Freien.

Mitmachen kann jeder mit einer gültigen Kurskarte. Voraussetzungen – keine! Bitte in geeigneter Sportkleidung kommen, Handtuch und Getränk mitbringen.

Wir bieten die Kurskarten in zwei Varianten an:

- 5er Karte 40 €
- 10er Karte 75 €

Beide Karten sind übertragbar und können von mehreren Personen gleichzeitig genutzt werden. Zusätzlich ist eine solo Buchung möglich:

13.8., 20.8., 27.8. 3x Zumba (19 Uhr) 27 €; 3x Männerkurs (20 Uhr) 27 €

Sonderkonditionen für unsere TSV-Mitglieder bei einer Anmeldung bis Ende Juli 2025:
5er Karte 35 €, 10er Karte 65 €, 3x Zumba: 18 €, 3x Männerkurs 18 €.