

# TURNVEREIN HÄHNLEIN

– Dein Verein –

## Kurs - "Fit für die Piste!"

Der TV Hähnlein möchte euch „Fit für die Piste“ machen und bietet einen Ski-/Snowboard-gymnastik-Kurs für jede Altersklasse an.

**Natürlich sind auch Menschen, die keinen Wintersport betreiben, in diesem Kurs herzlich willkommen.** Jeder der Spaß an Bewegung hat und dies gerne in der Gruppe ausführen möchte, kann mitmachen.

Ziel ist es eure Muskulatur und Gelenke auf die bevorstehenden Abfahrten mit euren Sportgeräten vorzubereiten, damit die persönliche Leistungsfähigkeit verbessert wird und die Freude am Skifahren/Snowboarden den ganzen Urlaub anhält.

Wir werden uns mit viel Spaß und einem effektiven Intervalltraining vorbereiten. Schon nach ein paar Stunden werdet ihr eine Verbesserung eures sportlichen Könnens wahrnehmen.

Weitere Infos / Angebote des TV Hähnlein findet ihr auch auf unserer Homepage.

[www.tv-haehnlein.de](http://www.tv-haehnlein.de)

...viel Spaß !!!

TV Hähnlein  
Am alten Neckarbett 26a  
Tel.: 06257/998864  
Email: [info@tv-haehnlein.de](mailto:info@tv-haehnlein.de)  
[www.tv-haehnlein.de](http://www.tv-haehnlein.de)



**8 Termine**

**28. Oktober bis 16. Dezember 2024**

**Montags von 19:00 - 20:00 Uhr**  
**Turnhalle der Hähnleiner Schule**

**Übungsleiterin: Nicki Ries**  
**DOSB Übungsleiterin B -**  
**Sport in der Prävention**  
**Trainer C-Lizenz Breitensport -**  
**Fitness und Gesundheit Erwachsene**

**Kosten:**

**Mitglieder des TV Hähnlein frei**

**Nichtmitglieder 20,00 €**

Anmeldung unter [info@tv-haehnlein.de](mailto:info@tv-haehnlein.de)  
oder Tel.: 06257/5054805



TURNVEREIN HÄHNLEIN