

## Information zum TVH - Angebot für Fitness und Gesundheit

Der TVH bietet unter Fitness und Gesundheit den Mitgliedern mit einem aktiven Beitrag nachfolgende Sportangebote an.

Ergänzend können passive Vereinsmitglieder oder Nichtmitglieder an diesen Regelangeboten teilnehmen, sofern sie die Gebühren für eine 10er Karte oder für ein Quartal vorab bezahlen.

Regel-Angebote	Übungsleitung	Termin	Zeit	Ort
Fit im Rücken	D. Dammert	Montags	17.45-18.45	TVH-Halle
Fit bis ins hohe Alter	V. Klonig	Dienstags	09.00-10.00	Gymastikraum
Gymnastik für Sie u. Ihn	K. Graf	Dienstags	10.00-11.00	TVH-Halle
Frauengymnastik 1	R. Schön	Dienstags	19.00-20.00	TVH-Halle
Fit Forever	H. Burgstahler	Dienstags	20.00-21.00	Gymastikraum
Frauengymnastik 2	C. Herrmann	Mittwochs	09.00-10.00	Gymastikraum
Frauengymnastik 3	G. Windisch	Mittwochs	18.30-19.30	TVH-Halle
Funktionsgymnastik	H. Burgstahler	Mittwochs	19.00-20.00	Gymastikraum
Skigymnastik	D. Dammert	Mittwochs	20.00-21.00	Gymastikraum
Pilates	V. Renz	Donnerstags	09.00-10.00	Gymastikraum
Pilates	V. Renz	Donnerstags	18.45-19.45	TVH-Halle
Fitness u. Rückengymnastik	S. Kaufmann	Donnerstags	17.30-18.45	TVH-Halle
Männnergymnastik	W. Becker	Donnerstags	20.00-21.00	TVH-Halle
Männer Ballspiele	K. Fürniß	Donnerstags	21.00-22.00	TVH-Halle
Bauch, Bein, Po	G. Pfaff	Freitags	09.30-10.30	Gymastikraum
Body Workout	J. Tempel	Freitags	17.30-18.30	Gymastikraum
Fit für Sie u. Ihn	D. Dammert	Freitags	18.30-20.00	TVH-Halle
Functional Fitness	J. Tempel	Sonntags	10.00-11.00	Gymastikraum

Eine 10er Karte berechtigt zur Teilnahme an den Regelangeboten an 10 Übungseinheiten und hat eine Gültigkeitsdauer von 6 Monaten.

Die Quartalsgebühr berechtigt zur Teilnahme an den Regelangeboten an den Übungseinheiten innerhalb eines Kalenderquartals.

Ergänzend zum Regelangebot bieten wir derzeit folgende Kurse mit jeweils 10 Einheiten an, eine schriftliche Anmeldung ist hierfür erforderlich.

Kurs-Angebote	Übungsleitung	Termin	Zeit	Ort	Kennung
Yoga 1	D. Perizonius	Dienstags	10:15-11:15	Gymastikraum	Yoga 1 - 2020-1
Yoga 2	D. Perizonius	Mittwochs	10:15-11:15	Gymastikraum	Yoga 2 - 2020-1
Rückenfit - Bewegen 1	G. Windisch	Montags	16.30-17.30	Gymastikraum	Rückenfit 1 - 2020-1
Rückenfit - Bewegen 2	G. Windisch	Dienstags	20.00-21.00	TVH-Halle	Rückenfit 2 - 2020-1
Qigong	B. Lamotte	Dienstags	19.00-20.00	Gymastikraum	Qigong - 2020-1

### Neue Gebühren für Kurse, 10er Karte und Quartalsgebühr ab Januar 2020

Gebührentyp	aktive Mitgl.	passive Mitgl.	Nicht Mitgl.
Quartalsgebühr	- €	55,00 €	75,00 €
10er Karte - 6 Mon	- €	55,00 €	75,00 €
Kurs-Angebot	30,00 €	55,00 €	75,00 €

Alle zu bezahlenden Gebühren sind auf nachfolgendes TVH Konto bei der Sparkasse Karlsruhe vor einer Teilnahme zu überweisen

- **TV Hochstetten - Konto DE06 6605 0101 0203 0134 95**

Für die Überweisung der Kursgebühren wird im Verwendungszweck eine entsprechende Kurs-Kennung plus Name erforderlich.

Für die Überweisung der 10er Karte bzw. der Quartalsgebühr ist im Verwendungszweck die Bezeichnung plus Name erforderlich.

Für Fragen steht das TVH Sekretariat zu den Sprechzeiten oder per Mail [Kontakt@tv-hochstetten.de](mailto:Kontakt@tv-hochstetten.de) zur Verfügung.