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 vorab bezahlen.

Regel-Angebote	Übungsleitung	Termin	Zeit	Ort
Fit im Rücken	D. Dammert	Montag	17.45 – 18.45 Uhr	TVH-Halle
Gymnastik für Sie und Ihn	R. Schön	Dienstag	10.00 – 11.00 Uhr	TVH-Halle
Frauengymnastik I	R. Schön	Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	TVH-Halle
Fit Forever	A.Friedmann	Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	TVH-GYM
Pilates 2	V. Renz	Dienstag	20.00 – 21.00 Uhr	TVH-GYM
Frauengymnastik II	C. Herrmann	Mittwoch	09.00 – 10.00 Uhr	TVH-GYM
Frauengymnastik III	G. Windisch	Mittwoch	18.30 – 19.30 Uhr	TVH-Halle
Funktionsgymnastik	H.Burgstahler	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	TVH-GYM
Fitness am Vormittag	D. Dammert	Donnerstag	10.00 – 11.00 Uhr	TVH-Halle
Pilates 1	V. Renz	Donnerstag	09.00 – 10.00 Uhr	TVH-GYM
Männerturnen	W. Becker	Donnerstag	19.30 – 20.30 Uhr	TVH-Halle
Bauch-Beine-Po	A.Friedmann	Freitag	09.30 – 10.30 Uhr	TVH-GYM
Fit für Sie und Ihn	D. Dammert	Freitag	18.00 – 19.30 Uhr	TVH-Halle
Nordic Walking	D. Dammert	Samstag	09.00 – 10.00 Uhr	Hochstetten am Wald

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

Ergänzend zum Regelangebot bieten wir derzeit folgende Kurse mit jeweils 10 Einheiten an, eine schriftliche Anmeldung ist hierfür erforderlich. Die Kursanfänge werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Kurs-Angebote	Übungsleitung	Termin	Zeit	Ort	Kennung
YOGA-Kurs 1	D. Perizonius	Dienstag	09.00 – 10.00 Uhr	TVH-GYM	Yoga-Die-2024
YOGA-Kurs 2	D. Perizonius	Mittwoch	10.15 – 11.15 Uhr	TVH-GYM	Yoga-Mi-2024
Rückenfit-Bewegen 1	G. Windisch	Montag	16.15 – 17.45 Uhr	TVH-Halle	Rückenfit-Mo-2024
Rückenfit-Bewegen 2	G. Windisch	Dienstag	19.00 – 20.30 Uhr	TVH-Halle	Rückenfit-Die-2024
Zumba	R. Burgstahler	Donnerstag	10.15 – 11.15 Uhr	TVH-GYM	Zba-2024
Spiel Dich Stark	D. Marinos	Montag	15.00 – 16.00 Uhr	TVH-Halle	Spieldichstark-2024

Gebühren für Kurse und 10er Karte:

Gebührentyp	Aktive Mitgl.	Passive Mitgl.	Nicht Mitgl.
10er Karte – 6 Mon	0 €	55 €	80 €
Kurs-Angebot	30 €	55 €	80 €

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 ist im Verwendungszweck die Bezeichnung plus Name erforderlich. Für Fragen steht das TVH Sekretariat zu den Sprechzeiten oder per Mail unter sekretariat@tv-hochstetten.de zur Verfügung.

Stand Dezember 2023