

## **T S V - S C H O N G A U - A B T E I L U N G T U R N E N**

Mutter/Vater/Kind  
Kinderturnen  
Bubenturnen allg.  
Mädchenturnen allg.  
Gerätturnen



Frauengymnastik  
Aerobic / Stepp  
Männergymnastik  
Seniorengymnastik  
Rückenschule  
Zumba/Yoga/Pilates

[www.turnen.tsv-schongau.de](http://www.turnen.tsv-schongau.de)

- [turnen@tsv-schongau.de](mailto:turnen@tsv-schongau.de)

Abt. Turnen, 1. Vorstand - Christine Kleiner, Joseph-Haydn-Str. 28, 86956 Schongau, Tel. 08861-3437

## **SCHNUPPERSTUNDEN - JUMPING-FITNESS**

Jumping fördert die Kondition, verbessert die Koordination, stärkt das Gleichgewicht, kräftigt die Tiefenmuskulatur, schont Rücken und Gelenke und verbrennt bis zu 1200 Kalorien pro Stunde.

Die Abteilung Turnen bietet für Ihre Abteilungsmittglieder - **5 Einheiten** - in den Räumen des Studios „Freiraum“ in Schongau, Lerchenfeld 2, unter der Leitung von Frau Danijela Bjedov, an. Es findet auch wieder ein Vormittags-Kurs statt.

**Kursbeginn: Freitag, den 15. März 2019 - Kursende: Freitag, den 12. April 2019**

Jeweils Freitag, von 17.30 – 18.30 Uhr - oder - Freitag, von 10.00 – 11.00 Uhr.

Unkostenbeitrag: **€ 5,00 / Stunde** , ges. € 25,--.

Da leider nur 8 Minitrampoline zur Verfügung stehen, muss evtl. das Los entscheiden.

Wir bitten Euch um eine verbindliche, schriftliche Anmeldung,  
spätestens bis Freitag, den 08. März 2019.

Die Anmeldungen könnt Ihr bei den Übungsleitern der Abt. Turnen in den Sportstunden abgeben,  
oder per email senden.

Ihr erhaltet von uns eine Bestätigung, danach könnt Ihr den Unkostenbeitrag vorab überweisen.

Mit sportlichen Grüßen

*Christine Kleiner*

*Abt. Turnen-1. Vorstand*

---

Ich melde mich verbindlich für die 5 Jumping-Fitness-Stunden, Beginn Freitag, den 15.03.2019, an:

Name:.....geb:.....

Adresse:.....

Email:.....

Vormittags: 10.00 – 11.00 Uhr

Abends : 17.30 – 18.30 Uhr