# Turn- und Sportgemeinschaft Maisach e.V.

☼ Turnabteilung ☼ Freizeit- und Seniorensport ☼ Volleyball
☼ Gesundheitssport ☼ Kraft & Fitness ☼ Tischfußball

Vertreten durch den 1. Vorstand

Bernd Stadler
Alpenrosenstr. 22
82216 Maisach

Telefon: 08141-2285188
Email: Info@tsgmaisach.de
Internet: www.tsgmaisach.de

# Herbstkurse 2018

**Detaillierte Beschreibungen /Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Internetseite.**
**(entsprechende Kursinformationen sind zusätzlich im Schaukasten am Rathausplatz)**

| Beginn | Kurs Nr. | Kurs Name | Kurzbeschreibung | Gebühr Mitgl. | Gebühr Nmgl. |
|---|---|---|---|---|---|
| 01.10. | 18-10 a | Eltern Kind Turnen | Mo. 09:30 – 10:30 Uhr / 10 x 60 Min. | 10 € | 49 € |
| 01.10. | 18-10-b | Ganzkörpertraining für alle ab 50 | Mo. 10:00 – 11:00 Uhr / 10 x 60 Min. | ---- | 34 € |
| 01.10. | 18-10-c | Power Dance | Mo. 19:00 - 20:00 Uhr / 10 x 60 Min. RS | ---- | 39 € |
| 02.10. | 18-10-d | Mama fit Spezial | Di. 09:15 - 10:15 Uhr / 10 x 60 Min. | 25 € | 39 € |
| 02.10. | 18-10-e | Rückenfit mit Kleingeräten | Di. 18:00 - 19:00 Uhr / 10 x 60 Min. | ---- | 34 € |
| 04.10. | 18-10-f | Qi Gong | Do. 10:15 – 11:15 Uhr / 10 x 60 Min. | 49 € | 69 € |
| 04.10. | 18-10-g | Power Pilates | Do. 18:30 - 19:30 Uhr / 10 x 60 Min. | ---- | 34 € |
| 04.10. | 18-10-h | Bodystyling | Do. 19:30 - 20:30 Uhr / 10 x 60 Min. | ---- | 34 € |
| 04.10. | 18-10-i | Entspannung pur | Do. 20:30 – 21:00 Uhr / 5 x 30 Min. | ---- | 5 € |
| 04.10. | 18-10-j | Sportlich in den Herbst | Do. 20:00 – 21:00 Uhr / 10 x 60 Min. RS | ---- | 34 € |
| 04.10. | 18-10-k | Power Dance | Do. 20:00 – 21:00 Uhr / 10 x 60 Min. GS | ---- | 39 € |
| 05.10. | 18-10-l | Nordic fit mit Kind | Fr. 09:00 – 10:00 Uhr / 10 x 60 Min. | 19 € | 35 € |
| 09.10. | 18-10-m | Body Balance | Di. 19:00 – 20:00 Uhr / 10 x 60 Min. | ---- | 34 € |
| .10. | 18-10-n | Kindertanzen 3 – 4 Jahre | Termin nach Vereinbarung / 10 x 60 Min. | 29 € | 49 € |
| .10. | 18-10-o | Kindertanzen 5 – 6 Jahre | Termin nach Vereinbarung / 10 x 60 Min. | 29 € | 49 € |
| 21.10. | 18-10-p | Jugend Tanz Kurs 16 – 19 Jahre | So. 17:00 – 18:00 Uhr / 8 x 60 Min. | 45 € | 58 € |
| | 18-10-q | Faszien Vortrag | Termin nach Vereinbarung | 6 € | 9 € |
| | 18-10-r | Mountainbike für Erwachsene | Termin nach Vereinbarung | 18 € | 27 € |
| | 18-10-s | Richtiges gesundes Laufen | Termin nach Vereinbarung | 25 € | 33 € |

Veranstaltungsort: **TSG Vereinsheim** (andernfalls: RS = Realschule / GS = Grundschule / MS = Mittelschule bzw. Veranstaltungsort lt. detaillierter Kursbeschreibung

**Infos /Anmeldeformulare:** Johanna Loewe - 08141/95231
Eckart Rabe - 08141/94302

Wir sind bemüht, alle Kurse zu den ausgeschriebenen Terminen durchzuführen. Wir möchten jedoch darauf hinweisen, dass es auf Grund von unvorhergesehenen Turnhallenschließungen oder Krankheit der Kursleiter auch zu Terminänderungen kommen kann. Eine Schadensersatzpflicht kann hieraus nicht abgeleitet werden.