

Kraft & Fitness

2 Monate Probetraining

Jetzt
anmelden



Wann: Einstieg ins Probetraining ab September bis November 2025

Kosten: 69 € inkl. Eingangstest, für TSG-Mitglieder nur 53 €

Wo: Kraftraum im Vereinsheim der TSG Maisach, Am Strasserwinkel 3, Maisach

Trainer: Kraft- und Fitnesstrainer der TSG Maisach

Mit der Eingangsuntersuchung, durchgeführt von der Physiotherapie Kling, beginnt DEIN erfolgreiches und gesundes Kraft- und Fitnesstraining. Die TSG Maisach bietet dir:

- ✓ **Moderne Trainingsgeräte**
- ✓ **Individuelle Trainingspläne, präventiv, rehabilitativ und auch sportartspezifisch, z.B. für Fußball, Volleyball, Klettern**
- ✓ **Professionelle Betreuung aller Trainingseinheiten durch lizenzierte Kraftsporttrainer und Physiotherapeuten**
- ✓ **Spezielle Rehapläne für Muskelaufbau und Beweglichkeit**
- ✓ **Kraft- und Ausdauertraining als Vorbereitung für andere Sportarten**

Bereits für Jugendliche ab 14 Jahren und bis ins hohe Alter geeignet.

Für Infos & Fragen an Kurse@tsgmaisach.de,

Anmeldungen per Anmeldeformular unter www.tsgmaisach.de/kurse, Kurs 25-01a