

Kraft & Fitness

2 Monate Probetraining

Jetzt
anmelden



Wann: Einstieg ins Probetraining jederzeit möglich

Kosten: 69 € inkl. Eingangscheckup, 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 wende dich bitte an Kurse@tsgmaisach.de

Anmeldungen per Anmeldeformular unter
www.tsgmaisach.de/kurse **oder einfach QR Code scannen!** Kurs 26-KraFit

