



Pressemitteilung

Neue Kurse des TSV Calw v. 1846 e.V. starten Mitte April 2015 Der Kurs-Klassiker - gekräftigt werden gezielt Bauch, Beine und Po

Calw, den 25.03.2015. Rechtzeitig um bis zum Sommer so richtig fit zu werden starten beim TSV Calw v. 1846 e.V. ab dem 20. April 2015 neue Kursangebote. Anmeldungen dazu sind ab sofort möglich – wieder mit dabei: der Klassiker „Bauch-Beine-Po“.

Jede Kursstunde beginnt mit einem Aufwärmen der Muskulatur. Anschließend wird mithilfe diverser Kleingeräte wie Stepper, Terraband, kleine Hanteln etc. die Kursstunde abwechslungsreich gestaltet. Zusätzlichen Motivationscharakter verleiht die fetzige Musikbegleitung. Den Stundenausklang bilden Dehn- und Stretching-Phasen sowie kleine Entspannungselemente.

Der Kurs findet immer montags von 9.30 – 10.30 Uhr im Gymnastikraum der Walter-Lindner-Sporthalle statt. Der Kurs beginnt am 20. April 2015 und besteht aus zehn Terminen. An Feiertagen und in den Schulferien findet kein Kurs statt. Neben etwas zu trinken sind lediglich bequeme Sportkleidung und Hallenschuhe erforderlich.

Der Kurs ist mit dem Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet, sodass die Kosten von vielen Krankenkassen bezuschusst werden.

Mehr Informationen zu den Kursen des TSV Calw v. 1846 e.V. gibt es auf der TSV-Website unter www.tsvalw.de/kurse, im Kursflyer, der in vielen Calwer Geschäften ausliegt, sowie telefonisch auf der TSV-Geschäftsstelle unter der Rufnummer 07051-13190.

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

Benjamin Knoll
Geschäftsführer

Tel. 07051 – 13190
Fax 07051 – 934519
knoll@tsvalw.de