



Pressemitteilung

TSV Calw bietet Schnupperstunden für seine Sportkurse an Jetzt „Bauch-Beine-Po“, „High-Intensity-Training“ sowie „Fit und Gesund“ testen

Calw, den 13.01.2016. Mit Beginn des neuen Kalenderjahres 2016 starten im Januar auch die Kurse des TSV Calw in die nächste Runde. Anmeldungen dazu sind ab sofort möglich.

Alle Kurse aus den Bereichen Fitness, Outdoor und Präventionssport sind auch weiterhin durch die Gütesiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“, „Sport pro Gesundheit“ bzw. die Zentrale Prüfstelle Prävention zertifiziert. Das bedeutet für alle Kurse höchste Qualität durch gut ausgebildete Übungsleiter und ein Kurskonzept, das von vielen Krankenkassen anerkannt ist und damit auch bezuschusst wird.

Eine Woche vor dem offiziellen Kursstart besteht für Neulinge und Wiedereinsteiger nun die Möglichkeit, drei der Kurse in einer kostenlosen Kurs-Schnupperstunde kennen zu lernen.

Am kommenden Montag, den 18. Januar ab 09.30 Uhr sind bei **„Bauch-Beine-Po“** die Problemzonen dran - sie werden gekräftigt und damit gezielt geformt.

Wer mehr Power sucht, ist am Mittwoch, 20. Januar ab 19.00 Uhr im **„High-Intensity-Training“** genau richtig. Mithilfe eines speziellen Intervalltrainings wird sowohl die Muskulatur gekräftigt, als auch das Ausdauervermögen verbessert.

Und auch der neue Präventionssportkurs **„Fit und Gesund“**, den der TSV Calw erstmals anbietet, kann vorab am Mittwoch, den 20. Januar ab 20.00 Uhr einmalig kostenlos getestet werden. Sporteinsteiger oder Wiederbeginner verbessern darin Schritt für Schritt Ihre Ausdauerfähigkeit.

Die vollständigen Kursdetails sowie das Anmeldeformular gibt es im Internet unter www.tsvalw.de/kurse oder persönlich auf der TSV-Geschäftsstelle. Der Kursflyer 2015/2016, in dem alle Informationen noch einmal ausführlich dargestellt sind, liegt auch in vielen Calwer Geschäften aus.

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

Benjamin Knoll
Geschäftsführer
Tel. 07051 – 13190
Fax 07051 – 934519
knoll@tsvalw.de