TURN- UND SPORTVEREIN CALW von 1846 e.V.



Pressemitteilung

Neue Sportkurse des TSV Calw starten ab dem 13. April Viele Kurse sind durch Gütesiegel zertifiziert –teilweise nur noch wenige Plätze frei

Calw, den 05.04.2017. Mit Beginn der Sommerzeit starten ab Mitte April auch die neuen Kurse des TSV Calw. Anmeldungen dazu sind ab sofort möglich.

Alle Kurse aus den Bereichen Fitness, Prävention- und Rehasport 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.

Los geht's am Donnerstag, den 13. April mit zwei neuen Präventionssport-Kursen zum Thema "Wirbelsäulengymnastik", für die es jeweils nur noch wenige freie Plätze gibt.

Im Bereich Fitness bieten wir neben dem am 24.04. startenden Klassiker "Bauch-Beine-Po" ab dem 26.04. erneut das "High-Intensity-Training" an, bei dem mithilfe eines speziellen Intervalltrainings sowohl die Muskulatur gekräftigt, als auch das Ausdauervermögen verbessert wird.

Am Freitag, den 28. April beginnt der Folgekurs Hatha-Yoga, der weiterhin auf große Resonanz stieß, für den jetzt aber wieder einige Plätze frei sind. Hatha-Yoga tut gut, macht Spaß und fördert die Gesundheit. Geistige Klarheit, erhöhte Konzentration, Gelassenheit und innere Ruhe sind das Ziel dieses Kurses.

Die vollständigen Kursdetails sowie das Anmeldeformular gibt es im Internet unter www.tsvcalw.de/kurse oder persönlich auf der TSV-Geschäftsstelle.

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

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