



Pressemitteilung

Neue Sportkurse starten am kommenden Montag, den 22.09. Jetzt noch schnell anmelden und fit in die kalte Jahreszeit starten

Calw, den 18.09.2014. Am kommenden Montag den 22. September 2014 beginnt das neue Kursprogramm des TSV Calw v. 1846 e.V.

Neben Gesundheitssportkursen, finden sich neue Fitness- und Entspannungskurse im Programm. Sie können wählen zwischen dem Klassiker **„Bauch-Beine-Po“**, der vormittags stattfindet sowie Neuheiten wie **„High-Intensity-Training“** und **„Tai Chi“**. „High-Intensity-Training“ verbindet Kraft-Ausdauer-Elemente in einem Intervalltraining mit diversen Kleingeräten und fetziger Musik. „Tai Chi“ schult ihr Körperbewusstsein und verbessert auf sanfte Art und Weise die Koordination von Muskeln und Gelenken.

Ab Januar 2015 kommen dann mit **„Wushu-Fitness“**, eine Verbindung von Tanz und Kampfkunst, sowie dem Outdoor-Angebot **„Nordic-Walking“** weitere Kurse hinzu.

Die vollständigen Kursdetails sowie das Anmeldeformular gibt es im Internet unter www.tsvcalw.de/kurse oder persönlich auf der TSV-Geschäftsstelle. Der Kursflyer 2014/2015, in dem alle Informationen noch einmal ausführlich dargestellt sind, liegt auch in vielen Calwer Geschäften aus.

(Bitte Bild einfügen: Anlage 1.JPEG)

Bildunterschrift: Das neue Kursprogramm 2014/2015 – am kommenden Montag geht's los

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

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