



Pressemitteilung

TSV Sportzentrum veranstaltet Lange-Sauna-Nacht am 08.02.

TSV-Gesundheitswerkstatt präsentiert Vortrag zum Thema „Gesund bleiben dank Sauna“

Calw, den 29.01.2019. Passend zu aktuellen Jahreszeit und Außentemperatur dreht sich im TSV Sportzentrum in der nächsten Woche alles rund um das Thema Sauna. Zunächst präsentiert die TSV-Gesundheitswerkstatt am Mittwoch, den 06. Februar um 19 Uhr einen Vortrag zum Thema „Gesund bleiben dank Sauna – wie richtiges saunieren bei der Regeneration nach sportlichen Aktivitäten hilft“, nur zwei Tage später am Freitag, den 08. Februar kann das Gelernte dann in die Tat umgesetzt werden. Bei der Langen-Sauna-Nacht kann der Wellness-Bereich im TSV Sportzentrum ausgiebig getestet werden und alle Besucher erwarten dabei verschiedene Specials.

Ob mit dem passenden Aufguss zu jeder vollen Stunde, bei der Abkühlung in der Eistonne oder an der Sauna-Bar, bei der alle Besucher mit heißen und kalten Getränken verwöhnt werden, von 18 Uhr bis Mitternacht dauert die Lange-Sauna-Nacht im TSV Sportzentrum am kommenden Freitag. Dabei lautet das Motto: Vorbeikommen, ausprobieren und beraten lassen. Denn das Team des TSV Sportzentrum beantwortet nicht nur alle Fragen rund um das Thema Sauna, auch die Gerätefläche steht bei verlängerten Öffnungszeiten Mitgliedern und Interessenten bis 24 Uhr offen und lockt dabei mit einem Sonderangebot.

„Wir wollen sowohl unseren Mitgliedern aber auch all jenen, die es erst werden wollen, regelmäßig spannende Themen rund um die Themen Sport und Gesundheit anbieten“, sagt Clemens Alex, Sportlicher Leiter im TSV Sportzentrum, „und was passt da aktuell besser als das Thema Sauna.“ Ohnehin erfreue sich die Sauna im TSV Sportzentrum großer Beliebtheit, so Alex weiter, der den Mehrwert des Saunierens mit seinem Team herausstellen möchte. „Ein Gang in die Sauna – richtig durchgeführt – erreicht deutlich mehr als vielen Menschen bewusst sein dürfte“, sagt der Diplom-Sportwissenschaftler, der deshalb neben der Langen-Sauna-Nacht auch den passenden Vortrag organisiert hat.

Bereits zwei Tage zuvor, am Mittwoch, den 06. Februar startet daher die Vortragsreihe der TSV-Gesundheitswerkstatt in die nächste Runde und läutet die Sauna-Wochen ein. „Gesund bleiben dank Sauna – wie richtiges saunieren bei der Regeneration nach sportlichen Aktivitäten hilft“ lautet der Vortragstitel, für den Clemens Alex einen hochinteressanten Redner verpflichten konnte. Christian Ritter ist nicht nur staatlich geprüfter Saunameister, er arbeitet in Filderstadt im Fildorado und setzt sein Wissen damit täglich ein. Zudem ist er Sportler durch und durch und vereint damit alle Komponenten, die auch im TSV Sportzentrum aufeinandertreffen. Die Teilnahme am Vortrag ist ebenso kostenlos wie die Lange-Sauna-Nacht, zum Vortrag ist eine telefonische Voranmeldung unter 07051-80 99 77 00 jedoch erwünscht.

Weitere Informationen zum TSV Sportzentrum sowie seinem gesamten Angebot beantwortet der sportliche Leiter Clemens Alex sowie sein Team sowohl persönlich während der Öffnungszeiten als auch telefonisch (07051-80997700) oder per eMail an info@tsvsportzentrum.de jederzeit gerne. Natürlich lohnt sich auch ein Blick auf www.tsvsportzentrum.de, wo ebenfalls viele Informationen zum TSV Sportzentrum zu finden sind.

Bitte Bild einfügen: Anlage 1.jpeg

Pressekontakt TSV Calw v. 1846 e.V.:

Benjamin Knoll, Geschäftsführer