

Abteilung Turnen

Aktuelle Nachrichten 2024

Seniorenport am neuen Termin

Nachricht vom 25.11.2024

Unsere Senioren - Sportgruppe „Funktionsgymnastik 60plus“ trifft sich ab sofort immer **donnerstags von 14:30 – 15:30 Uhr in der Schnaiter Halle.**

Mit altersgerechten Bewegungsübungen sorgt Horst für euer Wohlbefinden. Kommt vorbei und macht mit!.

Body Intensive

Nachricht vom 03.11.2024

Unser Fitness- Angebot "Body Intensive" muss am Mittwoch, dem 06.11.2024, leider ausfallen.

Weiter geht's ab dem 13.11.2024 **mittwochs von 19:30 - 20:30 Uhr** im Gymnastikraum der Schnaiter Grundschule. Wir freuen uns auf zahlreiche Fitness- Freaks.

Neue Sportangebote beim TSV Schnait

Nachricht vom 17.09.2024

NEUER SPORT BEIM TSV



Judo ist eine Sportart, bei der man die körperliche Fitness, Ausdauer, Kräftigung und Koordination trainieren kann, aber auch viel mehr. Judo vermittelt persönlichkeitsbildende Werte wie Disziplin, Respekt, Höflichkeit, Mut und Selbstvertrauen. Das hilft Kindern nicht nur beim Sport, sondern im ganzen Leben.

- **Judo Anfängerkurs**
Mittwochs 15 - 16:00 Uhr, Schnaiter Halle
- **Judo Fortgeschrittene U 11**
Mittwochs 16 - 17:30 Uhr, Schnaiter Halle
Die nächsten Kurse beginnen am 18.09.2024

Trainer: Christian Ellinger und Anni Zeiser
Kontakt: Bei Interesse bitte melden unter judo@tsv-schnait.net / 07151 271736 (AB)
Weitere Infos im Internet unter tsv-schnait.net und im Blättle.

TSV SCHNAIT macht fit !!

Zweiter Judo Kurs für Kinder

Im Juni starteten die ersten Kinder im Alter von 6 bis 9 Jahren in der Grundschule Schnait mit dem **Judo Training**, geleitet von Chris Ellinger und Anni Zeiser. Zum Abschluss ihres ersten Kurses, in dem die Judo Grundtechniken vermittelt wurden, haben die Kinder ihre erste "Gürtelprüfung" abgelegt und stolz den weiß - gelben Judo Gürtel in Empfang genommen. Diese Kinder freuen sich nun als **Fortgeschrittene U11** mittwochs von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Schnaiter Halle weiter zu machen.

Aufgrund der Begeisterung für Judo wird ein neuer Kurs **Judo für Anfänger** für Kinder angeboten, der mittwochs von 15:00 bis 16:00 Uhr in der Schnaiter Halle stattfindet.

Eine Anmeldung unter judo@tsv-schnait.net ist erforderlich!

NEUER SPORT BEIM TSV

BODY INTENSIVE

Power-Fitness
für alle



Du machst deinen Körper mit intensiven Workouts auf unterschiedlichen Ebenen fit! Mit Power-Yoga, über energiegeladene Workouts wie klassisches High Intensive Intervall Training (HIIT) mit abwechselnden Kraft- und Ausdauer- Intensitäten und anderen Fitness- Methoden katapultierst Du dich auf ein neues Fitness-Level. Wir motivieren uns dabei durch viel Spaß und mit fetziger Musik. Du kannst als Anfänger genauso einsteigen wie als absoluter Fitness- Freak!

➤ Body Intensive

Mittwochs 19:30 – 20:30 Uhr, Grundschule Schnait
Das Training findet ab dem 18.09.2024 statt.

Trainerin: June Mayer

Kontakt: Bei Interesse einfach kommen oder Info
kontakt@tsv-schnait.net / 07151 271736 (AB)

Weitere Infos im Internet unter tsv-schnait.net und im

Blättle.

TSV SCHNAIT macht fit !!

Body Intensive – unser neues Fitness-Angebot

Nehmt den Schwung des Sommer Fitness- Trainings mit in die Halle und macht weiter: jetzt auch mittwochs. Ob Anfänger oder Fitness- Freak, ob Mann oder Frau, ob jung oder älter: Bei „**Body Intensive**“ sorgt **June Mayer** dafür, dass ihr euren Fitness-Level erhöht. Mit intensiven Workouts auf unterschiedlichen Ebenen trainiert ihr dabei euren Körper - mit Power-Yoga, über klassisches High Intensive Intervall Training (HIIT) mit abwechselnden Kraft- und Ausdauer- Intensitäten und anderen Fitness- Methoden. Viel Spaß beim Training und fetzige Musik sorgen für die nötige Motivation!

Wir treffen uns zu „**Body Intensive**“ immer **mittwochs von 19:30 – 20:30 Uhr** im Gymnastikraum der **Schnaiter Grundschule**. Kommt vorbei und macht mit! Los geht's am Mittwoch, dem 18.09.2024.

ZUMBA® macht Spaß

Nach längerer Pause findet nach den Herbstferien 2024 wieder ein neuer **Zumba®** Kurs statt.

Am **Mittwoch dem 06.11.2024 um 20:10 Uhr** starten wir in der "neuen" Schnaiter Halle im offenen Kursprogramm mit **Zumba®**. Bei Zumba® werden tänzerische Element mit Aerobic-Bewegungen kombiniert, ohne komplizierte Choreographie, dafür aber mit viel fetziger (überwiegend lateinamerikanischer) Musik – und Spaß an der Bewegung! Unser Zumba®-Instructor **Maren Stilz** bringt Euch in Schwung – und natürlich ins Schwitzen...

Teilnehmen können alle, die Lust haben sich zu rhythmischer Musik zu bewegen. Eine vorherige Anmeldung an kurse@tsv-schnait.net ist erforderlich.

NEUER SPORT BEIM TSV

ZUMBA®
macht Spaß

Zumba® ist ein inspiriertes Tanz- und Fitness- Programm mit lateinamerikanischer und internationaler Musik und entsprechenden Tanzstilen. Beim Zumba® vergisst man die Anstrengung. Teilnehmer merken gar nicht, dass sie hart trainieren, weil sie so viel Spaß haben. Die Musik, die Tanzschritte, die Energie... eine Zumba® Fitness Stunde ist unvergleichlich.

➤ Zumba®

Mittwochs 20:10 – 20:55 Uhr, Schnaiter Halle

Für dieses Sportangebot ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.

Der nächste Kurs beginnt nach den Herbstferien 2024.

Trainerin: Maren Stilz

Kontakt: Bei Interesse bitte melden unter

kurse@tsv-schnait.net / 07151 271736 (AB)

Weitere Infos im Internet unter tsv-schnait.net und im

Blättle.

TSV SCHNAIT macht fit !!