

Das Angebot des TVE Burgaltendorf im Kinder- und Jugendturnen:

(Alle Gruppen können ausprobiert werden. Es kann an mehreren Sportangeboten teilgenommen werden.)

TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,
Turnhalle Holteyer Str., montags, 16.15 - 17.15 h
Anschließend:
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.15 h

TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,
Turnhalle Holteyer Str., freitags, 15.00 - 16.00 h
Anschließend:
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 17.00 h

TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen von 4 bis 6 J.,
Turnhalle Holteyer Str., freitags, 16.00 - 17.00 h
Anschließend:
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.00 h

TURNEN & SPIEL

für Jungen und Mädchen des 1. bis 4. Schulj.,
Turnhalle Holteyer Str., dienstags, 16.00 - 17.00 h
Anschließend:
SCHWIMMEN im Bad der Th Holteyer Str. bis 18.00 h

GERÄTTURNEN

(Schwerpunkt: Turnen an Geräten)
für Jungen und Mädchen des 1. bis 4. Schuljahres,
Sporthalle Auf dem Loh, dienstags, 17.00 - 18.30 h

SPORTMIX (Spiel, Spaß, Turnen, Leichtathletik)

für Jungen und Mädchen vom 1. bis 4. Schulj.,
Platz oder Turnhalle Holteyer Str., di., 17.00-18.00 h

In dieser Gruppe orientieren wir uns an den Sportspielen, wie sie die Kinder auch aus dem Sportunterricht in der Schule kennen. Die Kinder dürfen mit

entscheiden, was gespielt wird. Häufig bauen wir auch verschiedene Geräte auf. Das Ziel ist, Spaß an der Bewegung zu fördern.
Bei gutem Wetter gehen wir nach draußen auf den Sportplatz, wo Sportschuhe für draußen nötig sind.

Diese Angebote des Kinder- und Jugendturnens werden ergänzt um:

LEISTUNGSTURNEN (Sh Auf dem Loh)

für leistungsstarke und leistungswillige Mädchen
- von 5 bis 10 J., di., 15.45 - 17.30 h
- ab 11 J.: di., 17.00-18.30 h u. do., 16.30-18.30 h

RHÖNRADTURNEN (Sh Auf dem Loh)

Die Welt auf den Kopf stellen!
für Jungen & Mädchen ab ca. 10 J.
- do., 18.30 - 20.00 h (insbes. für Anfänger/-innen)
- do., 19.45 - 21.15 h (insbes. für Fortgeschrittene)

JUDO

für Jungen & Mädchen von 2 bis 10 J.:
- Th Holteyer Str., mittwochs, 16.00 - 17.30 h (Gr.A1)
- Sh Auf dem Loh, freitags, 15.30 - 17.00 h (Gr. A2)
für Jungen & Mädchen ab 10 J. und Erwachsene:
- Th Holteyer Str., mittwochs, 17.30 - 19.00 h (Gr.B1)
- Th Holteyer Str., freitags, 17.00 - 19.00 h (Gr. B2)

BADMINTON (Sh Auf dem Loh)

- für Jungen & Mädchen 7-12 J., fr., 17.00-18.30 h
- für Jungen & Mädchen 7-12 J., mi., 18.00-20.00h
- Mannschaftsspieler ab 11 J., mo., 17.00-18.30 h

Zu diesen Sportangeboten stehen spezielle Faltblätter zur Verfügung, u.a. im "Mediencenter" von www.tve-burgaltendorf.de.

0201/5718617,

der automatisierte Ansgedient des TVE
mit kurzfristigen Infos zum Sportbetrieb

Weitergehende Infos zu **allen** Sportangeboten unter:

Bewegen

Erleben

Mitmachen

Spielen

Üben

Können:

Turnen & Spiel für Kinder





Turnen & Spiel für Kinder

Kinderturnen ist **die** motorische Grundlagenausbildung für Kinder!

Wie keine andere Sportart fördert es vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten und -fähigkeiten:

Laufen, Springen, Werfen, Schwingen, Hangeln, Rollen und Drehen um alle Körperachsen.

Bewegung ist ein grundlegendes Element der menschlichen Entwicklung und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Kinderturnen ist das vielseitige Spielen, Bewegen und Fertigkeitlernen an und mit Geräten und bietet den Kindern die Bewegungs- und Erfahrungsräume, die sie für eine gesunde Entwicklung benötigen. In einer für unsere Kinder immer bewegungsärmeren Umwelt schafft Kinderturnen Möglichkeiten, vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen zu sammeln.

BOTSCHAFTEN

Über die folgenden sechs zentralen, im Programm "Kinderturnen" des Deutschen Turnerbundes fest verankerten Botschaften, lässt sich das

Kinderturnen charakterisieren und die Zielsetzung definieren:

Bewegen

Mit der Botschaft "Bewegen" steht die motorische Grundlagenausbildung sowie der damit verbundene Gesundheitsaspekt als ein zentraler Aspekt des Kinderturnens im Mittelpunkt der Arbeit der Vereine. Körperliche Tätigkeiten wie Rollen, Stützen, Wälzen, Drücken, Stoßen, Hängen, Schwingen, Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Balancieren, ... werden erlernt und bilden die Basis für den Erwerb sportmotorischer Fähigkeiten und sportartspezifischer Fertigkeiten. Sie sollen dazu beitragen, Kinder für ein lebenslanges Sporttreiben zu motivieren.

Erleben

Die Botschaft "Erleben" steht für den Aspekt der Vielfalt in der Entwicklung der Persönlichkeit. Über einen erlebnisorientierten Umgang mit der Bewegung können Ängste überwunden und Mut ausgeprägt werden. Kinder erfahren sich und ihren Körper und gewinnen einerseits Körperbewusstsein sowie andererseits Sicherheitsgefühl und Geborgenheit in einer Gruppe.

Mitmachen

Bei der Botschaft "Mitmachen" steht der Gemeinschaftsaspekt im Vordergrund. Die Kinder können soziale Erfahrungen untereinander sowie gegen-

über dritten Personen machen. Im Kinderturnen gestalten, leben und erleben Kinder gemeinsam - ein wichtiger Schritt zur Erlangung von Sozialkompetenz.

Spielen

Von besonderer Wichtigkeit ist auch das "Spielen": Spaß an der Bewegung, Freude gewinnen durch gemeinsame Aktionen, Motivation für ein lebenslanges Bewegen einerseits, andererseits aber auch das Lernen von Regeln im Miteinander und Gegeneinander.

Üben

Der Begriff "Üben" steht für die Ausprägung von Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers, wobei der Übungsprozess eine wichtige Erfahrung für das Kind bedeutet. Grenzen erfahren, Aufgaben kontinuierlich bewältigen, etwas leisten können, sich mit anderen vergleichen, sich nachhaltig für eine Sache engagieren, all das kann im Kinderturnen erfahrbar werden.

Können

Am Ende dieser Kette von Erlebnissen und Erfahrungen steht das "Können" für die Subsummierung aller Einzelinhalte, die das Kinderturnen ausmachen. Kinderturnen trägt dazu bei, ein positives Selbstkonzept zu entwickeln.

KLEIDUNG

Traditionell tragen Judoka eine knöchellange weiße Baumwollhose (Zubon) und darüber eine halb lange weiße Jacke (Uwagi) aus Baumwolle, die durch einen farbigen Gürtel (Obi) zusammengehalten wird (Judo-Gi).

An der Gürtelfarbe kann man den Ausbildungsstand eines Judoka erkennen. Es gibt die Schülergrade (Kyu) und Meistergrade (Dan). Jeder Anfänger beginnt mit einem weißen Gürtel und kann dann durch Prüfung den nächsthöheren Grad erlangen. Der Prüfling demonstriert dabei Fallübungen, Stand- und Bodentechniken, die nach Höhe der Graduierung immer schwieriger werden. Die Schülergrade gehen bis zum braunen Gürtel. Die Meistergrade beginnen mit dem schwarzen Gürtel.

LEITUNG DER GRUPPEN

Alle Gruppen werden von Berthold Werth geleitet.

Quellen: www.judobund.de, www.wikipedia.de

Du bist kein TVE-Mitglied?

Kein Problem! Komm' einfach zum nächsten Training und mach' gleich mit.

Du darfst alle TVE-Sportangebote* einen Monat kostenlos ausprobieren, bevor du dich für eine Mitgliedschaft im TVE entscheiden musst. In diesem Fall lass' dir vom Trainer einen Aufnahmeantrag aushändigen oder füll' den Aufnahmeantrag online aus: (www.tve-burgaltendorf.de, "Anmeldungen/Anträge online" > Anträge > Aufnahmeantrag Verein)

*Anm.: Für einige Sportangebote gelten Sonderregelungen.

Beitragsregelungen (Auszug)

Beitragsart	In welchem Fall?	Wieviel?
		einmalig
Aufnahmegebühr	Neumitglieder, unabhängig vom Alter	8,00 €
		monatlich
Vereinsbeitrag: Einzelbeiträge		
Junge-Leute-Beitrag	Mitglieder im Alter von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind.	4,75 €
Einzelbeitrag Erwachsene ab 25 J.	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	5,25 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (wie z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden.	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere TVE-Mitglieder in einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie.	für 2 Mitglieder aus einer Familie: 9,00 €, für jedes weitere Mitglied: 2,00 € zusätzlich
Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.		
Abteilungsbeitrag (zusätzl. zum Vereinsbeitrag; Gebühren für Sichtmarken und Budopässe sind inklusive, Wettkampfgebühren u. Prüfungsgebühren exklusive):		
Judo	bis 24 J.:	7,00 €
	ab 25 J.:	10,00 €

0201/5718617,
der automatisierte Ansagedienst des TVE
mit kurzfristigen Infos zum Sportbetrieb

Judo





Vielfältiges Sportangebot für alle Altersgruppen

Freizeitaktivitäten für alle Altersgruppen

Judo

Gruppe A1

Jungen & Mädchen im Kindergarten- u. Grundschulalter, mittwochs, 16.00 - 17.30 h, Turnhalle Holteyer Str.

Gruppe A2

Jungen & Mädchen im Kindergarten- u. Grundschulalter, freitags, 15.30 - 17.00 h, Sporthalle Auf dem Loh

Gruppe B1

Jungen & Mädchen auf weiterführenden Schulen und Erwachsene, mittwochs, 17.30 - 19.00 h, Turnh. Holteyer Str.

Gruppe B2

Jungen & Mädchen auf weiterführenden Schulen und Erwachsene, freitags, 17.00 - 19.00 h, Turnh. Holteyer Str.

Was IST JUDO?

Judo, das heißt "sanfter Weg" und ist ein faszinierender Kampfsport, der aus Japan kommt, inzwischen aber Millionen Anhänger in aller Welt gefunden hat. Der Japaner Jigoro Kano (1860-1938) hat aus der traditionellen Selbstverteidigungstechnik die moderne Sportart Judo entwickelt. Die Anregung dazu bekam er übrigens von einem Deutschen Professor Erich Bälz, der längere Zeit in Japan tätig war.

Judo, das bedeutet aber auch, die maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand zu erzielen. Eine gleichzeitige Herausforderung für Geist und Körper.

Durch das Wechselspiel zwischen Angriff und Verteidigung trägt Judo dazu bei, dass sich der Judoka zu einem harmonischen Menschen entwickelt. Damit besitzt Judo nicht nur einen hohen erzieherischen Wert, sondern bietet darüber hinaus die besten Voraussetzungen zur Entfaltung der eigenen Persönlichkeit.

Der Judosport feierte im Mutterland Japan bei den Olympischen Spielen in Tokio 1964 seine olympische Premiere und gewinnt seither durch die weltweite Publizität in vielen Ländern neue Anhänger.

So auch in Deutschland: Bei uns gibt es inzwischen mehr als 240.000 Judoka, die in rund 2.700 Vereinen aktiv sind. Mehr als zwei Drittel der Mitglieder gehören noch den Jugendklassen an. Das spricht für das große Interesse an diesem Sport gerade bei Kindern und Jugendlichen.

Große und kleine Judosportler sind im Deutschen Judo-Bund (DJB) organisiert, der seinerseits Mitglied im Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) ist.

Deutsche Judosportler waren in den vergangenen Jahrzehnten bei Olympischen Spielen, Welt und Europameisterschaften sehr erfolgreich. Zahlreiche Medaillen und Titel sind dafür der beste Beweis. Im internationalen Vergleich gehört Deutschland damit neben Japan, Frankreich, Korea und Russland zur Weltspitze.

Viele internationale und nationale Turniere bieten den männlichen und weiblichen Judo Leistungssportlern Gelegenheit zur Bestimmung ihrer Stärke im Wettkampf. Aber auch Freizeitsportlern eröffnet Judo mit einer Vielzahl von

Einzel- und Mannschaftswettbewerben ein breites Betätigungsfeld.

Judo ist auch eine Schule für das Leben. Für jung und alt: Schon Kinder im Vorschulalter können durch Judo Bewegung und Spiel lernen, während gleichzeitig ihre Körperhaltung trainiert und der Gesamtorganismus gestärkt wird.

Für Kinder von 6 bis 14 Jahren leistet Judo einen wertvollen pädagogischen Beitrag, der neben Spaß und Freude auch Kooperationsbereitschaft, Verantwortlichkeit und Rücksichtnahme vermittelt.

Im Freizeitverhalten von Jugendlichen spielt der Sport eine große Rolle. Eine Alternative neben Judo als Leistungssport ist dabei die Selbstverteidigung. Der Judosport schafft die notwendigen Freiräume zur eigenen Entfaltung und zeigt den Weg zu Selbstbehauptung und Selbstvertrauen.

Der DJB gibt für Wettkämpfe Gewichtsklassen und Kampfzeiten vor. (Nähere Infos: www.nwjjv.de)

WETTKAMPF

Judo ist eine Zweikampf-Sportart. Ziel ist es, den Gegner durch Anwenden einer Technik mit Kraft und Schnelligkeit kontrolliert auf den Rücken zu werfen. Gelingt dies, so ist der Kampf gewonnen, wie ein KO beim Boxen. Dabei ist es meist unerheblich, wie geworfen wurde und welche Technik verwendet wurde, solange der Werfende den Geworfenen dabei deutlich kontrolliert und keinen Regelverstoß begeht.

Fatburner (do., 09.30 - 11.00 h, AKTIV PUNKT) 30.01.2014 - 03.07.2014; 109,25 €, Mitglieder: 61,75 €
THAI CHI CHUAN (mi., 19.00 - 20.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 26.06.2014; 86,25 €, Mitglieder: 48,75 €
Pilates (di., 11.30 - 12.30 h, AKTIV PUNKT) 28.01.2014 - 01.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (di., 09.30 - 10.30 h, AKTIV PUNKT) 28.01.2014 - 01.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (fr., 18.30 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 31.01.2014 - 04.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Pilates (mi., 17.00 - 18.00 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Step-Aerobic (mo., 17.00 - 18.00 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €
YOGILATES (fr, 08.15 - 09.45 h, AKTIV PUNKT) 31.01.2014 - 04.07.2014; 120,75 €, Mitglieder: 68,25 €
Step-Aerobic & Workout (fr., 17.00 - 18.30 h, AKTIV P.) 07.02.2014 - 04.07.2014; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €
Wellness-Step (mo., 20.00 - 21.15 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 90,00 €, Mitglieder: 49,50 €
Yoga-Einklang v. Körper & Geist (di., 19.00 - 20.15 h) 28.01.2014 - 01.07.2014; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
Yoga-Einklang v. Körper & Geist (di., 20.15 - 21.30 h) 28.01.2014 - 01.07.2014; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
Yoga-Fitness (mo., 18.00 - 19.00 h, AKTIV PUNKT) 27.01.2014 - 30.06.2014; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €
Yoga-Fitness (di., 18.00 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 30.01.2014 - 03.07.2014; 86,25 €, Mitglieder: 48,75 €
ZUMBA (mo., 10.30 - 11.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 115,00 €, Mitglieder: 65,00 €
ZUMBA (di., 18.00 - 19.30 h, AKTIV PUNKT) 29.01.2014 - 02.07.2014; 63,25 €, Mitglieder: 35,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (mo., 17.15-18.45 h) 27.01.2014 - 30.06.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (do., 11.00-12.00 h) 27.01.2014 - 30.06.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (mo., 19.00-20.00 h) 30.01.2014- 03.07.2014; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €
Wirbelsäulengym. & Rückenschule (do., 17.15-18.15 h) 30.01.2014- 03.07.2014; 76,00 €, Mitglieder: 42,75 €

YOGA (di., 19.00 - 20.15 h) 26.08.2014 - 20.01.2015; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
YOGA (di., 20.15 - 21.30 h) 26.08.2014 - 20.01.2015; 100,00 €, Mitglieder: 55,00 €
ZUMBA (mi., 10.30 - 11.30 h) 20.08.2014 - 21.01.2015; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €
STEP-AEROBIC & WORKOUT (fr., 17.00 - 18.30 h) 22.08.2014 - 23.01.2015; 103,50 €, Mitglieder: 58,50 €

Beitragsregelungen (Auszug)

Beitragsart	In welchem Fall?	Wieviel? €
Aufnahmegebühr	Neumitglieder, unabhängig vom Alter	8,00 €
Vereinsbeitrag: Einzelbeiträge		monatlich
Junge-Leute-Beitrag	Mitglieder im Alter von 0 Jahren bis zum Ende des Jahres, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind.	4,75 €
Einzelbeitrag Erwachsene ab 25 J.	Erwachsene von dem Jahr an, das dem Jahr folgt, in dem sie 25 Jahre alt geworden sind	5,25 €
Förderbeitrag	Bei Vorliegen spezieller Voraussetzungen (wie z.B. Wohnsitz außerhalb von NRW) kann vom Vorstand der "Förderbeitrag" gewährt werden.	3,50 €
Vereinsbeitrag: Familienbeitrag		
Mehrere TVE-Mitglieder in einer Familie	Voraussetzung für die Anwendung des Familienbeitrags ist die TVE-Mitgliedschaft von mindestens 2 Personen (Mann, Frau, Kind(er) unter 21 J.) aus einer Familie.	für 2 Mitglieder aus einer Familie: 9,00 €, für jedes weitere Mitglied: 2,00 € zusätzlich
Für jeden Familienangehörigen, der TVE-Mitglied werden will, ist ein separater Aufnahme-Antrag zu stellen.		
Abteilungs-/Sportgruppenbeiträge (zusätzl. zum Vereinsbeitrag)		
Badminton	(incl. Ballbudget)	6,00 €
Laufsport	6 Termine wöchentlich	2,00 €
Kraftgerätetraining	so oft und wann Sie wollen	24,00 €

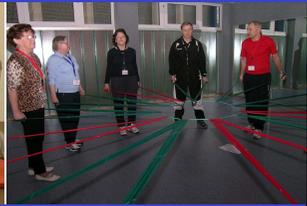
Sportangebote für Frauen:

Machen Sie mit, halten Sie sich fit!



Machen Sie mit, halten Sie sich fit.

TVE Burgaltendorf:



Vielfältiges Sportangebot für alle Altersgruppen

Freizeitaktivitäten für alle Altersgruppen

Dauersportangebote

Mitgliedschaft im TVE Burgaltendorf erforderlich, im Mitgliedsbeitrag enthalten, ggf. Zusatzbeitrag(**), s. Rückseite!

"Fit ab 30"
für Frauen ab ca. 30 Jahre
montags, 18.45 - 20.15 h, Sh Auf dem Loh
Ltg.: Gerda Enigk und Imke Malburg im Wechsel

Haben Sie Spaß an Bewegung und Fitness in der Gruppe?

Jeden Montag treffen sich aktive, sportbegeisterte Frauen. Die Gruppe wird von drei Übungsleiterinnen betreut, die die Sportstunde im Wechsel vorbereiten und abwechslungsreich gestalten.

Nach einem Aufwärmprogramm mit Musik werden verschiedene Muskelgruppen (Bauch, Beine, Po, Rücken) durch Gymnastik 'mal mit, 'mal ohne Kleingeräte gezielt trainiert. Der Ausklang erfolgt durch Entspannung. Im Sommer sind wir bei schönem Wetter draußen. Auf dem Sportplatz a.d. Holteyer Str. wird für das Sportabzeichen trainiert und es erfolgt dort auch die Abnahme des Sportabzeichens. Nach vorheriger Absprache werden wir gemeinsam walken.

Geselligkeit und Spaß kommen nicht zu kurz. Vor den Sommerferien machen wir eine Radtour mit gemütlichem Ausklang. Feste wie Karneval und Weihnachten werden immer gefeiert.

Kommen Sie einfach vorbei, wir freuen uns.

Badminton (Spielen ohne Trainer/-in)**
für Männer und Frauen
dienstags u. freitags, 20.00 - 21.45 h, Sh Auf dem Loh

Die Gruppenmitglieder trainieren eigenständig. Nach dem Aufwärmen üben die Spieler/-innen Einzel, Doppel und Mixed.

Gesundheitsorientiertes Kraftgerätetraining**

unter fachkundiger Betreuung; so oft und wann Sie wollen (mo. bis fr. 08.30 - 13.00 h und 15.00 - 22.00 h, sa. 12.00 - 18.00 h), im AKTIV PUNKT, Holteyer Str. 29

Laufsport (Laufen, Walken, Nordic Walken)**

Sie können die Gruppen ständig wechseln und auch mehrmals in der Woche laufen:

Termin A:

di., 18.15 - 19.45 h, Treffpunkt: wechselnd. Eine Treffpunktliste finden Sie unter www.tve-burgaltendorf.de, (dort: Laufsport/Leichtathletik) oder fordern Sie die Liste telefonisch an!

Termin B:

mi., 09.30 - 10.30 h, TP: AKTIV PUNKT

Termin D:

sa., 09.30 - 11.00 h, TP: Genossenschaft, Holteyer Str.

Termin E:

mi., 19.30 - 20.30 h, TP: Marktplatz unterhalb der Kirche

Termin F:

do., 18.00 - 19.30 h, TP: Marktplatz unterhalb der Kirche

Termin G:

mi., 18.15 - 19.30 h, TP: wechselnd (S. Anm. oben!)

Kursangebote (Auszug!)

Mitgliedschaft im TVE Burgaltendorf nicht erforderlich, Kursgebühren jedoch für Mitglieder (M) deutlich geringer.

Kurszeiten: Die Kurse laufen idR von Anfang Februar bis zu den Sommerferien und vom Sommerferienende bis Ende Januar. Nachrücken zu anteiliger Kursgebühr ist möglich.

Das KOMPLETTE Kursangebot mit detaillierten Infos finden Sie unter www.tve-burgaltendorf.de, (dort "Sportangebot" im Menü am linken Rand > Kursprogramm) und in der Vereinszeitschrift

Kursraum: wenn nichts anderes angegeben, im AKTIV PUNKT

Diese Kurse könnten Sie interessieren:

Aqua-Fit (di., 18.30 - 19.30 h, Bad Th Holteyer Str.)
26.08.2014 - 20.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Aqua-Fit (di., 19.30 - 20.30 h, Bad Th Holteyer Str.)
26.08.2014 - 20.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Aqua-Fit (fr., 18.15 - 19.15 h, Bad Th Holteyer Str.)
22.08.2014 - 23.01.2015; 97,75 €, Mitglieder: 55,25 €

Ausdauer-Bauch-Rücken (mi. 18.00 - 19.00 h)
20.08.2014 - 21.01.2015; 72,00 €, Mitglieder: 40,50 €

Beckenbodengymnastik (di., 10.30-11.30 h)
26.08.2014 - 20.01.2015; 68,00 €, Mitglieder: 38,25 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (do., 18.30 - 19.30 h)
21.08.2014 - 22.01.2015; 80,00 €, Mitglieder: 45,00 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (mo., 10.00 - 11.00 h)
25.08.2014 - 19.01.2015; 84,00 €, Mitglieder 47,25 €

Bodyforming (BOP & MEHR) (di., 19.15 - 20.15 h)
26.08.2014 - 20.01.2015; 84,00 €, Mitglieder: 47,25 €

Skigymnastik (fr., 19.30 - 20.30 h)
24.10.2014 - 23.01.2015; 48,00 €, Mitglieder: 27,00 €