



## DER FITNESS-TIPP

FUNCTIONAL FITNESS

DER FITNESSTREND „FUNCTIONAL FITNESS“ SETZT AUF FREIE ÜBUNGEN – ENTWEDER MIT KLEINGERÄTEN ODER SOGAR MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT. DABEI WERDEN NICHT NUR EINZELNE MUSKELN, SONDERN DER GANZE KÖRPER IN FORM GEBRACHT.

### FITNESS PUSH FÜR DEN ALLTAG: FÜR EINSTEIGER UND PROFIS.

Das sorgt für Stabilisierung und einen rund um fitten Body! Dabei wird nicht nur die Verletzungsgefahr verringert, sondern auch die Leistungsfähigkeit gepusht – ein Fitness-Angebot für Training, Wettkampf und vor allem für den Alltag – vom Einsteiger bis zum Profi!

## MACH DICH FIT IN DEINEM VEREIN

- Abteilungsleiter Turnen  
**Armin Höttges**  
ahoettges@tsv-haubersbronn.de

### GYMWELT ist...

ein von den Turnerbünden entwickeltes und geschütztes Markenzeichen für moderne und qualitativ hochwertige Angebote im Fitness- und Gesundheitssport der teilnehmenden Vereine.

Ziel der GYMWELT ist es, möglichst viele Menschen für attraktive Bewegungsangebote im Verein zu begeistern, die gemeinsam mit Spaß und Freude etwas für die Verbesserung der eigenen Gesundheit leisten. Deshalb werden die GYMWELT und die teilnehmenden Vereine intensiv in der Öffentlichkeit kommuniziert.

Die gleichbleibend gute Qualität der GYMWELT-Angebote wird durch die Aus- und Fortbildung der über 11.000 qualifizierten Übungsleiter in den 3.000 gemeinnützigen Turn- und Sportvereinen sichergestellt.

## MACH DICH FIT IN DEINEM VEREIN

info@tsv-haubersbronn.de

ALLE  
FITNESS-  
ANGEBOTE  
AUF EINEN  
BLICK



**GYMWELT** 

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

# UNSERE BEWEGUNGSANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		9 -10 Uhr <b>Rücken aktiv</b> Bewegen statt schonen Lauswiesenhalle		
16 – 21:15 Uhr <b>Rhönrad</b> Lauswiesenhalle	9 – 10 Uhr <b>Zumba</b> Festhalle	15:30 – 17 Uhr <b>Kindergarten Kinder</b> Lauswiesenhalle		16:30-17:30 Uhr <b>Kinderturnen</b> <b>Klasse 1- und 2</b> Lauswiesenhalle
18 -19 Uhr <b>Rücken aktiv</b> Bewegen statt schonen Gemeindesaal Kath Kirche	17 – 18 Uhr <b>Rhönrad</b> Lauswiesenhalle	15.45 – 17 Uhr <b>Eltern-Kind-Turnen</b> Lauswiesenhalle	18:45 – 21 Uhr <b>Rhönrad</b> Lauswiesenhalle	17:30-18:30 Uhr <b>Kinderturnen</b> <b>Klasse 3 bis 5</b> Lauswiesenhalle
19 -20 Uhr <b>Rücken aktiv</b> Bewegen statt schonen Gemeindesaal Kath Kirche		18 – 20:15 Uhr <b>Rhönrad</b> Lauswiesenhalle	19 – 20 Uhr <b>Zumba</b> Festhalle	18:30-19:30 Uhr <b>Parcour</b> <b>ab Klasse 6</b> Lauswiesenhalle
20:15 – 22 Uhr <b>Männersport</b> Schulturnhalle	20 – 21 Uhr <b>Damengymnastik</b> Lauswiesenhalle	20 – 21 Uhr <b>LaGym</b> Lauswiesenhalle	20 - 21 Uhr <b>Fit und Gesund</b> Allround-Gesundheitssport- Programm Lauswiesenhalle	



## ADRESSE

Lauswiesehalle:  
beim  
Sportgelände

Schulturnhalle:  
Bei den Linden

Gemeindesaal  
kath. Kirche:  
Kirchhofstrasse

Festhalle: An  
der Wieslauf 14

**GYM WELT**   
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN