

auch  
2021

# FIT BLEIBEN MIT DEM TURN VEREIN ESCHBORN 1888 e. V.



**JETZT ANMELDEN!**

**Unser aktuelles Kursprogramm für Mitglieder und auch für Nichtmitglieder**  
**Das Formular zur Kursanmeldung ist auf der Homepage des Vereins hinterlegt.**

Tag	Uhrzeit	Zeitraum	Einheiten	Kosten für Mitglieder/Nichtmitglieder	Kurs Nr.
<b>Feet Up – Yoga-Hocker - Online mit Manja</b>					
mittwochs	08.30-09.30	13.01.-24.03.	11	55 €/ 88 €	Feet a21

<b>Fitness &amp; Ausdauer für Männer 50+ - Online mit Thomas</b>					
donnerstags	20.15-21.15	14.01.-25.03.	11	22 €/ 60,50 €	FAM a21

<b>Jumping Fitness – Online mit Melanie</b>					
montags	18.00-19.00	11.01.-22.03.	11	38,50 €/ 77 € *	JUMP3 a21
montags	19.00-20.00	11.01.-22.03.	11	38,50 €/ 77 € *	JUMP4 a21
mittwochs	18.30-19.30	13.01.-24.03.	11	38,50 €/ 77 € *	JUMP 1 a21
(nicht geeignet für Schwangere, TN mit Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems oder Beckenbodenproblemen)					
* plus einmalige Leihgebühr fürs Trampolin					

<b>Pilates - Online mit Michaela</b>					
donnerstags	10.00-11.00	07.01.-25.03.	12	24 €/ 66 €	Pil1 a21

<b>Tai Chi - Online mit Nikolai und Reinhold</b>					
montags	10.00-11.00	11.01.-29.03.	12	60 €/ 120 €	TC1 a21
mittwochs	17.00-18.00	06.01.-24.03.	12	60 €/ 120 €	TC2 a21

<b>Wirbelsäulengymnastik - Online mit Ursula</b>					
donnerstags	09.00-10.00	07.01.-25.03.	12	24 €/ 66 €	WSG2 a21
donnerstags	16.00-17.00	07.01.-25.03.	12	24 €/ 66 €	WSG4 a21

<b>Faszien-Yoga mit Melanie</b>					
freitags	09.30-11.00	15.01.-26.03.	11	55 €/ 110 €	YOG2 a21

<b>Zumba - Online mit Luis</b>					
sonntags	09.25-10.25	03.01.-21.03.	12	24 €/ 66 €	ZUM a21

**SelbstTVErständlich sind auch Online Schnupperstunden möglich!**

65760 Eschborn, Hauptstr. 33 / 0 6196 – 95 54 15 (AB)

[www.tv-eschborn.de](http://www.tv-eschborn.de) / [info@tv-eschborn.de](mailto:info@tv-eschborn.de)

>>> [www.facebook.com/tveschborn](https://www.facebook.com/tveschborn) <<<



auch  
2021

# FIT BLEIBEN MIT DEM TURN VEREIN ESCHBORN 1888 e. V.



**JETZT ANMELDEN!**

## Unser aktuelles Programm für Mitglieder

### FÜR ERWACHSENE

NEU

Tag	Uhrzeit	Programm
montags	10.00-10.45	Fit von Kopf bis Fuß – Online mit Thomas
montags	19.00-20.00	Intervalltraining – Online mit Manja
dienstags	09.30-10.30	Fit in den Tag – Online mit Claudia
dienstags	18.30-19.30	Mobilität und Kraft – Online mit Barbara
mittwochs	20.00-21.00	Zirkeltraining – Online mit Harry
donnerstags	19.00-20.00	Ski-Gymnastik mit Luitgard
freitags	19.15-20.15	Deep Work – Online mit Manja

### FÜR KINDER

NEU

Tag	Uhrzeit	Zeitraum		
montags	17.40	11.01.-22.03.	Eltern-Kind-Turnen für Kinder 3-5 Jahre	ca. 20 min. Bewegung & Spaß mit Melanie & Helena
mittwochs	18.10	13.01.-23.03.		ca. 30 min. Mach mit -Bleib fit mit Ursula
donnerstags	15.00	21.01.-25.03.	für Kinder ab 6 Jahren	ca. 40 min. Bewegung & Spaß mit Merle
montags	16.00	25.01.-22.03.	für 2.-4. Klasse	ca. 40 min. FIT KIDS mit Maxime
montags	16.00	08.02.-22.03.	ab 5. Klasse	

**Online-Zugangsdaten für das Dauer- und das  
Kinderprogramm gibt es nach eurer Anmeldung per Mail  
über die TVE Geschäftsstelle.**

**SelbstTVErständlich sind auch Online Schnupperstunden möglich!**

65760 Eschborn, Hauptstr. 33 / 0 6196 – 95 54 15 (AB)  
www.tv-eschborn.de / info@tv-eschborn.de  
>>> www.facebook.com/tveschborn <<<

*Sei stärker  
als deine Stärkste  
Ausrede!*

