TURNVEREIN 1893
BAIERSBRONN

GYMWELT
WIR LEBEN FITNESS. IM VEREIN.



Kursprogramm 1. Halbjahr 2027

Unsere Kurse ab 12.01.2027:

- ► Bauch-Beine-Po-Rücken
- ► Bewegen statt schonen
- ► Hatha Yoga
- ► Zumba Kids Junior
- ► Reha-Sport
- ► Rückenfit
- ► Lets Dance

Unsere REHA-Sport Angebote sowie weitere Kurse und alle Infos:
www.turnverein-baiersbronn.de

Allgemeine Informationen:

Unsere Geschäftsstelle ist wie folgt zu erreichen:

Telefon: 0 74 42 / 12 24 89 --- e-mail: tvbaiersbronn@gmx.de

Die Anmeldung (mind. 3 Tage vor Kursbeginn) kann erfolgen über:

Online: www.turnverein-baiersbronn.de oder

per Post: TV Baiersbronn, Postfach 13 51, 72258 Baiersbronn

Allgemeine Durchführungsbestimmungen

- Die Durchführung der Kurse ist von einer Mindestteilnehmerzahl abhängig.
- Ein Anspruch auf die Durchführung der Kurse besteht nicht.
- Der TVB behält sich vor, in Einzelfällen Kurse zu stornieren, zu verändern bzw. abzubrechen.
- Die Kursgebühren werden mit der Anmeldung fällig. Mind. 3 Tage vor Kursbeginn ist eine Anmeldung erforderlich (telefonisch oder per Mail an die Geschäftsstelle).
- Auch bei Nichtteilnahme sind Sie dann zahlungspflichtig, wenn der Kurs normal stattfand.
- Für selbstverschuldete Schäden, Verluste und Unfälle übernimmt der TVB keine Haftung.
- Unsere Werbepartner (Sponsoren) bezahlen bei unseren Kursangeboten die gleichen, günstigen Kursgebühren wie unsere Vereinsmitglieder.
- Wir stellen Ihnen gerne auf Wunsch eine Teilnahmebescheinigung aus.
- Bankverbindung: IBAN: DE78 6429 1010 0003 2750 35 BIC: GENODES1FDS
- Bei Kursbeginn ist einmalig die Datenschutzerklärung des Turnvereins Baiersbronn zu unterschreiben.
- In den Schulferien finden i.d.R. keine Kurse statt.

- **Anmeldung**

Ich melde ich verbindlich für folgenden Kurs an:

Kursnummer: _____
Kursbezeichnung: _____

O Aktives TVB-Mitglied
O Jugendliches Mitglied
O Werbepartner/Sponsor des TVB
O Passives TVB-Mitglied
O Nichtmitglied
O Jugendliches Nichtmitglied

_____
Name, Vorname

_____
Straße:

_____
PLZ, Ort

_____
Telefon:

Bitte ankreuzen!
O Ich habe die allgemeinen Durchführungsbestimmungen zur Kenntnis genommen.
O Ich willige in die Datenverarbeitung ein.

Ort/Datum: _____ Unterschrift:_____

SEPA-Lastschriftmandat (spät. vor der 2. Übungseinheit der Kursleitung vorlegen)

Ich ermächtige den Turnverein 1893 Baiersbronn e.V. Kursgebühren von meinem unten angegebenen Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Turnverein 1893 Baiersbronn e.V. gezogenen Lastschriften einzulösen. Die Lastschrift ist durch die Gläubiger-Identifikationsnummer des Turnvereins Nr. DE28ZZZ00000390181 und als Mandatsreferenz die Kursnummer gekennzeichnet. Der Einzug erfolgt spätestens vier Wochen nach Beendigung des Kurses.
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit dem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

_____
Name, Vorname des Zahlungspflichtigen:

_____
Straße:

_____
PLZ, Ort

IBAN: _

BIC: _____

Ort/Datum: _____ Unterschrift:_____

Einwilligung in die Datenverarbeitung

Der Turnverein 1893 Baiersbronn e.V. weist hiermit darauf hin, dass ausreichende technische Maßnahmen zur Gewährleistung des Datenschutzes getroffen wurden.
Die Informationspflichten gemäß Artikel 12 bis 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen. Diese sind auf unsere Homepage einzusehen:
https://www.turnverein-baiersbronn.de
Ich bin damit einverstanden, dass die Kontaktdaten zu Vereinszwecken durch den Verein genutzt und hierfür auch an andere Mitglieder des Vereins (z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften) weitergegeben werden dürfen.
Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung der vorbenannten Angaben freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann.
Ich willige ein, dass Fotos und Videos von meiner Person bei sportlichen Veranstaltungen und zur Präsentation von Mannschaften angefertigt und in den Medien veröffentlicht werden dürfen. Ich bin darauf hingewiesen worden, dass die Fotos und Videos mit meiner Person bei den Veröffentlichungen im Internet oder in sozialen Netzwerken weltweit abrufbar sind. Eine Weiterverwendung und/oder Veränderung durch Dritte kann hierbei nicht ausgeschlossen werden.
Soweit die Einwilligung nicht widerrufen wird, gilt sie zeitlich unbeschränkt. Die Einwilligung kann mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden. Der Widerruf der Einwilligung muss in Textform (Brief oder per Mail) gegenüber dem Verein erfolgen.
Eine vollständige Löschung der veröffentlichten Fotos und Videoaufzeichnungen im Internet kann durch den Turnverein 1893 Baiersbronn e.V. nicht sichergestellt werden, da z.B. andere Internetseiten die Fotos und Videos kopiert oder verändert haben könnten. Der Turnverein 1893 Baiersbronn e.V. kann nicht haftbar gemacht werden für Art und Form der Nutzung durch Dritte.

Ich wurde ferner darauf hingewiesen, dass trotz meines Widerrufs Fotos und Videos von meiner Person im Rahmen der Teilnahme an öffentlichen Veranstaltungen des Vereins gefertigt und im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit veröffentlicht werden dürfen.

Adressenliste der Vorstandschaft und der Geschäftsstelle

Ressort	**Name,** **Tel. Priv.**	**Straße,** **Tel. Gesch.**	**PLZ**	**Ort**
1. Vorsitzender	Andreas Trück 0160/97929283	Altmühleweg 10	72270	Baiersbronn
2. Vorsitzender	Markus Koenig 0171/1423504	Reichsstr. 58 07441/863741	72250	Freudenstadt
Schatzmeisterin	Sabine Finkbeiner 07442/51 76	Falkenstr. 47 07442/8 10 56 (vorm.)	72270	Baiersbronn
Schriftführer	Steffen Bischoff 0151/26886391	Beethovenstr. 5	72270	Baiersbronn
Geschäftsstelle	Manfred Koenig	Nogent-le-Rotrou-Str. 10 (TV-Treff) 07442/12 24 89 tvbaiersbronn@gmx.de **Termine vor Ort nach Vereinbarung**		Baiersbronn

Gutscheine für TVB-Kurse - nicht nur zu Weihnachten, sondern auch für Geburtstage und sonstige Anlässe - erhalten Sie bei unserer Geschäftsstelle!

Sie können die Sportstätten des TV Baiersbronn (Stadion, Murgtalhalle und TV-Treff auch über die Murgtalbahn (Linie S 8) Haltestelle „Baiersbronn-Schule“ bequem erreichen!

Kontaktdaten der Kursleiter/innen

Bauch-Beine-Po-Rücken

Ute Frey Beethovenstr. 39 72270 Baíersbronn
0160/941 55 665

Bewegen statt Schonen, Rehasport, Rückenfit, Zumba® Kids

Gabriele Raddadi Rainbauerngasse 25 72270 Baiersbronn
07442/837 889 0152/54066234

Hatha Yoga Christin Gaiser Winterseitenweg 14 72270 Baiersbronn
07442/28 69

Let's Dance Marion Verbeek zumba.marion@web.de

Rehasport Organisation

Geschäftsstelle Nogent-le-Rotrou-Str. 10 (TV-Treff) Baiersbronn
07442/12 24 89 tvbaiersbronn@gmx.de
(Termine vor Ort nach Vereinbarung)

Kids on Trail Dirk Frietsch Waldackerweg 7 72270 Baiersbronn
0176/42697225



Bild_STB-Gymwelt

Kursprogramm REHA-Sport 1. Halbjahr 2027

Was ist Rehabilitationssport?

Rehasport wird als eine allgemeine Gymnastik in einer Gruppe von sieben bis max. 15 Teilnehmern durchgeführt und dauert mind. 45 Minuten.
Ziel des Rehasport ist eine Verbesserung der Beweglichkeit, Aufbau der Skelettmuskulatur sowie ein Training des Gleichgewichts.
Der Rehasport verbessert Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit, gibt Hilfe zur Selbsthilfe und macht Spaß in der Gruppe.

Für wen ist Rehasport geeignet?

Wir bieten Rehasport für **orthopädische Erkrankungen** (Wirbelsäule, alle Gelenke, nach Verletzung oder Operationen z. B. künstliches Gelenk) **und bei Krebserkrankungen** an. Die Teilnehmer müssen über die notwendige Mobilität sowie physische und psychische Belastbarkeit für Übungen in einer Gruppe verfügen.

Wie können Sie am Rehasport teilnehmen?

Lassen Sie sich von Ihrem Arzt (Haus- oder Facharzt) einen Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport **Formblatt 56** ausstellen. In der Regel geht die Verordnung über 50 Einheiten in 18 Monaten. Rehasport ist kostenlos! Er darf von jedem niedergelassenen Arzt verordnet werden.
Bitte kontaktieren Sie die Geschäftsstelle (07442/122489; tvbaiersbronn@gmx.de) **bevor** Sie den Kostenantrag bei Ihrer Krankenkasse zur Genehmigung einreichen, damit wir Ihnen einen Kursplatz zusagen können.
Anmeldung und Einstieg jederzeit möglich!

Müssen Sie Mitglied beim TV Baiersbronn werden?

Es gibt keine Verpflichtung, Mitglied im Verein zu werden. Im Interesse der Nachhaltigkeit der Rehabilitationsmaßnahme wird jedoch auch von den Rehabilitationsträgern eine Vereinsmitgliedschaft auf freiwilliger Basis befürwortet.

Kurs RT 1/2027:	**Rehasport – Trockengymnastik I m/w/d**
Kursbeginn:	**jeweils dienstags 10.15 bis 11.15 Uhr im TV-Treff** (Übungseinheiten nicht in den Schulferien)
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***
	ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RT 2/2027: **Rehasport - Trockengymnastik II m/w/d**

Kursbeginn: **jeweils dienstags 11.15 bis 12.15 Uhr im TV-Treff**
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RT 3/2027: **Rehasport - Trockengymnastik III m/w/d**

Kursbeginn: **jeweils dienstags 19.30 bis 20.30 Uhr im TV-Treff**
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 1/2027: **Rehasport im Wasser (m/w/d)**
(Aquajogging / Gesünder Schwimmen)

Kursbeginn: **jeweils montags 18.15 bis 19.00 Uhr im Panoramabad in Freudenstadt (Sportbecken)**
Achtung: Treffpunkt 18:00 Uhr an der Kasse
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 4,50 für Schwimmbadeintritt sind durch den Teilnehmer zu bezahlen. (für Aufenthalt von 1 3/4 Stunden)

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 2/2027 **Rehasport im Wasser (m/w/d)**
(Aquajogging / Gesünder Schwimmen)

Kursbeginn: **jeweils montags 19.15 bis 20.00 Uhr im Panoramabad in Freudenstadt (Sportbecken)**
Achtung: Treffpunkt 19:00 Uhr an der Kasse
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 4,50 für Schwimmbadeintritt sind durch den Teilnehmer zu bezahlen. (für Aufenthalt von 1 3/4 Stunden)

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 3/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (nur w)**

Kursbeginn: **jeweils mittwochs 19.00 bis 19.45 Uhr im Hallenbad Hotel „Tanne“ in Baiersbronn-Tonbach**
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 3,00 für Schwimmbadeintritt je Abend sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 4/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (nur w)**

Kursbeginn: **jeweils mittwochs 20.00 bis 20.45 Uhr im Hallenbad**
Hotel „Tanne“ in Baiersbronn-Tonbach
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 3,00 für Schwimmbadeintritt je Abend sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 5/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (nur w)**

Kursbeginn: **jeweils donnerstags 8.30 bis 9.15 Uhr im Hallenbad**
Hotel „Tanne“ in Baiersbronn-Tonbach
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 3,00 für Schwimmbadeintritt je Übungseinheit sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 6/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (nur w)**

Kursbeginn: **jeweils donnerstags 9.15 bis 10.00 Uhr im Hallenbad**
Hotel „Tanne“ in Baiersbronn-Tonbach
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 3,00 für Schwimmbadeintritt je Übungseinheit sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 7/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (m/w/d)**

Kursbeginn: **jeweils freitags 10.15 bis 11.00 Uhr im Hallenbad**
Hotel „Schwarzwald“ in Freudenstadt, Helene-Frey-Weg 4
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 5,00 für Schwimmbadeintritt je Übungseinheit sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.
(vor der Übungsstunde kann noch geschwommen werden).

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kurs RW 8/2027: **Rehasport im Wasser (Wassergymnastik) (m/w/d)**

Kursbeginn: **jeweils freitags 11.00 bis 11.45 Uhr (seit 06.11.2026) im Hallenbad**
Hotel „Schwarzwald“ in Freudenstadt, Helene-Frey-Weg 4
(Übungseinheiten nicht in den Schulferien)

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi DOSB-Übungsleiterin, Sport in der Rehabilitation, Profil: Orthopädie***

€ 5,00 für Schwimmbadeintritt je Übungseinheit sind durch den Teilnehmer zu bezahlen.
(nach der Übungsstunde kann noch geschwommen werden).

ANMELDUNG ERFORDERLICH!

Kursprogramm 1. Halbjahr 2027

Walking / Nordic Walking

Kursbeginn: **ab Ostern bis November jeweils freitags 17.00 bis 18.45 Uhr**
im Sankenbachtal (ab Sesselbahn-Parkplatz)

ab November bis Ostern jeweils freitags 15.00 Uhr
ab Parkplatz Schwimmbad Baiersbronn

für Walker/Nordic Walker
Informationen und Anmeldung bei Sonja Günther
(Tel. 07442/56 39)

Kursgebühr: **kostenlos** für Mitglieder und Nichtmitglieder

Kurs 1: **Let's Dance**

Kursbeginn: **18.01.2027 10 Übungseinheiten**
(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)
jeweils montags 19.35 bis 20.35 Uhr im TV-Treff

Lehrkraft: ***Marion Verbeek*** ***Fitnessinstructor / Dance Choreograph***

Kursinhalt: Spaß, Vitalität, Ausdauer, Lebensfreude
LET'S DANCE ist ein dynamisches und effektives Ganzkörpertraining mit lateinamerikanischen.
Anstatt Takte zu zählen, folgt man hier dem Fluss der mitreißenden Musik. Ein Training um den ganzen Körper zu formen und zu festigen. Von Kopf bis Fuß und von innen nach außen.
Das Herz-Kreislauf-Systemwird ordentlich in Schwung gebracht. Zahlreiche dynamische Bewegungen fördern die Koordination, dehnen und stärken die Rücken- und Rumpfmuskulatur.
Aufgrund der Vielseitigkeit werden abwechselnd Fett- und Kohlenhydrat-verbrennung angesprochen.
Stärkung des Herz-Kreislaufsytems – Stärkung der Muskelkraft und -flexibilität – Steigerung der Vitalität, der körperlichen Fitness und der psychischen Gesundheit. – Verbesserung der motorischen Funktionen – aufgrund des Spaßfaktors: Verbesserung der Lebens- und Schlafqualität sowie des allgemeinen Wohlbefindens.

Kursgebühr: Mitglieder: € 60,00
Nichtmitglieder: € 75,00

Pluspunkt Gesundheit
DEUTSCHER TURNER-BUND
und mit ZPP - Zertifizierung!

Kurs 2: **Bewegen statt Schonen – Ganzkörperkräftigung**

Kursbeginn: **12.01.2027 12 Übungseinheiten**
(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)
jeweils dienstags 9.00 bis 10.00 Uhr im TV-Treff

Lehrkraft: ***Gabriele Raddadi*** ***Sport- und Gymnastiklehrerin***

Kursinhalt: Die Körperhaltung steht im Mittelpunkt. So wird beim Training der Kraft, Beweglichkeit und Koordination die Haltung verbessert beziehungsweise werden Fehlhaltungen vorgebeugt. Hoher Wert liegt auf der Rumpfstabilisation. Entspannende Elemente schenken Ihnen neue Energie.

Kursgebühr: Mitglieder: € 72,00
Nichtmitglieder: € 90,00

Kurs 3:	**Zumba® Kids (3. bis 5. Klasse)**
Kursbeginn:	**12.01.2027** **12 Übungseinheiten** **(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)** **jeweils dienstags** **17.00 bis 18.00 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi*** ***official* Zumba® *Kids - Instruktor***
Kursinhalt:	In diesem Kurs erwarten die Kids coole, energiegeladene Tanz-Partys. Wer bisher an Wettkampfsportarten keinen Gefallen gefunden hat, ist hier ganz besonders eingeladen, mit Spaß dabei zu sein! Als Kind aktiv zu sein ist so wichtig für die Gesundheit jetzt und später! Zumba® Kids fördert die Koordination, aber auch die Konzentrationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein. Die Lern- und Gedächtnisfunktion verbessert sich. Mit zusätzlichen Spielen auf Musik, die Kinder lieben, werden sie angeregt, sich durch Bewegung auszudrücken. Leichte Dehnübungen schließen die Kursstunde ab.
Kursgebühr:	Mitglieder/Nichtmitglieder: € 60,00 / 72,00

Pluspunkt Gesundheit
DEUTSCHER TURNER-BUND

und mit ZPP-Zertifizierung!

Kurs 4:	**Rückenfit** (Wirbelsäulengymnastik)
Kursbeginn:	**12.01.2027** **12 Übungseinheiten** **(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)** **jeweils dienstags** **18.15 bis 19.15 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi*** ***Sport- und Gymnastiklehrerin***
Kursinhalt:	Es werden rückenschonende Bewegungsabläufe geübt, die die Beweglichkeit der Wirbelsäule und die Kraft der wirbelsäulen-stützenden Muskulatur erhalten und erhöhen. Besonders bei bereits bestehenden Veränderungen des Wirbelsäulensystems wird eine gezielte Mobilisation und Kräftigung erforderlich. Mit dem Erlernen wirbelsäulengerechten Verhaltens im Alltag lassen sich so Schmerzen lindern und neue Beschwerden verhindern.
Kursgebühr:	aktive Mitglieder/ Nichtmitglieder: € 72,00 / 90,00

Kurs 5:	**Hatha Yoga**
Kursbeginn:	**13.01. 2027** **10 Übungseinheiten** **jeweils mittwochs** **18.30 bis 19.30 Uhr im TV-Treff** **(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)**
Lehrkraft:	***Christin Gaiser*** ***Yogalehrerin beim DTB,*** ***Übungsleiter -C- im Breitensport***
Kursinhalt:	**Eine besondere Übungsstunde!** Mit Yoga kraftvoll, flexibel und entspannt durch den Alltag. In den 10 Yogastunden wollen wir die innere und äußere Balance stärken. Jede Stunde beinhaltet einen Einstieg, Atembungen, Yoga-Flows, Asanas und eine Schlussentspannung. Die Stunden sind sowohl für Anfänger als auch für Geübte geeignet. Wir bringen gemeinsam Körper, Geist und Seele in ein harmonisches Gleichgewicht. *Bitte Decke und Sitzkissen mitbringen!*
Kursgebühr:	aktive Mitglieder: € 60,00 Nichtmitglieder: € 75,00

Kurs 6:	**Bauch-Beine-Po-Rücken**	
Kursbeginn:	**14.01.2027**	**10 Übungseinheiten**
	(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)	
	jeweils donnerstags	**17.00 bis 18.00 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Ute Frey***	
Kursinhalt:	Ein spezielles Training zur Straffung der Problemzonen und Kräftigung der Rumpfmuskulatur mit Aufwärmprogramm und leichter Entspannung.	
Kursgebühr:	aktive Mitglieder:	€ 50,00
	Nichtmitglieder:	€ 65,00

Kurs 7:	**Bauch-Beine-Po-Rücken**	
Kursbeginn:	**15.04.2027**	**10 Übungseinheiten**
	(Weitere Termine teilt die Kursleiterin zu Beginn des Kurses mit)	
	jeweils donnerstags	**17.00 bis 18.00 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Ute Frey***	
Kursinhalt:	wie Kurs 6	
Kursgebühr:	aktive Mitglieder:	€ 50,00
	Nichtmitglieder:	€ 65,00

Pluspunkt Gesundheit
DEUTSCHER TURNER-BUND

und mit ZPP - Zertifizierung!

Kurs 8:	**Bewegen statt Schonen – Ganzkörperkräftigung**	
Kursbeginn:	**20.04.2027**	**12 Übungseinheiten**
	(Nicht in den Pfingstferien)	
	jeweils dienstags	**9.00 bis 10.00 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi***	***Sport- und Gymnastiklehrerin***
Kursinhalt:	wie Kurs 2	
Kursgebühr:	Mitglieder:	€ 72,00
	Nichtmitglieder:	€ 90,00

Kurs 9:	**Zumba® Kids (3. – 5. Klasse)**	
Kursbeginn:	**20.04.2027**	**12 Übungseinheiten**
	(Nicht in den Pfingstferien)	
	jeweils dienstags	**17.00 bis 18.00 Uhr im TV-Treff**
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi***	***official* Zumba® *Kids - Instruktor***
Kursinhalt:	wie Kurs 3	
Kursgebühr:	Mitglieder	€ 60,00
	Nichtmitglieder:	€ 72,00

Pluspunkt Gesundheit
DEUTSCHER TURNER-BUND

und mit ZPP-Zertifizierung!

Kurs 10:	**Rückenfit** (Wirbelsäulengymnastik)
Kursbeginn:	**20.04.2027** **12 Übungseinheiten**
	(Nicht in den Pfingstferien)
	jeweils dienstags 18.15 bis 19.15 Uhr im TV-Treff
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi*** ***Sport- und Gymnastiklehrerin***
Kursinhalt:	wie Kurs 4
Kursgebühr:	Mitglieder: € 72,00
	Nichtmitglieder: € 90,00

Kurs 11:	**Aqua-Fitness im Freibad**
Kursbeginn:	**Juni/Juli 2027** **8 Übungseinheiten**
	Kursbeginn witterungsabhängig nach Eröffnung der Freibadsaison
	jeweils freitags 20.00 bis 20:45 Uhr im Freibad Klosterreichenbach
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi*** ***Sport- und Gymnastiklehrerin, DOSB-Übungsleiterin***
Kursinhalt:	Durch physikalische Eigenschaften (Auftrieb-Widerstand) eignet sich Wasser ausgezeichnet zu einem intensiven, aber gelenkschonenden Ganzkörpertraining. Die Tragfähigkeit des Mediums Wassers befreit vom eigenen, hemmenden Gewicht und schenkt damit eine größere Bewegungsfreiheit. Der Schwerpunkt des Kurses wird Aquajogging sein.

Anmeldung und Abrechnung direkt bei der Lehrkraft

Kurs 12:	**Aqua-Fitness im Freibad**
Kursbeginn:	**Juni/Juli 2027** **8 Übungseinheiten**
	Kursbeginn witterungsabhängig nach Eröffnung der Freibadsaison
	jeweils samstags 9.00 bis 9:45 Uhr im Freibad Baiersbronn
Lehrkraft:	***Gabriele Raddadi*** ***Sport- und Gymnastiklehrerin, DOSB-Übungsleiterin***
Kursinhalt:	wie Kurs 11

Anmeldung und Abrechnung direkt bei der Lehrkraft