



NEUE KURSTERMINE

# Gesundheitskurs

## beim Turnverein Augsburg 1847.e.V

Wir freuen uns, Ihnen mit unseren neuen Gesundheitskursen eine neue Möglichkeit des Sports beim TVA anbieten zu können.

### Fit und gesund durch Gesundheitssport!

Sichern Sie sich jetzt einen exklusiven Kursplatz in unseren Gesundheitskursen. Diese sind lizenziert und werden von den Krankenkassen mit bis zu 95% der Kosten finanziell unterstützt.

Unsere Gesundheitskurse können Sie als Mitglied oder auch als Nichtmitglied unseres Vereins besuchen.

Die Kosten sind abhängig von der Anzahl und der Länge der Einheiten. Diese können Sie bei uns erfragen.



### Unsere Kurse: Hatha Yoga

Der Kurs führt in das Hatha Yoga ein. Mit Halteelementen, Beweglichkeitsübungen und der Atmung werden die Stunden gestaltet und ein schönes Bewegungserlebnis geschaffen

8 Einheiten à 90 Minuten

Für Mitglieder: 120,-€  
Für Nicht-Mitglieder: 180,-€

**Termine:**  
Donnerstag 18:15 Uhr ab 10. März 2022

### Ganzkörpertraining

In der Gruppe wird mit dem Eigengewicht gezielt die körperliche Fitness verbessert. Ob Bauch, Beine oder Po, wir stärken den gesamten Körper.

10 Einheiten à 60 Minuten

Für Mitglieder: 100,-€  
Für Nicht-Mitglieder: 150,-€

**Termine:**  
**Ganzkörpertraining für Menschen mit Übergewicht**  
Montag 18.15 Uhr ab 02.05.2022

**Ganzkörpertraining für Alle (auch für Mamas und Papas)**  
Montag 19.30 Uhr ab 02.05.2022

### Anmeldung

Nutzen Sie das Anmeldeformular auf unserer Homepage: [www.tvaugsbrug.de](http://www.tvaugsbrug.de)

### Kontakt und weitere Informationen

**TV Augsburg 1847 e.V.**  
Gabelsbergerstr. 64  
86199 Augsburg

Ansprechpartnerin:  
Julia Zigl drum  
Telefon: 0821 573715  
[reha@tvaugsburg.de](mailto:reha@tvaugsburg.de)