



**Fit und gesund in  
der  
TSV Herbrechtingen**  
Anmeldung und Auskunft direkt bei der  
Kursleitung

## Kursangebote – Fitnessbereich

### Power Hour

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **montags** 9.00–10.00 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Beginn: 12.Sept. 2022

### Pilates und Workout

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **montags** 10.15 – 11.15 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Beginn: 12.Sept. 2022

### Zumba **!!!Neu!!**

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **montags** 20.30 – 21.30 Uhr 10 x  
Leitung: Luciana Alpan Tel. 0160 774 1336  
Kursgebühr: TSV 15.00 €, Nichtmitglieder 59.00 €  
Beginn: 19. Sept. 2022

### Mami-fit: Back in shape

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **montags** 17.30 – 18.30 Uhr, 7 x  
**mittwochs** 17.30 – 18.30 Uhr  
Leitung: Stephanie Bofinger  
[sbofinger87@web.de](mailto:sbofinger87@web.de)  
Kursgebühr: TSV 10.50 € Nichtmitglieder 41.30 €  
Beginn: 12.Sept. 2022 u.07.Nov. 2022

### Qi-Gong & TaiChi

Ort: Fitnessraum 3 Bibrishalle  
Termine: **dienstags** 9.25 bis 10.30 Uhr 10 x  
Leitung: Manfred Schneider Tel. 07324- 5338  
Kursgebühr: TSV 15.00 €, Nichtmitglieder 59.00 €  
Beginn: 20. Sept. 2022

### Ausdauertraining – Fitness für Männer

Ort: Wartbergturnhalle  
Termine: **mittwochs** 18.15 – 19.15 Uhr, 7 x  
Leitung: M.-W. Schmid Tel. 07324 5803  
Kursgebühr: TSV 7,50 €, Nichtmitglieder 29,50 €  
Beginn: 16. Nov 2022

### Fit und Gesund

Ort: Wartbergturnhalle  
Termine: **mittwochs** 19.30 – 20.30 Uhr, 10 x  
Leitung: Kati Reith Tel. 07324 410011  
Kursgebühr: TSV 15.00 €, Nichtmitglieder 59.00 €  
Beginn: 14. Sept. 2022

### Mami-fit: bring das Baby mit

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **mittwochs** 9.30 – 10.30 Uhr 7 x  
Leitung: Stephanie Bofinger  
Sbofinger87@web.de oder 07432 5520  
Kursgebühr: TSV 10.50 € Nichtmitglieder 41.30 €  
Beginn: 14. Sept. 2022 u. 09.Nov. 2022

### „Rücken-fit“

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termine: **donnerstags** 9.00 – 10.00 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Termin: 15.Sept. 2022

## Aqua Kurse.

### Aqua-Fitness

Ort: Jurawell (ohne Tiefenwasser)  
Termine: **donnerstags** 18.00–18.45 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Heike Ziegler Tel. 07324 42111  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Beginn: 15.Sept. 2022

### Aqua I

Ort: Jurawell  
Termine: **freitags** 9.00 – 9.45 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Beginn: 16.Sept.2022

### Aqua II

Ort: Jurawell  
Termine: **freitags** 9.45 – 10.30 Uhr, 12 x  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Kursgebühr: TSV 18.00 €, Nichtmitglieder 70.00 €  
Beginn: 16. Sept. 2022

## Dauerangebote

### Neueinsteiger sind herzlich willkommen

#### „Rundum fit“

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termin: **dienstags** 9.00 – 10.00 Uhr  
**dienstags** 17.30 – 18.30 Uhr  
Leitung: Kati Reith Tel. 07324 – 410011  
Gebühr: 20.00 € pro Jahr

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termin: **dienstags** 19.00–20.00 Uhr  
Leitung: Ingeborg Maier Tel. 07324 7351  
Gebühr: 20.00 € pro Jahr

#### „Wer rastet der rostet“

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termin: **dienstags** 10.00- 11.00 Uhr  
Leitung: Kati Reith Tel. 07324 410011  
Gebühr: 20.00 € pro Jahr

### Gesund und fit

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termin: **donnerstags** 10.15 – 11.15 Uhr  
Leitung: Johanna Korndörfer Tel. 07324 986394  
Gebühr: 20.00 € pro Jahr

### Männer-Riege Ü 40 Gymnastik u. Volleyball

Ort: Bibris Mehrzweckhalle  
Termin: **donnerstags** 19.30 – 21.30 Uhr  
Leitung: Simon Mayer Tel. 07324 7919  
Leitung: Ernst Mayer Tel. 07324 5755

### Walking / Nordic-Walking

Ort: Treffpunkt Parkplatz Hallenbad  
Termin: **mittwochs** 8.30–9.30 Uhr

## Angebot für Kinder

### Cheerdance Spaß mit Musik und Tanz für Kinder ab 8 Jahre

Ort: Fitnessraum 1+2 Bibrishalle  
Termin: **dienstags** 16.00 – 17.00 Uhr  
Leitung: Kati Reith Tel. 07324 410011