

TG Bad Waldsee 1848 e.V.

**News**

**Cross/Functionaltraining**

Bei den Übungen im Functional Training handelt es sich um komplexe Bewegungsmuster, die ganze Muskelketten ansprechen und so deren Funktionalität in Alltag und Sport verbessern. Bestandteil jedes Trainings wird das etwa 25-minütige Tagesworkout sein. Durch die Kombination verschiedener Übungen hat das Workout Cross-Training-Charakter und gibt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, an ihre persönliche Belastungsgrenze zu gehen.

**Wirksame Selbstverteidigung / Erwachsene**

Einen offenen Kurs „Selbstverteidigung für Erwachsene“ bietet die Gruppe Fitness & Selbstverteidigung. Zum Kursinhalt gehören darüber hinaus grundlegende Kenntnisse im Notwehrrecht sowie die Nutzung von Nervenpunkten bei Abwehrtechniken. Im Szenariotaining von realistischen Selbstverteidigungs-Situationen können die Teilnehmer die erlernten Techniken anwenden und sich von deren Wirksamkeit überzeugen. Mittwochs von 20:15 Uhr bis 21:45 Uhr in der Gymnasiumhalle in Bad Waldsee

Sie erreichen uns...

Geschäftsstelle: Klosterhof 3, 88339 Bad Waldsee  
Di. 08.30 – 11.30 Uhr und Do. 17.00 – 20.00 Uhr  
Tel. 07524/48283 e-Mail-Adresse: [info@tgev.de](mailto:info@tgev.de)

**Mitgliedsbeiträge/Wettkampfbeiträge**

Senioren ab 75 Jahre	0,00 € / 0,00€
Passiv	23,00 € / -----
Kinder bis 11 Jahre	34,00 € /15,00€
Jugendliche 12 – 18 Jahre	42,00 € /15,00€
Schüler/Studenten	42,00 € /15,00€
Rehasport	42,00 € / -----
Rentner	42,00 € /15,00€
Erwachsene	68,00 € /20,00€
Familien	110,00 € /30,00€

Wir weisen darauf hin, dass eine Kündigung der Mitgliedschaft zum 30.6. und zum 31.12. eines jeden Jahres unter Einhaltung einer 4 wöchigen Kündigungsfrist möglich ist. Rückwirkende Kündigungen sind nicht möglich.

**Bankverbindungen:**

Kreissparkasse Bad Waldsee  
DE53650501100062315128 SOLADES1RVB  
Volksbank Allgäu Oberschwaben eG  
DE22650910400272912000 GENODES1LEU

**Spendenkonten:**

Kreissparkasse Bad Waldsee  
DE39650501100062322946 SOLADES1RVB



**Sport in der**

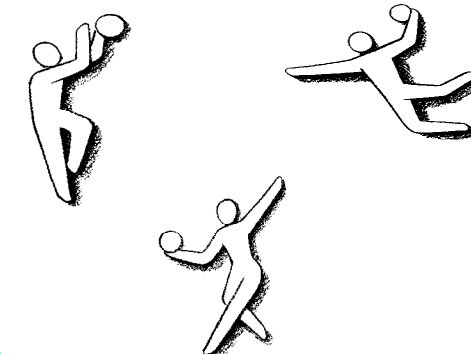
**TG Bad Waldsee 1848**

IN UNSERER GEMEINSCHAFT IST JEDER WILLKOMMEN. KOMM REIN, FÜHL DICH WOHL UND HALTE DICH FIT

**2018**



**bad waldsee**



**Wichtige Ansprechpartner:**

Vorstand/Sport

Christof Rauhut 015237288889

Vorstand/Finanzen

Carina Schürmann 01708553338

Vorstand Öffentlichkeitsarbeit

Heiko Stein 01717563465

Vorstand /Materialwirtschaft

Wolfgang Herrmann 015226039009

Vorstand

Susanne Held 015902271597

Vorstand

Florian Schoof 01774202264

Vorstand/Jugend

Steffi Rauhut 015223713221

Geschäftsstelle

Irmgard Marth 07524 48283

Badminton

Ralf Frick 07524 905522

Basketball

Holger Limbacher 0151 25357684

Faustball

Hannes Hörmann 07524 2542

Gerätturnen

Peter Scheible 07524 3048

Handball

Michael Gapp 07524 9743498

Jedermann

Günter Huber 07524 7310

Kinder/Jugend

Marion Binder 07524 7855

Leichtathletik

Angelika Oberhofer 07524 48318

Rope Skipping

Nicole Mach 07524 996888

Selbstverteidigung

Hubert Amann 015788142960

(Email-Adressen im Internet unter [www.tgev.de](http://www.tgev.de))



