

Unsere Öffnungszeiten

Montag:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Daniel

Dienstag:
09:00 – 13:00 Uhr Daniel

Mittwoch:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Angelika

Donnerstag:
08:30 – 13:00 Uhr: Angelika

Freitag:
08:30 – 09:00 Uhr Hermann
09:00 – 13:00 Uhr Mouna



Unsere Preise

Mit Mitgliedschaft:
aktive Mitgliedschaft 22,00 €/Monat

Aufnahmegebühr: 15,00€

Mitgliedschaft Fitness (unbegrenzt Training)
15,00 €/Monat
Oder
10er Karte : 25,00€

Ohne Mitgliedschaft:
10er Karte: 46,00 €

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich
gerne an

info@tsv-glinde.de

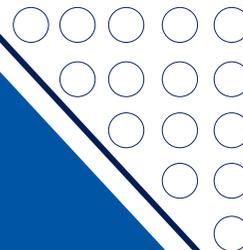
 info@tsv-glinde.de

 040 - 710 72 15

 [tsvglinde](https://www.instagram.com/tsvglinde)

 Am Sportplatz 98a
21509 Glinde

 TSV Glinde von 1930 e.V.



Fitnessstudio



Unsere Geräte

Warm-up und Cardio-Geräte:

Fahrräder, Laufbänder, Stepper, Rudergerät, Crosstrainer und Geräte für gezielten Muskelaufbau.

TRX-Band:

Ganzkörpertraining mit dem eigenen Körpergewicht.

Power Plate:

Vibrationstraining für den ganzen Körper.
Kurz- und Langhanteln

Kettle Balls:

Verschiedene Gewichte für das Training der gesamten Muskulatur.



Unsere Idee

Unser gut ausgestattetes, gesundheitsorientiertes Fitness-Studio bietet ein attraktives Angebot für Mitglieder und Nichtmitglieder. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Sportbüro oder lassen Sie sich von unseren Trainern und Assistenten im Studio beraten.

Wichtig zu wissen!

Unsere Trainer weisen Sie ein und sorgen für korrekte Bewegungsabläufe an den Geräten.

Auf Wunsch erstellen wir einen persönlichen Trainingsplan.

Die Nutzung des Studios ist ab 16 Jahren erlaubt und erfordert eine Einverständniserklärung der Eltern.

Allgemeine Angebotsübersicht

Kampfsportarten

Boxen
Jiu-Jitsu
Karate
Kung-Fu
Judo
WingTsun

Ballsportarten

Badminton
Floorball
Fußball
Handball
Tennis
Tischtennis
Volleyball

Tanz und Gymnastik

Ballett
Gymnastik
Musical & Showdance
Stepptanz
Tanzen

Fitness und Gesundheit

Fitnessstudio
Reha Sport
Sportabzeichen Leichtathletik

Weitere Angebote

Firmenfitness
Schwimmen lernen für Kinder
Jedermannsport
Turnen
Leichtathletik