

Alles Sport oder was?

Der FV Wendelstein hat das Sport- und Fitnessangebot für Jung und Alt. Spaß am Sport und Verein, so soll es sein. Bei uns Trainieren alle, ob jung oder alt, Anfänger oder Profi - kurz: Wir sind der Sport-Treff ganz in Ihrer Nähe!

- Body Fit
- Dance
- Faustball
- Fit bleiben - Indoor Ausdauertraining
- Fit für den Alltag 55+
- Fit im Winter - Skigymnastik
- Fußball
- Gesunder Rücken
- Judo
- Kraft + Fitness
- Pilates
- Reha Sport Diabetiker
- Reha Sport Herz-Kreislauf
- Step Aerobic
- Taekwondo
- Tennis
- Volleyball
- Zeit für mich
- Wirbelsäulengymnastik
- Sportpark-Restaurant mit gemütlichen Ambiente und großer Terrasse
- Eigene Tennis-Freiplätze und Halle
- Kegelbahn
- Sauna
- Seniorentreff

INFORMATION & ANMELDUNG

In der Geschäftsstelle: (speziell für Schnupperangebote)

30.12; 31.12; 02.01; 09.01; jeweils von 10.00 - 13.00 Uhr
03.01; 05.01; 10.01; jeweils von 17.00 - 19.00 Uhr

Gerne beantworten wir Ihre Fragen auch per E-Mail oder Telefon. Wir freuen uns über Ihr Interesse.



FV 1923 Wendelstein e.V.

Mozartstraße 72
90530 Wendelstein
Tel.: (09129) 69 76
Fax: (09129) 28 79 16

E-Mail: info@fv-wendelstein.de
Web: www.fv-wendelstein.de

WWW.FV-WENDELSTEIN.DE

Grafik & Druck: Flyerlabor • www.flyerlabor.de



Jetzt durchstarten!
Unsere
Schnupperangebote
Januar - März
2017



**Schnellbucher
aufgepasst!**

Im Januar 3 Monate
buchen aber nur
2 Monate bezahlen!

Jetzt fit und gesund ins neue Jahr starten. Nutzen Sie unsere „Schnupperangebote“ von Januar bis März.

Da ist für jeden was dabei. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Hier bitte abtrennen

...da bin ich dabei!

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl Ort

Telefon

E-Mail

- Ja ich möchte fit und gesund ins neue Jahr starten und einen oder mehrere Schnupperangebote ausprobieren.

Für welchen Schnupperkurs interessieren Sie sich?

Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift eines Erziehungsberechtigten)



Tanzen für alle Altersklassen

Show Dance für Minis, Kids und Teens

Folklore, Lateinamerikanisch, Standard, Modern für Erwachsene.

Schnupperangebot pro Monat:

Erwachsene 10,- €
Kinder 3,- €



Fit und Gesünder

Querschnuppern durch all unsere aktuellen **6 Angebote**. Hier ist für jeden etwas dabei.

Flatrate pro Monat 10,- € für Erwachsene

Unsere 6 Kurse zum Querschnuppern:

Zeit für mich - am Vormittag

„Raus aus dem Alltag“ Entspannungsübungen, Dehnung, Muskellockerung und Körperwahrnehmung auch Mobilisation und leichte Bewegungseinheiten.

Wirbelsäulengymnastik - am Vormittag

Die gelenkschonende Gymnastik stabilisiert den Rücken, löst Verspannungen und sorgt für eine bessere Haltung.

Bodyfit

Bodyfit - Spaß an der Bewegung. Das Training für den ganzen Körper von Kopf bis Fuß.

Step Aerobic

Ausdauer, Koordination, Kraft, Schnelligkeit und das mit aktueller fetziger Musik.

Fit für den Alltag 55+

Stärkung von Fitness und Gesundheit für den Alltag
Mobilisierung • Gymnastik • Kräftigung • Zirkel

Indoor Ausdauer Training - Workout mit Pezziball & Co

Ausdauer • Kräftigung • Beweglichkeit • Koordination



Achtung Schnellbucher!

Im Januar 3 Monate
buchen, aber nur
2 Monate zahlen.



Fußball

Möchtest du in einem jungen Fußballteam spielen, wo sportlicher Erfolg und Kameradschaft wichtig sind? Dann werde Teil in unserer Mannschaft. Wir suchen dein Talent für unser Team. Unser Training ist immer mittwochs und donnerstag am Sportgelände.

Schnupperangebot pro Monat: 5,- €



Functional Training

Funktionelles oder zweckmäßiges Training verfolgt ein einfaches Ziel; den Athleten oder Gesundheits-sportler auf die Ausübung einer Sportart bzw. den Alltag optimal vorzubereiten. Unser Training richtet sich deshalb an alle Sportler! Übungen werden mit TRX-Trainer, Kettlebells, div. Hanteln oder lediglich dem eigenem Körpergewicht durchgeführt.

Schnupperangebot pro Monat: 10,- €



Kraft und Fitness

Jeder Mensch kann von dem Kraft- und Fitnesstraining profitieren. Hierbei wird nicht nur die Muskulatur gestärkt, sondern auch Sehnen, Bänder und der gesamte Halteapparat. Gleichzeitig formen Sie Ihren Körper und legen den Grundstein für Ihre Gesundheit und alle weiteren Sportarten.

Schnupperangebot pro Monat:

Jugendliche 12,- €
Erwachsene 20,- €
Rentner 15,- €



Volleyball

Ohne gezwungenen Trainingsbetrieb nehmen wir derzeit an keinem Spielbetrieb teil. Dennoch kommt der Spaß am Volleyball definitiv nicht zu kurz. Wir heißen neue Interessenten immer gerne willkommen. Nutzt unsere Schnupperstunde und schaut bei uns rein.

Schnupperangebot pro Monat 5,- €



Faustball

Interessierte Spieler sind uns willkommen, selbstverständlich auch unsere Jugend. Jeder darf mal schnuppern und sich das Spiel erklären lassen. Unter Anleitung wird auch mitgespielt und man kann sich in das Spiel reinfinden. Faustball ist nicht nur für unsere Männer geeignet.

Schnupperangebot pro Montag: 5,- €



Seniorentreff

Speziell für unsere Senioren. Jeder ist herzlich willkommen - ob Mitglied oder nicht - zum gemütlichen Plausch und Gedankenaustausch im Sportheim Restaurant jeweils alle 14 Tage.



