



<https://biz.li/3w7u>

TSV-SKIABTEILUNG BEREITET SKISPORTLER VOR

Veröffentlicht am 15.10.2024 um 13:20 von Redaktion AltkreisBlitz

"Fit zur Skisaison - Fit durch den Winter mit dem Skiclub

TSV Burgdorf": Mit diesem Ziel bietet die TSV-Skiabteilung für alle Wintersportler (Ski-Alpin, Langlauf, Snowboard, Tourengänger, aber auch für Nicht-Skifahrer) "auch als Vorbereitung für den Sommer" ein vielfältiges Training, von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Dehnfähigkeit und Koordination.

Trainer Bernd Schulz bringt sie mit einem abwechslungsreichen Funktions- und Skigymnastik-Programm in Schwung und macht sie fit für ihre Wintersportaktivitäten. Das Training findet in der kleinen Gymnasium-Turnhalle, Berliner Ring/Südstadt, statt. Beginn der Funktions- und Skigymnastik ab Donnerstag, 24. Oktober 2024, bis 13. März 2025, jeweils von 19.00 bis 20.30 Uhr. Die Teilnehmer werden gebeten, ein Handtuch mitzubringen. Wer hat, kann auch seine eigene Gymnastikmatte mitbringen. Für die Mitglieder der TSV-Skiabteilung ist die Teilnahme kostenfrei, für Gäste wird ein gesonderter Beitrag abgerechnet. Weitere Informationen gibt Bernd Schulz unter Telefon 0171/1066380.