

## KONTAKT

HIER GIBT'S WEITERE INFOS

■ Turnverein Möglingen 05 e.V.  
Brunnenstraße 7  
71696 Möglingen

Tel.: 07141 484740

Fax: 07141 484743

[tv.moeglingen@t-online.de](mailto:tv.moeglingen@t-online.de)  
[www.tv-moeglingen.de](http://www.tv-moeglingen.de)

■ Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

dienstags 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr  
freitags 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr

und nach Vereinbarung

GYMWELT ist ein von den Turnerbünden entwickeltes  
Markenzeichen für moderne und qualitativ hochwertige Angebote im  
Fitness- und Gesundheitssport der teilnehmenden Vereine.

Ziel der GYMWELT ist es, möglichst viele Menschen für attraktive  
Bewegungsangebote im Verein zu begeistern, die gemeinsam mit  
Spaß und Freude etwas für die Verbesserung der eigenen  
Gesundheit leisten. Deshalb werden die GYMWELT und die  
teilnehmenden Vereine intensiv in der Öffentlichkeit kommuniziert.

Die gleichbleibend gute Qualität der GYMWELT-Angebote wird durch  
die Aus- und Fortbildung der über 11.000 qualifizierten Übungsleiter  
in den 3.000 gemeinnützigen Turn- und Sportvereinen sichergestellt.

## GESUND BEWEGEN

IM TURNVEREIN MÖGLINGEN 05 E.V.

[www.tv-moeglingen.de](http://www.tv-moeglingen.de)



**GYMWELT**   
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

**STB**   
SCHWÄBISCHER  
TURNERBUND

**AOK**  
Die Gesundheitskasse  
AOK Baden-Württemberg

## GYMWELT IM VEREIN

EINE WELT VOLLER BEWEGUNG

Regelmäßige Bewegung und körperliche Aktivität hat  
viele positive Effekte:

- Höhere Leistungsfähigkeit im Alltag
- Verbesserte Lebensqualität
- Vorbeugung von Krankheiten
- Verbesserte Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit

Im **Turnverein Möglingen 05 e.V.** finden Sie ein breit  
gefächertes Angebot im Bereich Freizeit-, Fitness- und  
Gesundheitssport – bei uns unter GYMWELT  
zusammengefasst.

Der **Turnverein Möglingen 05 e.V.** bietet Ihnen:

- Fitness, Gesundheit und Spaß in der Gruppe
- Trends zum Schnuppern und Ausprobieren
- Angebote für alle Interessen, Altersgruppen und  
Bedürfnisse
- kostenloses Probetraining



## **GYMWELT** EINE WELT VOLLER BEWEGUNG

### **Body-Talk (Show-Tanz-Gruppe ab 14 Jahren)**

#### **Montag:**

Sonnenbrunnenhalle (April - Oktober)

Bürgerhaus (November - März)

19:00 – 21:00 Uhr mit Monika Heffner

Ansprechpartnerin: Susanne Saßenberg,  
Tel. 07141 9915792

### **Walking / Nordic-Walking**

#### **Montag:**

Am See im Bornrain / nur Nordic-Walking für Fortgeschrittene

17:00 – 19:00 Uhr mit Lis und Pit,

#### **Dienstag:**

Parkplatz Bürgerhaus

09:00 – 10:00 Uhr mit Regina

#### **Donnerstag:**

Parkplatz Bürgerhaus

18:30 – 19:30 Uhr mit Regina und Christine

### **Übungszeiten Gymnastik**

#### **Montag:**

Gymnastikraum Sonnenbrunnenhalle

10:15 – 11:15 Uhr Fit und Gesund mit Christine

Gymnastikraum Löscherschule

18:30 – 19:30 Uhr Senioren - Haltung und Bewegung mit Christine

19:30 – 20:30 Uhr Fit und Gesund mit Helga

20:30 – 21:30 Uhr Volleyball

#### **Dienstag:**

1/3 Sonnenbrunnenhalle

19:00 – 20:00 Uhr Body-Conditioning mit Margit

Gymnastikraum Sonnenbrunnenhalle

19:00 – 20:00 Uhr Ganzkörpergymnastik mit Lis/Pit

20:15 – 21:15 Uhr Step-Aerobic mit Bettina

#### **Mittwoch:**

Gymnastikraum Löscherschule

18:00 – 19:00 Uhr Haltung und Bewegung mit Antonia

19:00 – 20:00 Uhr Standfest und Stabil mit Antonia

Gymnastikraum Sonnenbrunnenhalle

19:00 – 20:00 Uhr Bodystyling, Muskelkräftigung mit Larissa

20:00 – 21:00 Uhr Pilates mit Margit

#### **Donnerstag:**

Gymnastikraum Löscherschule

18:30 – 19:30 Uhr Männer-Konditionsgymnastik mit Antonia

Gymnastikraum Sonnenbrunnenhalle

20:00 – 21:00 Uhr Kondition und Bodystyling mit Christine

#### **Freitag:**

Gymnastikraum Löscherschule

18:30 - 19:30 Uhr Fit und Gesund mit Antonia

### **Eltern-Kind (ab 2 J.) und Kinder aktiv in Bewegung (ab 4 J.)**

#### **Montag:**

Gymnastikraum Löscherschule

17:00 – 18:00 Uhr Kinder aktiv in Bewegung mit Helga und Michelle

#### **Dienstag:**

Sonnenbrunnenhalle

16:00 – 17:00 Uhr El-Ki mit Margit

16:00 – 17:00 Uhr Kinder aktiv in Bewegung mit Petra

#### **Donnerstag:**

Gymnastikraum Löscherschule

16:00 – 17:00 Uhr El-Ki mit Margit

17:00 – 18:00 Uhr El-Ki mit Margit

### **Unsere Kurse**

**(jeweils 10-mal/gegen Kursgebühr)**

#### **Feldenkrais-Kurs**

dienstags von 18:50 – 19:50 Uhr im Gymnastikraum Löscherschule mit Markus

#### **Yoga-Kurse**

dienstags von 17:30 - 18:45 Uhr im Gymnastikraum Löscherschule mit Sandra

mittwochs 17:45 - 19:00 Uhr im Mehrzweckraum Bürgerhaus mit Margit

#### **Aqua-Kurse**

freitags von 19:00 – 20:00 Uhr im Ortemabad Markgröningen mit Anja

freitags von 20:00 – 21:00 Uhr im Ortemabad Markgröningen mit Anja

**Anmeldung und Auskunft über unsere Geschäftsstelle, Tel. 07141 484740.**