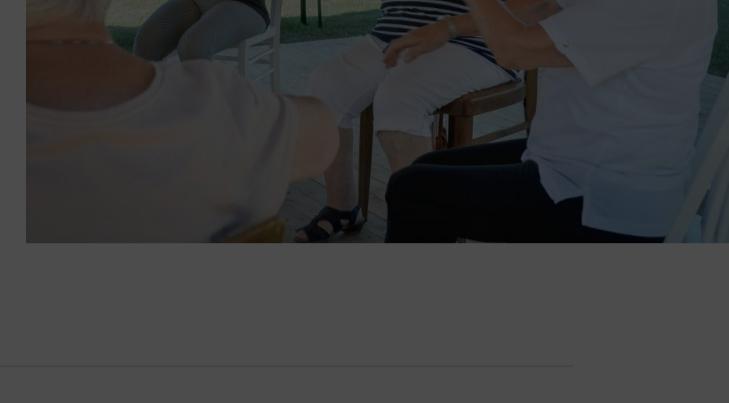


## DER BEREICH SENIORENSPORT STELLT SICH VOR

Man ist so alt wie man sich fühlt

Seniorensport fördert die Gesundheit und verursacht als psychologische Nebeneffekte auch ein besseres persönliches Wohlbefinden, ein steigendes Selbstwertgefühl und trainiert überdurchschnittlich die Willensstärke.

Auch eine soziale Komponente durch den Kontakt zu Gleichgesinnten kommt zum Tragen. Eine Kombination aus körperlicher und geistiger Aktivität, wie zum Beispiel Tanzen mit wechselnden Schrittfolgen, hat Forschern zufolge mehr positive Auswirkungen auf das Gehirn und das Gleichgewicht als gleichförmige Sportarten wie Walking, Schwimmen und Fahrradfahren auf dem Heimtrainer.



## KURSBESCHREIBUNG

Lerne mehr über unsere Kurse der Abteilung Seniorensport

+ ATP - Das AlltagTrainingsProgramm

+ Stuhlgymnastik

+ Senioren - Partnerriege

## DEINE ANSPRECHPARTNER

Du hast Fragen zur Mitgliedschaft, unseren Angeboten oder Trainingszeiten?

Dann melde dich gerne jederzeit bei uns.

Conny Adick  
Sprecherin Seniorensport  
Übungsleiterin

Karin Schroller  
Übungsleiterin

Eduard Strych  
Sportlehrer

## TRAININGSZEITEN

### Angebote

Wochentag	Zeit	Angebot	Ort
Montag	17:00 – 18:00	Sport für Einsteiger	Neue Halle
Dienstag	09:30 – 10:30	Stuhlgymnastik 1	TVB Treff
Dienstag	17:00 – 18:30	Senioren Partnerriege	Neue Halle
Mittwoch	09:30 – 10:30	Stuhlgymnastik 2	TVB Treff
Mittwoch	17:00 – 18:00	ATP	Neue Halle
Freitag	09:00 – 10:00	Stuhlgymnastik 3	TVB Treff

Dankeschön für das Interesse an unserem Verein.

Wir nutzen Cookies und andere Technologien.

Diese Website nutzt Cookies und vergleichbare Funktionen zur Verarbeitung von Endgeräteinformationen und personenbezogenen Daten. Die Verarbeitung dient der Erarbeitung von Inhalten, externen Diensten und Elementen Dritter, der Steuerung der Nutzererfahrung und der Optimierung der Leistung sowie der Einbindung sozialer Medien. Je nach Funktion werden dabei Daten an Dritte weitergegeben und an Dritte in Ländern, in denen kein angemessenes Datenschutzniveau vorliegt und von diesen verarbeitet wird, z. B. die USA. Ihre Einwilligung ist stets freiwillig, für die Nutzung unserer Website nicht erforderlich und kann jederzeit auf unserer Seite abgelehnt oder widerrufen werden.

Technisch notwendig (2) ⓘ

Social Media (1) ⓘ

Sonstiges (2) ⓘ

ABLEHNNEN

SPEICHERN

ALLES AKZEPTIEREN

Impressum | Datenschutzhinweis | Einstellungen

Powered by NETZCOCKTAIL

Geschäftsstelle  
Turnverein Brückhausen e.V.

Waldweg 63  
46569 Hünxe-Brückhausen

02064 - 35 360

info@tvbrueckhausen.de

Follow us



Sportangebote finden

> Unser Sportangebot

> Sportsuche

> Ausfalle und Vertretungen

> Deutsches Sportabzeichen

Mitglieder-Service

> Alles zur Mitgliedschaft

> Downloads

> Termine

> Fragen & Antworten