

Angebote beim HTV

Funktionelle Gymnastik für jedes Alter

Abteilungsleitung: Irena Diekamp, 02129 - 51 600

ab 50 Gymn. & mehr (w)	HTV-Sportraum	Mo	16:00 - 16:55
ab 25 Wirbelsäulengym. (w/m)	HTV-Sportraum	Mo	17:00 - 17:55
ab 25 Wirbelsäulengym. (w/m)	HTV-Sportraum	Mo	18:00 - 18:55
ab 25 Wirbelsäulengym. (w/m)	HTV-Sportraum	Mo	19:00 - 19:55
Fitness Koordination (w)	HTV-Halle	Mo	09:30 - 10:25
Line Dance & andere Tänze	HTV-Halle	Mo	10:30 - 12:00
Fitness & Kräftigung (w/m)	Bollenberg	Mo	18:45 - 19:45
ab 50 Gymn. & mehr Hocker	HTV-Halle	Di	09:30 - 10:25
ab 50 Gymn. & mehr (w/m)	HTV-Halle	Di	10:30 - 11:25
ab 50 Gymn. & mehr (w/m)	HTV-Halle	Mi	09:00 - 09:55
ab 50 Gymn. & mehr (w/m)	HTV-Halle	Mi	10:00 - 10:55
Fitness & Rücken (w/m)	Steinkulle	Do	20:00 - 21:00
Fitness & Koordination (w)	HTV-Halle	Fr	10:30 - 11:30

Angebote im CityFit

Bei Rückfragen, steht das CityFit-Team gerne zur Verfügung unter 02129 - 56 55 -14.

Sanftes Yoga	CityFit Kursraum	Mo	09:00 - 09:55
Yoga	CityFit Kursraum	Mo	19:00 - 20:15
RückenFit	CityFit Kursraum	Verschiedene Tage	
Zumba Gold für Senioren	CityFit Kursraum	Mi	10:00 - 10:55
Nordic Walking	CityFit Kursraum	Fr	10:30 - 11:55
Pilates	CityFit Kursraum	Fr	17:00 - 17:55

Das vollständige Kursprogramm ist auf der Website zu finden unter www.cityfit-haan.de, oder in Papierform im CityFit erhältlich.



HTV-Aktionstag

Dienstag, den 02. August 2022
ab 13.00 Uhr

Wanderung an der Grube 7

verbunden mit Informationen zur Geschichte des Kalkabbaus in unserer Region

Haaner Turnverein 1863 e.V.
Turnstraße 25 a, 42781 Haan
Tel.: 02129/5655-0 Fax: -29
www.haaner-tv.de; kontakt@haaner-tv.de



HTV-Aktionstag: Wanderung zur Geschichte des Kalkabbaus in unserer Region

Der Haaner Turnverein 1863 e.V. freut sich am **Dienstag, den 02.08.2022** über interessierte HTV-Aktive (auch Freunde und Bekannte), die an einer **Wanderung von ca. 8-10 km** verbunden mit Informationen zum Kalkabbau in unserer Region teilnehmen möchten. Wir wandern an der Grube 7 in Gruiten.

Wanderführer ist Herr Reinhard Groß, mit dem wir schon öfter Aktionstage gestaltet haben.

Wir treffen uns um 13.00 Uhr an der Bushaltestelle in Gruiten-Dorf. Es gibt sowohl eine Busanbindung oder das Fahrrad oder das Auto mit Fahrgemeinschaften. Wir schlagen vor, dass sich die Teilnehmer untereinander verständigen.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Bitte denkt an wetterangepasste Kleidung und ein Getränk für unterwegs. Wir planen einen geselligen Abschluss, die Verpflegungskosten trägt jeder selbst.

Meldet Euch bitte frühzeitig mit dem anhängenden Anmeldebogen an. Diesen bitte in den Briefkasten der Geschäftsstelle einwerfen oder per E-Mail an kontakt@haaner-tv.de. **Anmeldeschluss ist der 28.7.2022.**

Wir freuen uns über eine rege Teilnahme.

Bei Rückfragen gerne melden bei:

Irena Diekamp, 02129 - 51600
(gerne auch auf den AB sprechen)
oder
HTV Geschäftsstelle, 02129 - 56550.



Anmeldung Aktionstag am 02.08.2022:

Ich nehme am HTV-Aktionstag am Dienstag, den 02. August 2022 teil.

Name, Vorname: _____

Telefon (privat): _____

Telefon (mobil): _____

Weitere Personen:

Name, Vorname: _____

Telefon (privat): _____

Telefon (mobil): _____

Treffpunkt: 13:00 Uhr an der Bushaltestelle in Gruiten-Dorf.

Haaner Turnverein 1863 e.V.
Irena Diekamp (02129/51600)

