

# 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
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	10:00 - 10:55
Family Fit (Fitness mit Kind)	HTV-Halle	Do	09:00 - 10:00
Schwangerschaftsgymnastik	HTV-Sportraum	Di	18:30 - 19:30
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 Flow	CityFit Kursraum	Mo	10:00 - 10:55
RückenFit und Achtsamkeit	CityFit Kursraum	Di	10:00 - 10:55
Feldenkrais	CityFit Kursraum	Di	17:00 - 17:55
Trampolin Fit	CityFit Kursraum	Mi	11:00 - 11:55
Nordic Walking	CityFit ins Ittertal	Fr	10:30 - 12:00
Pilates	mehrere Termine		

Das vollständige Kursprogramm ist auf der Website zu finden unter [www.cityfit-haan.de](http://www.cityfit-haan.de), oder in Papierform im CityFit erhältlich.



## HTV-Aktionstag

Dienstag, den 07. Mai 2024  
ab 10:00 Uhr

Stadtführung – die Zweite  
Thema „Innenstadt Haan“  
mit Heidemarie Linke

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





## Anmeldung zum Aktionstag am 07.05.2024:

Ich nehme am HTV-Aktionstag am Dienstag, den 07. Mai 2024 teil.  
Die Kosten von 5,50 EUR darf der HTV vom unten angegebenen Konto einziehen.

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Telefon (privat): \_\_\_\_\_

Telefon (mobil): \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

### SEPA-Lastschriftmandat:

Ich ermächtige den Haaner Turnverein 1863 e.V. eine Einmalzahlung in Höhe der Angebotsgebühr von 5,50 EUR von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE80ZZZ00000267704.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name, Vorname (Kontoinhaber): \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Kreditinstitut und BIC: \_\_\_\_\_

IBAN: DE \_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Kontoinhaber

Da die Resonanz auf unseren Stadtführungs-Aktionstag im vergangenen Jahr so gut war, möchten wir nun einen weiteren Aktionstag mit einer Führung durch unser schönes Haan anbieten. Diesmal wird die Innenstadt Haans das Thema sein.

Als Stadt-Führerin wird uns wieder unser HTV-Mitglied Heidemarie Linke (VHS-Mitarbeiterin) begleiten und mit uns einen neuen Blick auf unsere Stadt werfen.

Eingeladen sind unsere Mitglieder und andere Interessenten.

Die Führung dauert ca. 1,5 – 2 Std. Danach planen wir eine Schlusseinkehr. Denkt bitte an wetterangepasste Kleidung.

**Dienstag, der 07.05.2024, Treffpunkt: 10:00 Uhr**  
**Turnstraße 25, 42781 Haan (vor der Geschäftsstelle)**

**Anmeldeschluss ist Freitag, der 03.05.2024.**  
**Die Teilnehmerzahl ist begrenzt!**

Bitte meldet euch mit dem Anmeldebogen verbindlich an. Diesen samt Lastschriftmandat bitte in den Briefkasten der Geschäftsstelle einwerfen oder per E-Mail an kontakt@haaner-tv.de.

