



**FIT & GESUND**

# NEUE KURSE

**Kostenlos reinschnuppern**

**Keine Mitgliedschaft erforderlich**

## **Glücklich in die Woche**

Montags: 8:30 Uhr – 9:30 Uhr, Clubhaus

Nanni Glück (Coach, Achtsamkeitstrainerin, Lach-Yogalehrerin)

## **Starker Rücken**

Dienstags: 18:15 Uhr – 19:15 Uhr, TuV-Halle

Nadine Nogoßek (Rückentrainerin)

## **Zumba®**

Mittwochs: 19:30 Uhr – 20:30 Uhr, TuV-Halle

Marija Duspara (Zumba® - Trainerin)

## **Fitnessboxen**

Mittwochs: 20:30 Uhr – 21:30 Uhr, TuV-Halle

Tobias Scharpfenecker (Sportwissenschaftler)

## **Core – Training**

Donnerstags: 17:30 Uhr – 18:30 Uhr, TuV-Halle

Steffi Beck, Andrea Dirks (Trainerinnen C Fitness und Gesundheit)

## **Entspannt ins Wochenende**

Freitags: 18:30 Uhr – 19:30 Uhr, Clubhaus

Nanni Glück (Coach, Achtsamkeitstrainerin, Lach-Yogalehrerin)

**TV Stammheim...wo Sport am schönsten ist!**

TV Stammheim 1895 e.V.  
Solitudeallee 162

70439 Stuttgart  
0711 804589

[www.tv-stammheim.de](http://www.tv-stammheim.de)  
[info@tv-stammheim.de](mailto:info@tv-stammheim.de)