

# Vereinsnachrichten

## Turn- und Sportverein Talheim e. V.



### TSV Talheim - Hauptverein

Geschäftsstelle: Sontheimer Straße 17, Eingang Parkplatz  
Geschäftszeit: Donnerstag 18.30 Uhr bis 21.00 Uhr  
Telefon: 07133 9012612  
E-Mail: info@tsv-talheim.de, Homepage: www.tsv-talheim.de  
TSV-Gaststätte: Telefon 07133 5455



### Abteilung Taekwon-Do

#### Teilnahme am Verbandslehrgang

Vergangenen Samstag, 25.7.09, fuhren 8 Mitglieder der Abteilung Taekwon-Do zum Verbandslehrgangs-Training nach Gerlingen. Inhalte des Trainings waren Tuls und Fußstöße.

Allen Teilnehmern hat es sehr viel Spaß gemacht. Wir haben viel Neues gelernt und viel Altes erneuert.



#### Neuer Anfängerkurs Ü30 ab Oktober

- ☛ Sie sitzen den ganzen Tag im Büro?
- ☛ Sie fühlen sich schlapp oder etwas zu rund?
- ☛ Eigentlich drängt es Sie nach Bewegung?
- ☛ Sie fühlen sich nicht mehr sicher in Ihrer Haut, wenn Sie nachts allein durch die Straßen gehen müssen?
- ☛ Sie sind aber nicht mehr ganz so frisch?

Dann sind Sie in unserem Anfängerkurs Ü 30 genau richtig!  
Wir bieten Ihnen ein ausgewogenes (Aufbau-)Training für Ihren gesamten Körper.

Keine Rechts-/Links-Lastigkeit, keine Bein-/Arm-Lastigkeit. Unser Training fängt am kleinen Zeh an und hört an den Haarspitzen auf. Schwerpunkte in jedem Training sind z. B. die funktionelle Gymnastik, die Beweglichkeit und die Rückenschule.

Wir sind eine nette Gruppe mittleren Alters, bei der im Training der Spaß nicht zu kurz kommt.

Wer den Ehrgeiz für höhere Ziele mitbringt, kann bei uns sämtliche Prüfungen bis zum Meistergrad durchlaufen. Auch Turnierteilnahmen bis zu den deutschen Meisterschaften sind für jedes Alter möglich.

#### Interessiert?

Dann melden Sie sich doch unverbindlich bei einem unserer Trainer oder surfen Sie auf unsere Homepage.

Homepage: <http://www.taekwondo-talheim.de/>

Karl-Heinz Heinrich, Tel. 07133 14040, Nicolo Clemente, Tel. 07131 160327. BiMa