

FREIE ANGEBOTE FÜR MITGLIEDER

48

Eine Schnupperstunde zum Kennenlernen ist kostenlos

GYMNASTIK RX3 BY AXEL – RÜCKENSCHULE

Funktionales und funktionelles Training mit dem eigenen Körper – Kondition, Koordination, Gleichgewicht!

Montag 19:00 - 20:00 Uhr Sportplatz TV 48

GYMNASTIK

Arme, Brust, Bauch, Rücken, Po und Beine werden durch das eigene Körpergewicht trainiert oder es kommen Kleingeräte wie Hanteln, Bälle, TheraBand zum Einsatz. Das Gleichgewicht und die Stützfunktion, sowie Koordination und Motorik soll durch gezielte Übungen verbessert werden, der Spaß kommt dabei auch nicht zu kurz. Diese Gruppe ist nur für Frauen, Altersgruppe 50+.

Dienstag 19:00 – 20:00 Uhr Sportplatz TV 48

BALANCE SWING – TRAMPOLINTRAINING

Ein hoch effektives und gelenkschonendes Gelenktraining, bei dem jede Zelle des Körpers aktiviert wird. Ein Angebot mit Sonderbeitrag.

Mittwoch 18:00 – 19:00 Uhr Bolzplatz Löbelstein

FITNESS-DANCE-AEROBIC

Mit aktueller Musik und verschiedenen Choreos, die besonders Ausdauer und Koordination schulen und Elemente von Aerobic und Workout enthalten. Auch Dehnübungen kommen nicht zu kurz.

Mittwoch 20:00 – 21:00 Uhr Sportplatz TV 48 Coburg

BESSER ALS FITNESSSTUDIO

Fitnessstudio braucht man nicht, gutes Training geht auch im Wald.

FÜR JUNGE MENSCHEN AB 16 JAHRE

Montag 18:00 – 19:00 Uhr Callenberger Forst

NORDIC-WALKING TREFF

Nur für Geübte mit guten Technikenkenntnissen

Freitag 14:30 – 16:00 Uhr Parkplatz Schellingstraße am Falkenegg

FREIE ANGEBOTE FÜR MITGLIEDER

48

Eine Schnupperstunde zum Kennenlernen ist kostenlos

PILATES

Pilates ist ein Ganzkörpertraining. Mit Hilfe einer gezielten Atmung werden die Übungen „im Fluss“ ausgeführt, die Gelenke mobilisiert, Muskeln gekräftigt und gedehnt.

Freitag 18:00 – 19:00 Uhr Sportplatz Pestalozzihalle

LEICHTATHLETIK

Gemeinsames Lauftraining in verschiedenen Leistungsgruppen

Montag 18:00 – 19:30 Uhr Sportplatz TV 48

Donnerstag 18:00 – 19:30 Uhr Dr. Stocke Stadion

TRIATHLON

LAUFTRAINING

Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr Dr. Stocke Stadion

SCHWIMMTRAINING

Samstag 18:30 – 20:00 Uhr Aquaria

RADTRAINING NACH VEREINBARUNG

RUGBY

Dienstag 18:00 – 19:30 Uhr Sportplatz TV 48

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Sportplatz TV 48

BEACHVOLLEYBALL

Donnerstag 19:00 – 21:00 Uhr Sportplatz TV 48

FREIZEITFUSSBALL

Samstag 14:30 – 16 Uhr Sportplatz TV 48

48

TV v. 1848 Coburg e. V.
Coburgs ältester Turnverein

IMPRESSUM

TV v. 1848 Coburg e.V.
Rosenauer Straße 43a
96450 Coburg
Telefon: 09561-95 26 9
eMail: info@tv1848coburg.de
Internet: www.tv1848coburg.de

Mit freundlicher Unterstützung von



Frischecenter
Wagner
Coburg



Coburg isst
ausgezeichnet!

Frischecenter Wagner
Nierter Straße 3
96450 Coburg
Telefon 09561 / 51248-0
www.wagner-coburg.de

Einkaufen erleben auf
der Lauterer Höhe!



48

TV v. 1848 Coburg e. V.
Coburgs ältester Turnverein



OUTDOOR PROGRAMM 2021

INFORMATIONEN

Der TV 48 Coburg ist der größte und älteste Sportverein in Coburg. Unsere Stärken liegen ganz besonders im Breiten- und Gesundheitssport. Die Kinder und Jugendlichen liegen uns dabei ebenso am Herzen wie die Senioren. Wir haben Bewegungsangebote für jedes Alter, Geschlecht, Herkunft und auch mit und ohne Handicap.

Wir möchten allen Menschen auch 2021 möglichst viele Sportangebote bieten. Deshalb zieht es uns raus an die frische Luft und hinein in die Natur. Die Angebote werden immer an die aktuellen Hygieneregeln angepasst.

Aktuelle Informationen finden sie auf unserer Homepage:

www.tv1848coburg.de

oder informieren Sie sich in unserer Geschäftsstelle:

Telefon: 09561/95269

Öffnungszeiten:

Dienstag & Donnerstag: 14:00 – 18:00 Uhr

Mittwoch & Freitag: 09:00 – 13:00 Uhr

KINDER UND JUGEND

48

BABYS IN BEWEGUNG

Unterstützung des natürlichen Bewegungsdrangs, Wahrnehmen mit allen Sinnen und erste soziale Erfahrungen stehen hier im Vordergrund. Durch das gemeinsame Erleben von Bewegungsaufgaben wird das Miteinander von Eltern und Kindern gestärkt.

BABYS 4 - 12 MONATE

Dienstag 10:00 – 11:00 Uhr Sportplatz TV 48 Coburg

BABYS 9 – 24 MONATE

Donnerstag 15:30 – 16:30 Uhr Sportplatz TV 48 Coburg

KINDERTURNEN

Kinderturnen ist die motorische Grundausbildung und öffnet die Tür zur Welt des Sports. Bewegen – Üben – Spielen – Mitmachen – Erleben – Können sind die Botschaften dazu.

ELTERN – KIND – TURNEN

Montag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48/Callenberg

KINDERTURNEN 3 – 6 JAHRE

Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48/Callenberg

Freitag 16:30 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

KINDERTURNEN 6 – 10 JAHRE

Freitag 16:30 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

LEICHTATHLETIK

Bei den Jüngeren wird die natürliche Freude der Kinder am Laufen, Springen und Werfen aufgegriffen und in den leichtathletischen Grundformen spielerisch weiterentwickelt. Im Jugendalter wird dann an Technik, Schnelligkeit und Ausdauer gearbeitet.

6 – 11 JAHRE

Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr Dr. Stocke Stadion

AB 12 JAHRE

Montag und Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr Dr. Stocke Stadion

HOBBY HORSING

Hobby Horsing hat seinen Ursprung in Finnland. Der Name kommt vom englischen „Hobbyhorse“ und bedeutet Steckenpferd. Hobby Horsing ist nicht teuer, vereint aber dennoch die wichtigsten Disziplinen der Pferdesportarten

AB 6 JAHRE

Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

KINDER UND JUGEND

48

NINJA WARRIORS

Die Ursprünge sind in den Vororten von Paris zu finden - unsere jungen Ninja Warriors stehen ihren Vorbildern nicht nach. Unsere Sportler springen über Kästen und Bänke, balancieren auf Balken und Reckstangen, hanteln an Ringen und überqueren Gräben. Kraft, Präzision und Körpergefühl sind bei den zum Teil akrobatischen Übungen gefordert und werden gefördert.

6 – 11 JAHRE

Montag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

AB 12 JAHRE

Montag 18:00 – 19:00 Uhr Sportplatz TV 48

FUSSBALL MACHT SPASS

Einfach nur kicken, weil es Spaß macht – dies steht hier im Vordergrund. Kinder mit und ohne Handicap, egal aus welchem Land und mit wieviel Talent spielen mit dem runden Leder. Gemeinsam spielen und Sport erleben steht im Vordergrund.

8 – 14 JAHRE

Samstag 10:00 – 12:00 Uhr Sportplatz TV 48

TRIATHLON

Wir haben Kinder und Jugendliche, die gemeinsam Spaß am Triathlon-Training haben. Für alle ab 10 Jahren, die Spaß an Bewegung haben. Wir machen gemeinsam Lauftraining, Radausfahrten und in Abstimmung auch Schwimmtraining. Außerdem gibt es Trainingsvorschläge für Athletik- und Krafttraining.

ANSPRECHPARTNER FÜR JUGENDTRAINING:

Marcus Kaebel, 01515 5133169, marcus.kaebel@tv1848coburg.de

RUGBY

Rugby ist eine englische Ball-Sportart, die sowohl von Mädchen als auch von Jungs ausgeübt werden kann. Aktuell wird das Training kontaktfrei durchgeführt; der Schwerpunkt liegt auf Fitness-Übungen und dem Erlernen bzw. Trainieren der Pass-/ Fang- sowie Kick-Techniken.

6 – 16 JAHRE

Dienstag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr Sportplatz TV 48

ANSPRECHPARTNER FÜR JUGENDTRAINING:

Maxime Pommepuy, 0176 53087390, maximepommepuy@hotmail.fr
Franz Josef Roth, 0151 17846619, franz.roth@tv1848coburg.de

GESUNDHEITSSPORT

48

NORDIC WALKING KURS

ANFÄNGER U60

8 Einheiten mit 90 Minuten Leitung: Martina Beck

Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr Parkplatz Flugplatz/Veste ab 19.5.21

Kursgebühr 90 € kann von der Krankenkasse bezuschusst werden

NORDIC WALKING KURS

FORTGESCHRITTENE

10 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Katrin Amberg

Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr Haus am See Wüstenahorn ab 20.5.21

Mitglieder: 10,00 Euro

Nichtmitglieder: 25,00 Euro

WORKOUT FÜR

SPORTLICH TRAINIERTE

6 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Martina Beck

Montag 19:00 – 20:00 Uhr Rosengarten im Hofgarten Kurs 1 ab 07.06.21,

Montag 19:00 – 20:00 Uhr Kurs 2 ab 19.07.21

Mitglieder: 25,00 Euro

Nichtmitglieder: 35,00 Euro

PILATES

6 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Martina Beck

ANFÄNGER:

Dienstag 18:00 – 19:00 Uhr Rosengarten im Hofgarten ab 26.7.21

FORTGESCHRITTENE:

Dienstag 19:00 – 20:00 Uhr ab 26.7.21

Mitglieder: 25,00 Euro

Nichtmitglieder: 35,00 Euro

REHA – SPORT

Der richtige Gesundheitssport auf Rezept.

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG:

Martina Beck, 0178 1707828

GESUNDHEITSSPORT

48

BEWEGUNG UND SPORT AM SEE

10 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Angela Köhn

Mittwoch 10:30 – 11:30 Uhr Haus am See Wüstenahorn ab 19.05.21

Mitglieder: 10,00 Euro

Nichtmitglieder: 25,00 Euro

FIT UND GESUND

12 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Martina Geerds

Donnerstag 09:00 – 10:00 Uhr Rosengarten im Hofgarten ab 20.05.21

Donnerstag 10:30 – 11:30 Uhr ab 20.05.21

Kursgebühr 80 € kann von der Krankenkasse bezuschusst werden

GANZKÖRPERTRAINING

10 Einheiten mit 60 Minuten Leitung: Angela Köhn

Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr Trimm-Dich-Pfad Callenberg ab 20.5.21

Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr ab 20.5.21

Mitglieder: kostenfrei

Nichtmitglieder: 70 €

SPORT ZUM MIETEN

Wir haben zwei Angebote, die man auch extra buchen kann
Die Buchungszeit beträgt immer 90 Minuten.

BEACHVOLLEYBALL

Die Trendsportart im Sand macht richtig Spaß.

Für Mitglieder: kostenlos

Sommercard 2021: 25 €

NINJA PARCOURS

Hindernisse und Herausforderungen, die einiges an Kraft und Geschicklichkeit erfordern.

Mitglieder: kostenlos

Nicht-Mitglieder (90 Minuten): für 5 €

Buchungen unter 0171 1774146