

2010

SPOCHT

Fakten:

Jedermannsport ist für alle. Frauen + Männer. Wir machen den echten Sport und das mit **Fun-Faktor**.



Sport am Montag und am Mittwoch

JEDERMANN-SPORTABTEILUNG

Jetzt zum Sport. Wieder regelmäßig schwitzen. Und das in einem Team, das Spaß am Bewegen hat und über den Sport hinaus viele Aktivitäten gemeinsam in Angriff nimmt. Ideal für Neukasseler und Wiedersportler.

Neu in der Stadt und noch ohne Anschluss? Kasseler, Kasseler oder Kasseler, der sich endlich wieder einmal bewegen möchte? Dann nichts wie hin zur Jedermann-Sportabteilung der TGW. Unser Ziel ist es, uns regelmäßig zu bewegen und fit zu bleiben. Und dies zusammen mit kommunikativen und lustigen Menschen, die einen entspannten Sportabend erleben wollen.

In zwei Gruppen hat sich unsere Abteilung über die Jahre aufgeteilt: in eine Montagsgruppe mit etwas jüngerem Altersdurchschnitt, die aktiv Ballspiele, Frisbee und viele andere herzklopfende Spiele spielt und in

eine Mittwochsgruppe mit etwas älteren Teilnehmern, die ganz gezielt ein professionelles Rückentraining und Gymnastik in den Vordergrund stellt.

Welche Gruppe ist für dich die richtige? Passt du in die Altersstruktur? Sind die Sportmenschen der TGW auch wirklich nett? Und: macht das auch tatsächlich Spaß?

Um das herauszufinden, gibt es nur eine Möglichkeit - komm vorbei und probiere es aus. Nach einigen Probetrainings kannst du entscheiden, ob unsere Abteilung das ist, was du suchst. Wir freuen uns auf jedes neue Gesicht und ganz besonders auf dich.



Draußensport

Obwohl immer in der Halle, gibt es auch Outdoor-Aktivitäten mit uns: Vereinsmeisterschaften der Leichtathleten, Drachenbootrennen, MTB- oder Rennradtouren und vieles mehr; für jeden Wunsch findet sich jemand zum Mitmachen.

UNSER ANGEBOT

Funnsport mit Niveau: Macht genau so glücklich wie Schokolade und ist gesund.

Jedermannsport bei der TGW ist die perfekte Ergänzung zu allen Einzelsportarten. Hier findet fast jedes Sportleralter und -niveau ein neues Zuhause. Interessante Menschen treffen, gemeinsam sich verausgaben und Sozialkontakte pflegen - das macht unsere Abende so einzigartig.

Der Montag

In der Sporthalle am Königstor startet unsere Gruppe um 20.30 Uhr. Zeit genug also auch für besonders Fleißige, die Arbeit hinter sich zu lassen und 90 Minuten abzuschalten. Als Aufwärmspiel hat sich Frisbee besonders bewährt. Zwei Teams kämpfen um die Lufthoheit in der Halle.

Es folgt eine zart quälende Gymnastikrunde von 30 Minuten, welche von Harald Gilfert mit jeder Menge Fachwissen angeleitet wird.

Schließlich die letzte halbe Stunde, das Ziel vor Augen: Ballspiele! Harmlose Rugby-Abwandlungen, Varianten von Fußball oder Basketball. Oder vielleicht Völkerball? Auch so etwas ist an

unseren Abenden möglich.

Und um der drohenden Dehydrierung zuvorzukommen, geht es im Anschluss in Wohlheidens Szene-Kneipe - das Fiasko. Dort werden Welträtsel gelöst oder sich einfach nur gut unterhalten.

Der Mittwoch

Schwerpunkt Gesundheitssport, Rückentraining. Beweglich werden, beweglich bleiben. Unsere Mittwochs-Sportler lassen es beim Spielen einen Tick langsamer angehen, dafür werden sie an diesem Abend zu wahren Bewegungswundern fit trainiert.

Ab 20.00 Uhr lässt unser sportlicher Leiter, Joachim Jung, keine Muskeln kalt werden. Intensiv kümmert sich der Physiotherapeut um die Bewegungs-Problemzonen und lässt nicht eher locker, bis auch der letzte Rücken bereit für die folgenden Wochentage ist.



Für Teampayer

Für Wiedereinsteiger sowie für „Sport auf Rezept“ die ideale Gruppe.

Du willst es doch auch

Gemeinsam und nicht einsam Sport machen. Spannender und unterhaltsamer als jedes Fitness-Studio und dazu noch wesentlich günstiger. Sport im Verein ist super. Die TGW bietet dir ein umfangreiches Angebot.

Unser Jedermannsport ist garantiert wettkampfstressfrei, aber keinesfalls unmotiviert. Wir geben alles, aber nie zu viel.

Unsere Frauenquote ist an jedem Abend angenehm hoch und unsere Sportler insgesamt eine besonders witzige, bunte Truppe.

Komm zu uns. Komm zum Jedermannsport der TG Wohlheiden.

Kontakt

Wenn du im Voraus Fragen beantwortet haben möchtest, dann schreib uns eine E-Mail oder ruf unseren Abteilungsleiter Harald Gilfert an. Er kann dir alles zu unseren beiden Wochenterminen erklären.

Deine Vorteile

- Extrem günstige Beiträge
- Alle Abteilungen der TGW mit nur einem Beitrag nutzen
- Mitsportler mit Niveau
- Neue Freunde finden
- Gesundheitssport von Profis
- Ideale Uhrzeit nach der Arbeit

JEDERMANNSPORT

Harald Gilfert Montag

Joachim Jung Mittwoch

Mailto: jedermann@tg-wohlheiden.de.

Finde uns auf Facebook und auf www.tg-wohlheiden.de.

Tel.: 0561 281906