



Kursangebote im Gesundheitssport bei der TG Camberg

Präventives Rückentraining

Freitag: 08:00 – 09:00 Uhr
Freitag: 10:00 – 11:00 Uhr
Kursleitung: Ingrid Enzmann, Tel. 06434 1005
E-mail: Ruecken-schule@TGCamberg1848.de

Qigong

Montag: 19:30 – 21:00 Uhr (Kath. Pfarrheim)
Mittwoch: 08:30 – 11:30 Uhr (Ev. Pfarrheim)
Kursleitung: Ingrid Enzmann, Tel. 06434 1005
E-mail: Geschäftsstelle@TGCamberg1848.de

Fitnessstraining

Dienstag: 09:15 – 10:15 Uhr
Kursleitung: Pia Gewehr, Tel. 06434 8473
E-mail: Fitnessgymnastik@TGCamberg1848.de

Gesundes Fit-Sein

Mittwoch: 09:15 – 10:15 Uhr
Kursleitung: Rita Barth, Tel. 06434 37953
E-mail: GesundundFit@TGCamberg1848.de

G.U.T. Fit sein und fit bleiben

Montag: 19:15 – 20:30 Uhr
Kursleitung: Irene Raatz, Tel. 06434 7195
E-mail: Bewegung@TGCamberg1848.de

G.U.T. Ganzheitliches Lauftraining

Dienstag: 18:30 – 20:00 Uhr ab Oktober
Kursleitung: Irene Raatz, Tel. 06434 7195
E-mail: Bewegung@TGCamberg1848.de

G.U.T. Walking / Nordic Walking / Laufen

Kurse auf Anfrage
Kursleitung: Irene Raatz, Tel. 06434 7195
oder Wolfgang Raatz Tel. 06434 7195
E-mail: Bewegung@TGCamberg1848.de

Fitness für junggebliebene Senioren

Dienstag: 17:00 – 18:00 Uhr
(Freiherr von Schütz Schule)
Kursleitung: Heinz Müller, Tel. 06434 7506
E-mail: Fitness-Senioren@TGCamberg1848.de

Wirbelsäulengymnastik

Dienstag: 18:00 – 19:00 Uhr
(Freiherr von Schütz Schule)
Kursleitung: Heinz Müller, Tel. 06434 7506
E-mail: Wirbelsaueulengymnastik@TGCamberg1848.de

Bewegungsgymnastik mit Pilates

Mittwoch: 17:00 – 18:00 Uhr
Kursleitung: Heinz Müller, Tel. 06434 7506
E-mail: Pilates@TGCamberg1848.de

REHA Sport und Bewegung für Diabetiker

Donnerstag: 17:00 – 18:30 Uhr
Kursleitung: Susanne Knobloch-Müller, Tel. 06434 5212
E-mail: Diabetes@TGCamberg1848.de

REHA Gymnastik

Dienstag: 19:00 – 20:00 Uhr (Hohenfeldklinik)
Mittwoch: 18:00 – 19:00 Uhr
Freitag: 09:00 – 10:00 Uhr
Kursleitung: Ingrid Enzmann, Tel. 06434 1005
E-mail: Geschäftsstelle@TGCamberg1848.de

REHA Gymnastik

Dienstag: 17:00 – 19:00 Uhr (Hohenfeldklinik)
Kursleitung: Rita Kulzer, Tel. 06434 7547
E-mail: Geschäftsstelle@TGCamberg1848.de

Falls Sie über längere Zeit keinen Sport betrieben haben, empfehlen wir Ihnen vor Kursbeginn, einen Gesundheitscheck bei Ihrem Hausarzt.

Ein Teil unserer Kurse wird von den gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsmaßnahme nach § 20 SGB V anerkannt und bis zu 80% bezuschusst.

Fit mit der TG Camberg, Qualität mit Gütesiegel



Qualitätssiegel des Landessportbund Hessen – lsb h,
Deutscher Turner-Bund – DTB und des
DLV Deutscher Leichtathletik-Verband

Weitere Informationen zu den einzelnen Angeboten
finden Sie auf unserer Internetseite
<http://www.tgcamberg1848.de>

Oder in der Geschäftsstelle:
65520 Bad Camberg, Jahnstraße
TG-Turnhalle
Telefon 06434 / 7547
Fax 06434 / 909903
E-mail: Geschäftsstelle@TGCamberg1848.de