

Für EUCH Jungs & Mädels

TEENS... ab 13 Jahre



TV Bischmisheim

Basketball

Spiel & Technik / Trainer Kai
Donnerstags 18.00 – 20.00 Uhr, Schulturnhalle



Badminton

Technik, Kondition und Spiel / Trainer Arno
Dienstags 18.00 – 20.00 Uhr, Schulturnhalle
Freitags 16.00 – 18.00 Uhr, Joachim-Deckarm-Halle SB



STRONG by Zumba

Hochintensives-Intervalltraining auf Musik
Kursangebot mit Stempelkarte
Mittwochs 18.00 – 19.00 Uhr, Vereinsturnhalle



Tanzgruppe „Sixteens“

VideoClip, HipHop, Jazz, Streetdance...
Donnerstags 18.00 – 19.00 Uhr / Trainerin Sandra



Hula Hoop Workout

„Alles dreht sich um Dich!“ / Trainerin Sandra
Donnerstags 19.00 – 20.00 Uhr



Turnen auf der AIRTRACK-Bahn

Das Dynamik-Highlight für Turnfans
Dienstag 16.00 – 18.00 Uhr / Trainerinnen Fiona & Jutta



Schwimmen

Freies Schwimmtraining & Neue Schwimmstile
Mittwochs 17.30 – 18.30 Uhr / Kombibad Fechingen



MMA-Training TEENS

Selbstverteidigung, Respekt & Disziplin / Trainer Lewis
(Abwehrtraining, Stand- & Bodenkampf)
Freitags 14.30 – 16.00 Uhr, Vereinsturnhalle



Only for Girls - Sicherheitstraining MY-SELF-DEFENSE

Grundkurs: Samstag 09.10.2021, 11.00 – 13.00 Uhr,
Aufbaukurs: ab 06.11.2021 (4 Samstage) 11.00 – 13.00 Uhr
Trainerteam Saarland Jean & Lewis
Info und Anmeldung: 0177 9374732



TVB-Mitgliedsbeitrag für Jugendliche nur 7,-€/Monat
Mehr Infos auf unserer Internetseite www.tvbischmisheim.de
oder telefonisch unter 0681-897665