

TV Vital & aktiv Sportstudio

INDOOR CYCLING
GROUP



Faszination Indoor Cycling

Indoor Cycling ist ein innovatives Sport- und Fitnessprogramm, bei dem alle Bereiche der Ausdauer erfolgreich trainiert und individuell verbessert werden können.

Radfahren zählt weltweit zu einer der populärsten Sportarten. Es ist gelenkschonend, erfordert nur einfache Bewegungsabläufe und beansprucht wichtige Muskelgruppen.

Regelmäßig durchgeführtes Indoor Cycling führt zu einer konstanten und schonenden Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit. Besonders die wichtigen Funktionen des Herz/Kreislaufsystems werden optimal reguliert.

Im Mittelpunkt der Kurse steht natürlich vor allem auch der Spaß. Die Kombination aus Fahrtechniken, Motivation durch einen Trainer sowie der optimale Einsatz von Musik ist eine perfekte Mischung für begeisternde Trainingseinheiten.



TV 1860
Gunzenhausen

1 2

Sportler
für Sportler

INDOOR CYCLING
GROUP



Trainingszeiten

Dienstag	19:15 - 20:15 Uhr	Einsteiger
	20:30 - 21:30 Uhr	Fortgeschrittene
Mittwoch	9:15 - 10:15 Uhr	für Alle
Donnerstag	20:15 - 21:15 Uhr	für Alle
Freitag	19:15 - 20:15 Uhr	für Alle
Samstag	15:15 - 16:15 Uhr	für Einsteiger

Kosten

10er Karte für TV oder TV Vital-Mitglieder	35,- Euro
10er Karte für Nichtmitglieder	70,- Euro
1 Schnupperstunde	7,- Euro
jede weitere Stunde (ohne 10er Karte)	10,- Euro

Neu - Indoor Cycling für Jugendliche von 12 - 17 Jahren

zum Kennenlernen und Ausprobieren
Samstag von 14:00 - 15:00 Uhr

Kosten für Jugendliche 12 -17 Jahre

für TV oder TV Vital-Mitglieder	5,- Euro/Stunde
für Nichtmitglieder	7,50 Euro/Stunde

Eine verbindliche Anmeldung ist erforderlich!

Montag bis Freitag von 8-15 Uhr persönlich im
TV 1860 Gunzenhausen Sporthaus oder unter der
Tel.-Nr. 09831/6196314 - Einstieg ist jederzeit möglich

Anschrift und Kontakt:

TV Vital & aktiv

Otto-Dietrich-Straße 3
91710 Gunzenhausen
über SAN-aktiv-TOURS erreichbar

Tel. 0 98 31 - 49 36

Fax: 0 98 31 - 805 94

Mobil: 0172 - 8473282

email: info@san-aktiv-tours.de

TV 1860 Gunzenhausen e.V.

Otto-Dietrich-Straße 3
91710 Gunzenhausen

Tel. 0 98 31 - 82 10

Fax: 0 98 31 - 61 04 50

email: info@tv1860-
gunzenhausen.de

www.tv1860-gunzenhausen.de