

Gütersloher Turnverein von 1879 e. V.

Kursprogramm 2023



I. Halbjahr

www.guetersloher-turnverein.de

Ab sofort auch online
buchbar unter



Sparkasse
Gütersloh-Rietberg



Klimaneutral

Druckprodukt

[ClimatePartner.com/12518-1907-1001](https://climatepartner.com/12518-1907-1001)



**Volksbank
Bielefeld-Gütersloh eG**

„Wer immer tut, was er schon kann, bleibt immer das, was er schon war.“ (Henry Ford)

Liebe Interessenten unseres Kursheftes,

dass Gesundheit mit am Wichtigsten in unserem Leben ist, wird wohl niemand ernsthaft bestreiten. Gesundheit bedeutet aber nicht nur Wohlbefinden im körperlich-physischen, sondern auch im psychisch-mental Bereich. Wenn es auch manchmal schwerfällt, so kann und sollte jeder für sich an seiner eigenen Gesundheit arbeiten.

Jeder soll sich und seinem Körper etwas Gutes tun.

Bewegung bedeutet Lebensqualität – Gemeinschaft bedeutet Spaß

Sind Sie unsicher welcher Kurs für Sie der Richtige ist? Gemeinsam mit uns finden wir die Bewegung, die Ihnen guttut.

Krankenkassen bezuschussen zertifizierte Kurse. Ob und in welcher Höhe, erfragen Sie bitte bei Ihrer Krankenkasse.

Die im Heft aufgeführten Kurse können auch online auf unserer Homepage unter www.guetersloher-turnverein.de eingesehen und gebucht werden.

Wir freuen uns auf Sie!

Wichtiger Hinweis:

Aufgrund Unvorhersehbarkeiten, können sich Änderungen ergeben.

Wir halten Sie auf dem Laufenden. Die aktuelle Situation finden Sie auf unserer Homepage

www.guetersloher-turnverein.de

// Inhalt

//// Kids	Seite
Purzelturnen	6
Eltern-Kind-Turnen	7
Ab ins Wasser	8
NEU: Yoga für Kinder im Grundschulalter	9
NEU: Yoga für Teenager	10

// Fitness	Seite
Abendgymnastik	10 – 11
Gymnastik-Gleich-Gewicht	11
Fit durchs Jahr	12
Body Workout	12 – 13
Gymnastik & Fitness im Sitzen	14 – 15

// Entspannung	Seite
Kundalini-Yoga	15 – 17
Zilgrei	18

// Gesunder Rücken	Seite
Die neue Rückenschule KDDR	19 – 21
Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining -Wirbelsäulengymnastik	22 – 23

// Fit im Wasser	Seite
Aquagymnastik/Wassergymnastik	24 – 28

// Reha	Seite
Reha Sport	28 – 29
Reha Sport im Wasser	29 – 30
Rollator-Training	30 – 31

// Outdoor	Seite
Nordic Walking	31 – 32
NEU: Nordic Walking am Samstag	32
Walk-Treff am Abend	33

// Angebote GTV-Abteilungen	Seite
Angebote GTV-Abteilungen	34 – 52

// In eigener Sache	Seite
In eigener Sache	
Anmeldungen/Beitrittserklärung	53 – 61
// Hinweise	Seite
Hinweise	62

**Ansprechpartner:**

GTV-Geschäftsstelle

Georgstraße 44a, 33330 Gütersloh

Telefon: 052 41 – 3 67 36

E-Mail:

Kurse: kurse@guetersloher-turnverein.deVereinssport: kontakt@guetersloher-turnverein.de

Montag, Freitag 10.00 – 12.00 Uhr

Dienstag 16.00 – 18.30 Uhr

*Außer in den Schulferien***Info:**

Anmeldungen sind verbindlich – Sie werden nur benachrichtigt, wenn ein Kurs nicht stattfindet!

Es gelten die aktuellen AGBs. Diese finden sich auf der Webseite unter „Kursbuchung“.

GTV-Mitglieder zahlen pro Kurs den geringeren Beitrag der Sport- und Gesundheitskurse.

10-er Karte für interessierte Sportler/innen

Sie möchten gerne Sport treiben, wissen aber nicht welcher Kurs der Richtige für Sie ist.

Dann haben wir genau das Passende für Sie:

Die 10-er Karte zum Preis von 40 €

Die Karte berechtigt zur Teilnahme von jeweils 1 oder 2 Einheiten an verschiedenen Kursen, z.B. Step Aerobic, Zumba, Yoga, Fit durchs Jahr, Rückenschule, Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining oder Walking. Ausgenommen sind Kurse im Wasser und Rehabilitationssportkurse.



Purzelturnen

In den ersten Lebensjahren ist Bewegung ein wichtiger Bestandteil des kindlichen Lebensalltages. Die Entwicklung der Persönlichkeit wird in unvergleichlicher Weise beeinflusst: Über die Bewegung nimmt das Kind die Umwelt wahr, erkundet sie, passt sich ihr an und macht sie sich passend. Das Eltern-Kind-Turnen soll zudem eine intensive Beziehung zwischen Eltern und Kindern ermöglichen, wobei die Eltern aktiv an den Spiel- und Bewegungsangeboten beteiligt werden.

PURZELTURNEN

in der Michaelis-Schule, Niemeiers Kamp 2

Kurs 10 - Montags, 15:15 Uhr – 16:00 Uhr

Kurs 11 - Montags, 16:00 Uhr – 16:45 Uhr

Kurs 11 - Montags, 16:00 Uhr – 16:45 Uhr

Kursbeginn: 09.01.22 – 12.06.22
(20 Termine)

Kursbeitrag: 60 €/2te Kind 30 €,
GTV Mitglieder: 20 €/2te. Kind 10 €

Kursleitung: Maria Link

Die Kurse finden gruppenübergreifend statt, sodass Sie flexibel an einem der Kurse teilnehmen können. Termine nach Absprache, mit der Kursleiterin.

ELTERN-KIND-TURNEN

In der Freiherr-vom-Stein Realschule, Magnolienweg

Kurs 15 - für Kids von 2 – 3 ½ Jahre
Dienstag, 15:30 Uhr – 16:30 Uhr

Kurs 16 - für Kids von 3 ½ – 4 ½ Jahre
Dienstag, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr

Kursbeginn: 10.01.22 – 20.06.22
(22 Termine)

Kursbeitrag: 68 €/2te Kind 34€,
GTV Mitglieder: 25 €/2te Kind 12,50 €

Kursleitung: Jessica Kaup





Ab ins Wasser Kids

Bewegungsförderung für Kinder von sechs bis 14 Jahren. (Voraussetzung: Seepferdchen)

Sich im Spiel bewegen macht Riesenspaß. Ganz nebenbei werden Kreativität, Koordination und Teamgeist gefördert. Der Lebensraum unserer Kinder wird angesichts der fortschreitenden Technisierung und Verstädterung immer eingeschränkter.

Verbesserung der sportmotorischen Grundeigenschaften, Geschicklichkeits- und Gewandtheitsübungen, Körperbeherrschung, Muskelaufbau, Koordination und Kondition

Veranstaltungsort: „Die Welle“ in Gütersloh

(Therapiebecken), Stadtring Sundern 10

Treffpunkt: Im Kassenbereich der Welle

AB INS WASSER KIDS

Kurs 18 - Dienstags, 16:15 Uhr – 17:30 Uhr

Kurs 19 - Dienstags, 17:30 Uhr – 18:45 Uhr

Zeitraum: 10.01.2023 - 13.06.2023

(20 Termine)

Kursbeitrag: 190€

GTV-Mitglieder: 150€

Rehasportverordnung: Gebühr: 3 €/Einheit

Kursleitung: Corinna Descher & Annette Dankow

Begrenzte Teilnehmerzahlen

Kinder-Yoga für Grundschulkinder

Yoga für Kinder macht Spaß, fördert die Konzentration, steigert die Fitness und hilft bei Entspannung.

Kinder werden spielerisch an Yoga herangeführt. Kinderyoga besteht aus Bewegungsspielen, einfachen Achtsamkeitsübungen, Sonnengruß/Aufwärmübungen/spielerische Yogastellungen und Entspannung.

Veranstaltungsort: Vereinsheim GTV,
Georgstr. 44a, 33330 Gütersloh

KINDER-YOGA FÜR GRUNDSCHULKINDER

neu!

Kurs 20 - Dienstags, 16:15 Uhr – 17:30 Uhr

Zeitraum: 03.02.2023 – 03.03.2023

(5 Termine)

Kursbeitrag: 30 €

GTV-Mitglieder: 25 €

Kursleitung: Melanie Frasca (qualifizierte
Yogatrainerin)



Foto designed by freepik

Teenager-Yoga: Hatha Yoga

Ying und Yang: zum Februar- Entspannungstechniken aus dem Ying und Yang (12-16 Jahre)

Veranstaltungsort: Vereinsheim GTV,
Georgstr. 44a, 33330 Gütersloh

TEENAGER-YOGA- : HATHA YOGA

neu!

Kurs 17 - Samstags, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

Zeitraum: 04.02.2023 – 01.04.2023
(9 Termine)
Kursbeitrag: 54€
GTV-Mitglieder: 45 €

Zeitraum: 22.04.2023 – 17.06.2023
(9 Termine)
Kursbeitrag: 54€
GTV-Mitglieder: 45 €

Kursleitung: Olivia Mayer(qualifizierte Yoga-trainerin)

Abendgymnastik (für Frauen ab 45)

Dieser Kurs ist bei der ZPP zertifiziert.

Der Tag war wieder sehr anstrengend und Du hast zu viel Zeit im Sitzen verbracht?

In diesem Kurs steht die gezielte Mobilisation des Körpers im Vordergrund.

In abwechslungsreichen Trainingseinheiten werden die Muskeln, das Immunsystem und das Herz-Kreislauf-System gestärkt.

Veranstaltungsort: Schützenhaus Kattenstroth,
Alter Hellweg 60

ABENDGYMNASTIK**Kurs 22 - Donnerstags, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr**

Zeitraum: 12.01.2023 – 30.03.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 72 €

GTV Mitglieder: 54 €

Zeitraum: 06.04.2023 – 15.06.2023
(9 Termine)

Kursbeitrag: 45 €

GTV Mitglieder: 40,50 €

Kursleitung: Ellen Henciak

Gleich-Gewicht

Ergänzen Sie Bewegung und Ernährung.
Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen Ihr individuelles Bewegungs- und Ernährungsprogramm. Die Kombination aus Sport und die auf Ihre Konstitution abgestimmten Lebensmittel, führt zu mehr Energie, Lebensfreude und Leichtigkeit.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße
44a 33330 Gütersloh

GLEICH-GEWICHT**Kurs 28 - Mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr**

Zeitraum: 01.02.2023 - 01.03 2023
(5 Termine)

Kursbeitrag: 60 €

GTV-Mitglieder: 50 €

Kursleitung:
Christine Tichy - Gesundheitstrainerin Ernährung
Herbert Tichy - Übungsleiter Sport

Fit durchs Jahr

In diesem Kurs können Sie den Alltagsstress hinter sich lassen. Durch gymnastische und kräftigende Übungen werden Sie das Gefühl für Ihren eigenen Körper wiederentdecken und entwickeln. Verschiedene spielerische Elemente runden das Programm ab und geben Raum für Spaß und Freude.

Veranstaltungsort: *Städtisches Gymnasium „Halle A“, Moltkestraße*

FIT DURCHS JAHR

Kurs 29 - Donnerstags, 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

Zeitraum: 12.01.2023-15.06.2023
(16 Termine)

Kursbeitrag: 96 €

GTV-Mitglieder: 72 €

Kursleitung: Herbert Tichy

**"Liebe das Leben
und das Leben liebt dich!"**

Body Workout

Fitness-Workout für den ganzen Körper mit koordinativen Übungen sowie Kraftausdauer-Übungen für Bauch, Beine, Po, Arme und Rücken.

Veranstaltungsort: *Gymnastikraum, Städtisches Gymnasium, Sporthalle „A“ an der Moltkestraße*

BODY WORKOUT

neu!

Kurs 30 - Dienstags, 20.15 Uhr – 21.00 Uhr

Zeitraum: 17.01.2023-28.03.2023
(11 Termine)

Kursbeitrag: 105,60 €

GTV-Mitglieder: 69,30 €

Kursleitung: Larissa Millan

Latin Dance

Let's-Dance-Fans aufgepasst: Hier ist ein Kurs für Tanzbegeisterte. Es dreht sich um die lateinamerikanischen Tänze Samba, Chacha, Rumba und Jive. Sie lernen sowohl die Technik kennen als auch Schrittkombinationen. Am Ende des Kurses erarbeiten Sie zusammen mit der Kursleiterin Larissa Millan, die selbst Turniertänzerin in den Lateintänzen in den Lateintänzen war, eine kleine Choreo. Ein Partner wird nicht benötigt. Vorkenntnisse sind von Vorteil, aber sind kein Muss.

Veranstaltungsort: *Gymnastikraum, Städtisches Gymnasium, Sporthalle „A“ an der Moltkestraße*

neu!

LATIN DANCE

Kurs 31 - Dienstags, 19.15 Uhr - 20.15 Uhr

Zeitraum: 17.01.2023-28.03.2023
(11 Termine)

Kursbeitrag: 66,00 €

GTV-Mitglieder: 49,50 €

Kursleitung: Larissa Millan



Gymnastik & Fitness im Sitzen (für jedermann)

Sitzgymnastik kann mit (aber auch ohne) Einschränkungen ein sanfter Weg sein, Muskulatur aufzubauen und Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern. Gymnastische Übungen im Sitzen eignen sich auch für viele Menschen, die im Rollstuhl sitzen. In unserem Kurs stehen Wohlbefinden, Gesundheit, Lebenslust und Geselligkeit im Vordergrund.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44 a,
33330 Gütersloh

GYMNASTIK & FITNESS IM SITZEN (für jedermann)

Kurs 79 - Montags, 11:00 Uhr – 12:00 Uhr

Zeitraum: 17.01.2022 - 20.06.2022
(19 Termine)

Kursbeitrag: 57 €
GTV-Mitglieder: kostenlos

Kursleitung: Ulrike Siekmann



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Kundalini-Yoga

ist eine dynamische und kraftvolle Art des Yogas und gilt als Yoga des Bewusstseins. Körper- und Atemübungen, Tiefenentspannungstechniken und Meditation bringen Körper und Geist in Einklang. Das Körperbewusstsein und die Selbstwahrnehmung werden gefördert, Konzentration, Ausdauer und Beweglichkeit trainiert. Die Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens hat positiven Einfluss auf Ihre Verdauung und Ihr Immunsystem. Negativer Stress wird abgebaut.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

// Entspannung

KUNDALINI-YOGA

Kurs 35 - Dienstags, 18:30 Uhr – 20:00 Uhr

Zeitraum: 31.01.2023 – 20.06.2023
(19 Termine)

Kursbeitrag: 95 €

GTV-Mitglieder: 57 €

Kursleitung: Britta Kröger

// Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie bitte eine Unterlage mit //

Kurzturlaub!



Entspannung

Der Alltag hält viele Herausforderungen für uns bereit. Beruf, Familie und das eigene Anspruchsdenken fordern unseren vollen Einsatz. Schnell kommt es dazu, dass wir uns gestresst und genervt fühlen und wir unter den alltäglichen Anforderungen nicht umsichtig mit uns und unserer Gesundheit umgehen. Schlafstörungen, Rücken- und Kopfschmerzen, Probleme mit dem Kreislauf und dem Magen können die Folge sein. In diesem Kurs stellen wir Ihnen verschiedene Entspannungsformen vor, mit deren Hilfe Sie

wieder zur inneren Ruhe und Gelassenheit gelangen.
Genießen Sie eine entspannte Stunde bei uns.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

ENTSPANNUNG

Kurs 40 - Mittwochs, 08:45 Uhr – 09:45 Uhr

Zeitraum: 11.01.23 – 15.03.23
(11 Termine)

Kursbeitrag: 78,00 €

GTV-Mitglieder: 47,00 €

Zeitraum: 22.03.23 - 14.06.23
(11 Termine)

Kursbeitrag: 78,00 €

GTV-Mitglieder: 47,00 €

Kursleitung: Regina Latzke



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann



Zilgrei

kombiniert bestimmte Körperhaltungen bzw. -bewegungen des Kopfes, Rumpfes oder der Extremitäten mit einer speziellen Atemtechnik, der sogenannten Zilgreiatmung. Diese Technik fördert die Entspannung des Körpers und den Ausgleich der Muskeln und lindert bzw. beseitigt dadurch Schmerzzustände. Zilgrei dient primär der Selbstbehandlung. Eine positive Wirkung hat die Anwendung bei Rheuma, Arthrose, Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen, Migräne, Schlaflosigkeit, Stressbelastung, Verdauungsbeschwerden, Durchblutungsstörungen und vielen anderen Beschwerden.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

ZILGREI

Kurs 33 - Freitags, 18:00 Uhr – 19:30 Uhr

Zeitraum: 03.02.2023 – 03.03.2023
(5 Termine)

Kursbeitrag: 37,50 €

GTV-Mitglieder: 22,50 €

Kursleitung: Herbert Tichy



Die neue Rückenschule KDDR

Zielgruppe sind Erwachsene, die auf Grund von Rückenbeschwerden einen Einstieg in gesundheitssportliche Angebote suchen. Kursteilnehmer mit langen Rückenschmerzenepisoden oder Kursteilnehmer mit typischen Risikofaktoren (z.B. Übergewicht, sitzende oder stehende Tätigkeiten oder altersbedingte Einschränkungen).

Ziele der Maßnahme:

Die individuelle Rückengesundheit soll durch gezielte Übungsprogramme der Rückenschule wiederhergestellt, verbessert oder erhalten werden.

Die Teilnehmer lernen eigenverantwortlich, selbstständig und kompetent ein stabiles Gesundheitsver-

// Gesunder Rücken

ständnis aufzubauen und ihre körperliche und psychische Belastbarkeit zu verbessern.

Inhalte der Maßnahme sind das Erleben freudbetonter Bewegung, Vermittlung rückenspezifischer Kenntnisse, Verbesserung motorischer Grundeigenschaften und Übungen zur Förderung von Entspannung und Stressabbau. Die Kurseinheiten sollen die eigenen Ressourcen wie: Ausdauer, Kraft, Dehnfähigkeit, Koordinationsfähigkeit und Entspannungsfähigkeit fördern und verbessern.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

Die Kurse sind bei der ZPP zertifiziert



© LSB NRW | Foto: Bowinkelmann

DIE NEUE RÜCKENSCHULE KDDR

Kurs 42 - Montags, 17:30 Uhr – 18:30 Uhr

Zeitraum: 09.01.23 – 13.03.23
(10 Termine)

Zeitraum: 20.03.23 – 12.06.23
(10 Termine)

Kursbeitrag: 60,00 €

GTV-Mitglieder: 40,00 €

Kurs 46 - Dienstags, 09:00 Uhr – 10:00 Uhr

Zeitraum: 10.01.23 – 14.03.23
(10 Termine)

Kursbeitrag: 55 €

GTV-Mitglieder: 35 €

Zeitraum: 21.03.23 – 13.06.23
(11 Termine)

Kursbeitrag: 66,00 €

GTV-Mitglieder: 44,00 €

Kurs 48 - Mittwochs, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

Zeitraum: 11.01.23 – 15.03.23
(10 Termine)

Zeitraum: 22.03.23 – 14.06.23
(10 Termine)

Kursbeitrag: 66,00 €

GTV-Mitglieder: 44,00 €

Kurs 36 - Donnerstags, 10:00 Uhr – 11:00 Uhr

Zeitraum: 12.01.23 – 16.03.23
(10 Termine)

Kursbeitrag: 60,00 €

GTV-Mitglieder: 40,00 €

Zeitraum: 23.03.23 – 15.06.23
(9 Termine)

Kursbeitrag: 54,00 €

GTV-Mitglieder: 36,00 €

Kursleitung: Regina Latzke

**"Es gibt keinen Weg zum Glück.
Glück ist der Weg."**

(Buddha)



Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Wirbelsäulengymnastik

Viele Menschen leiden unter der Zivilisationskrankheit Bewegungsmangel. Besonders die Wirbelsäule muss durch eine gut ausgebildete Rücken- und Rumpfmuskulatur vor einer Schädigung bewahrt werden. Das möchten wir mit einer Wirbelsäulengymnastik oder Rücken- und Rumpfmuskulaturgymnastik unterstützen. Kräftigungs- und Dehnübungen für die Arm,- Bein- und Fußmuskulatur sollen die Rücken- und Rumpfmuskulatur ergänzen, weil auch diese Körperpartien im täglichen Leben gefordert sind. Damit soll ein gesundes muskuläres Gleichgewicht, bezogen auf den gesamten Körper, gewährleistet werden.

HALTUNG UND BEWEGUNG DURCH GANZKÖR-PERTRAINING / WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Kurs 44 - Montags, 18:15 Uhr – 19:15 Uhr

Zeitraum: 16.01.2023-24.04.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 66 €
GTV-Mitglieder: 42 €



Zeitraum: 08.05.2023-19.06.2023
(6 Termine)

Kursbeitrag: 33,00 €

GTV-Mitglieder: 21,00 €

Veranstaltungsort: Elly-Heuss-Knappschule
Moltkestraße

Kursleitung: Maria de Lourdes Arreola-Meusel

Kurs 47 - Dienstags, 20:30 Uhr – 21:30 Uhr



Zeitraum: 17.01.2023 – 28.03.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 60,50 €

GTV-Mitglieder: 33,00 €

Zeitraum: 18.04.2023 – 20.06.2023
(9 Termine)

Kursbeitrag: 49,50 €

GTV-Mitglieder: 31,50 €

Veranstaltungsort: Städtisches Gymnasium
Moltkestraße

Kursleitung: Birte Wittensteinl

Kurs 49 - Donnerstags, 19:30 Uhr – 20:30 Uhr



Zeitraum: 12.01.2023 - 20.04.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 66 €

GTV-Mitglieder: 42 €

Zeitraum: 27.04.2023 - 15.06.2023
(8 Termine)

Kursbeitrag: 33,00 €

GTV-Mitglieder: 21,00 €

Veranstaltungsort: Elly-Heuss-Knappschule
Moltkestraße

Kursleitung: Doro Szydlowski-Donnersberg



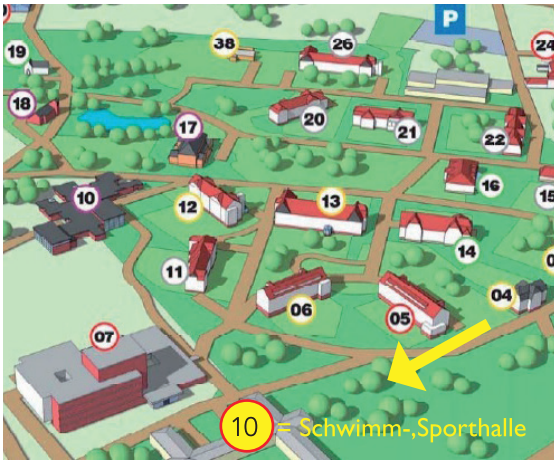
© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Aquagymnastik/Wassergymnastik (angepasst an die aktuelle Corona-Lage)

Gymnastik im Wasser wirkt an Muskeln und Gelenken sehr wohltuend und entspannungsregulierend. Das Programm beinhaltet Übungsformen für präventive und rehabilitative Bewegungstherapien, sowie ein Konditionstraining im Fitnessbereich. Spielerische und gymnastische Elemente werden zu einem spaßorientierten Aqua-Workout verbunden. Wassergymnastik wird bei Beschwerden und Störungen des Bewegungsapparates, Verschleißerscheinung der Gelenke (Hüft-, Knie- und Schultergelenk) sowie bei Muskelschmerzen (Rheuma und Hexenschuss) ärztlicherseits empfohlen, da durch den Auftrieb des Wassers die Gelenke und die Wirbelsäule entlastet werden.

- zum Teil zertifizierte Präventionskurse -





Veranstaltungsort: Schwimmhalle LWL-Klinikum
Buxelstraße

AQUAGYMNASTIK / WASSERGYMNASTIK

Kurs 62 - Montags, 17:00 Uhr – 18:00 Uhr



Zeitraum: 30.01.2023 – 27.03.2023
(9 Termine)

Kursbeitrag: 90 €
GTV-Mitglieder: 72 €

Zeitraum: 17.04.2023 - 19.06.2023
(9 Termine)

Kursbeitrag: 90 €
GTV-Mitglieder: 72 €

Kursleitung: Jennifer Wolf



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Kurs 63 - Mittwochs, 09:45 Uhr – 10:45 Uhr

(mit höherer Intensität)



Zeitraum: 01.02.2023-22.03.2023
(8 Termine)

Kursbeitrag: 80 €

GTV-Mitglieder: 64 €

Zeitraum: 19.04.2023-21.06.2023
(10 Termine)

Kursbeitrag: 100 €

GTV-Mitglieder: 80 €

Kursleitung: Doro Szydłowski-Donnersberg

Kurs 64 - Mittwochs, 17:00 Uhr – 18:00 Uhr



Zeitraum: 01.02.2023- 19.04.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 120 €

GTV-Mitglieder: 96 €

Zeitraum: 26.04.2023- 28.06.2023
(10 Termine)

Kursbeitrag: 100 €

GTV-Mitglieder: 80 €

Kursleitung: Martina Grottel

**"Gib jedem Tag die Chance,
der schönste deines Lebens
zu werden."**

(Mark Twain, Autor)



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

Kurs 65 - Mittwochs, 18:30 Uhr – 19:30 Uhr



Zeitraum: 01.02.2023- 19.04.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 120 €

GTV-Mitglieder: 96 €

Zeitraum: 26.04.2023- 28.06.2023
(10 Termine)

Kursbeitrag: 100 €

GTV-Mitglieder: 80 €

Kursleitung: Martina Grottel

Kurs 66 - Freitag, 08:00 Uhr – 09:00 Uhr



Zeitraum: 03.02.2023-05.05.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 120 €

GTV-Mitglieder: 96 €

Zeitraum: 12.05.2023-23.06.2023
(6 Termine)

Kursbeitrag: 60 €

GTV-Mitglieder: 48 €

Kursleitung: Martina Grottel

Kurs 67 - Freitag, 09:30 Uhr – 10:30 Uhr

Zeitraum: 03.02.2023 -05.05.2023
(12 Termine)

Kursbeitrag: 120 €

GTV-Mitglieder: 96 €

Zeitraum: 12.05.2023-23.06.2023
(6 Termine)

Kursbeitrag: 60 €

GTV-Mitglieder: 48 €

Kursleitung: Doro Szydłowski-Donnersberg



Reha-Sport

Der Rehabilitationssport steht unter dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ und genau dieses wollen wir mit Ihnen erreichen. In einer durch einen lizenzierten Trainer geleiteten Gruppe, lernen Sie alltägliche Probleme effektiv und gesundheitsfördernd zu umgehen. Erleben Sie durch gezielte Spiel- und Trainingsformen, wie sich ihr Körper erholt, gestärkt wird und Sie mobiler, fitter und gesünder durch den Alltag gehen. Egal ob als Reha-Maßnahme nach Unfällen oder Verletzungen, Verbesserung der Fitness und Beweglichkeit, als Schmerzreduktion oder -vermeidung bei Schulter-Nacken-, Rücken-, Kniebeschmerzen oder ähnlichen Problemen, in diesem Programm wird auf alle Probleme eingegangen. Sprechen Sie im Vorfeld

mit ihrem Arzt für eine genaue Diagnose und starten Sie schon bald in ein gezieltes Training für Ihr persönliches Wohlbefinden.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

Einstieg immer möglich!

REHA-SPORT

Kurs 70 Montags

Gruppe I: 15:30 Uhr – 16:15 Uhr

Gruppe II: 16:30 Uhr – 17:15 Uhr

Kursleitung: Annette Dankow

Kurs 71 - Dienstags

Uhrzeit: 12:00 Uhr – 12:45 Uhr

Kursleitung: Markus Dankow

Kurs 72 - Freitags

Uhrzeit: 08:30 Uhr – 09:15 Uhr

Kursleitung: Markus Dankow



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

REHA-SPORT IM WASSER

(angepasst an die aktuelle Corona-Lage, alternativ bieten wir zusätzliche Reha Kurse an Land an)

Veranstaltungsort: LWL-Klinik, Buxelstraße

Einstieg immer möglich (Warteliste)

Kurs 75 - Mittwochs, 08:30 Uhr – 09:30 Uhr

Kursleitung: Doro Szydlowski-Donnersberg

Kurs 68 - Freitags 11:00 Uhr – 12:00 Uhr

Kurs 61 - Freitags, 12:30 Uhr – 13:30 Uhr

Kurs 73 - Freitags, 16:00 Uhr – 17:00 Uhr

Kurs 74 - Freitags, 17:30 Uhr – 18:30 Uhr

Kursleitung: Ellen Henciak

Rehasport-Kurse werden nach ärztlicher Verordnung mit der Krankenkasse abgerechnet



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

VOM ROLLATOR-TRAINING ZUR FITNESS_ AN 4 RÄDERN

(für jedermann)

Mittendrin statt nur dabei – bewegt älter werden

Bewegung liegt in unserer Natur, egal wie alt wir sind, es ist nie zu spät, körperlich aktiv zu werden. Dabei gilt: Schon wenig hilft viel! Jeder noch so kleine

Gang stärkt Herz, Muskeln und fördert die Durchblutung des Gehirns. Sich mit dem Rollator vorwärts zu bewegen ist eine Sache, ihn richtig zu nutzen eine andere. Mit kleinen Schritten der Gesundheit Beine machen ist das Motto des Angebotes. Gehtraining, einfache gymnastische Übungen, Kraft- und Balancetraining, Sturzprophylaxe sowie Tipps und Übungen zum sicheren Umgang mit dem Rollator sind nur einige Inhalte des bewegten Miteinanders. Leichte Motorik- und Koordinationsübungen runden das Programm ab, weil Links eben doch das andere Rechts ist. Durch Spaß und bewegtes Miteinander verbessert sich die Beweglichkeit.

Veranstaltungsort: GTV-Vereinsheim, Georgstraße 44a
33330 Gütersloh

VOM ROLLATOR-TRAINING ZUR FITNESS_ **AN 4 RÄDERN_** (für jedermann)

Kurs 78 - Donnerstags, 14:30 Uhr – 15:30 Uhr

Kursleitung: Annette Dankow



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

NordicWalking

Ein Fitness-Trend: mit Stöcken laufen. Der Nordic-Walker geht sozusagen auf allen Vieren. Die zusätzliche Arm-Stock-Arbeit beim Gehen bedeutet gezieltes Kraft-Ausdauer-Training für den gesamten

Brust-Schulter-Arm-Bereich. Gleichzeitig lockert es dort häufig vorhandene Verspannungen. Bezogen auf Pulsfrequenz und Kalorienverbrauch ist „die Sportart mit den Stöcken“ bis zu 46% effektiver als das klassische Walking. Der aerobe Energiestoffwechsel steigt und Pfunde purzeln. Sie brauchen fürs Nordic-Walking gute, feste Lauf- oder Walkingschuhe und die richtigen Stöcke.

Zertifizierte Kurse – Teilnehmerzahl begrenzt

NORDICWALKING

Kurs 85 - Donnerstags, 09:30 Uhr – 10:45 Uhr

Zeitraum: 19.01.2023 – 30.03.2023
(11 Termine)

Kursbeitrag: 33 €

GTV-Mitglieder: 11 €

Zeitraum: 20.04.2023 - 22.06.2023
(8x)

Kursbeitrag: 24 €

GTV-Mitglieder: 8 €

Treffpunkt: Rhedaer Forst, Parkplatz
„La Guardilla“

Kursleitung: Annette Sunderkötter

Nordic Walking am Samstag

Kurs 82 - Samstags, 9:00 Uhr – 10:00 Uhr

Zeitraum: 07.01.2023-17.06.2023
(21 Termine)

Kursbeitrag: 63 €

GTV-Mitglieder: 21 €

Treffpunkt: Parkplatz am Füchtei, 33334
Gütersloh

Kursleitung: Ellen Henciak

Walk-Treff am Abend

neu!

Kurs 88 - Donnerstag, 17:30 Uhr – 18:30 Uhr

Zeitraum: 12.01.2023 – 29.06.2023
(23 Termine)

Kursbeitrag: 69 €

GTV-Mitglieder: 23 €

Treffpunkt: Stadtpark, Parkplatz Ecke
Brunnenstraße/Parkstraße

Kursleitung: Maria Link



Foto designed by Freepik

// Angebote unserer Abteilungen

Angebote unserer Abteilungen

Teilnahme nur mit Vereinsmitgliedschaft möglich!



KINDERTURNEN (GEMISCHT)

Donnerstags, 16.15 Uhr – 17.15 Uhr (2 – 6 Jahre)

Grundschule Kattenstroth, Diekstraße

Donnerstags, 16.15 Uhr – 17.45 Uhr (4 – 11 Jahre)

Grundschule Nordhorn, Knappweg

Freitags, 16.15 Uhr – 17.15 Uhr (3 – 6 Jahre)

Grundschule Pavenstädt, Pavenstädter Weg

Donnerstags, 16.45 Uhr – 17.45 Uhr (ab 3-5 Jahre)

Grundschule Blankenhagen, Dresdner Str. 15

Donnerstags, 17.15 Uhr – 18.30 Uhr (ab 7 Jahre)

Grundschule Kattenstroth, Diekstraße

Freitags, 17.15 Uhr – 18.45 Uhr (7 – 11 Jahre)

Grundschule Pavenstädt, Pavenstädter Weg

Freitags, 18.45 Uhr – 20.00 Uhr (ab 11 Jahre)

Grundschule Pavenstädt, Pavenstädter Weg

MÄDCHENTURNEN

Mittwochs, 15.00 – 16.30 Uhr (5 – 8 Jahre)

Jahnturnhalle, Georgstraße

Angebote unserer Abteilungen //

Mittwochs, 16.30 – 18.00 Uhr (9 – 12 Jahre)

Jahnturnhalle, Georgstraße

SHOWTANZ (ALTER: CA. 20 – 40 JAHRE)

Sonntags, 18.00 – 19.30 Uhr

Ort: Gymnastikraum Städt. Gymnasium,
Schulstraße 18

Kursleitung: Larissa Millan

FIT FOREVER (FRAUEN AB 18 JAHRE)

Ort: Jahnturnhalle, Georgstraße

Montags, 19.00 – 20.00 Uhr/ 20.15 – 21.15 Uhr

Kursleitung: Heike Poggengerd

Mittwochs, 19:15 – 20:15 Uhr

Kursleitung: Heike Poggengerd

Mittwochs, 20:15 – 21:15 Uhr

Kursleitung: Heike Poggengerd



© LSB NRW | Foto: Andrea Bowinkelmann

// Angebote unserer Abteilungen

AEROBIC FITMit

Dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Ort: Grundschole Neisseweg

Kursleitung: Sabine Brinkmann



© LSB NRW | Foto: Michael Stephan

Cheerleading

ist eine Sportart die sich aus Elementen des Turnens, der Akrobatik, des Tanzens und der Anfeuerungsrufe zusammensetzt.

Die eigentlichen Aufgaben der Cheerleader sind das Anfeuern eigener Sportmannschaften während Wettkämpfen oder Veranstaltungen und die Animation des anwesenden Publikums. Mittlerweile ist Cheerleading eine eigenständige Sportart, die durch Action und Teamgeist lebt! Der Kurs bietet Mädchen und Jungen ab 10 Jahren die Möglichkeit diesen vielfältigen Sport kennenzulernen und den einzigartigen Zusammenhalt beim Cheerleading zu erleben.

CHEERLEADING

Mittwoch, 20:00 – 21:30 Uhr

Ort: Städtisches Gymnasium Sporthalle „A“

Donnerstag, 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle Elly-Heuss-Knapp Real-
schule, Moltkestraße

Kursleitung: Mariele Mester

Angebote unserer Abteilungen //

GYMNASTIK & FITNESS_

(Frauen ab 60 Jahre)

Montags, 16:00 – 17:00 Uhr

Ort: Turnhalle, Freiherr-vom-Stein Realschule,
Magnolienweg

Kursleitung: Ulrike Siekmann

Dienstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Ort: Jahnturnhalle, Georgstraße

Kursleitung: Annette Dankow, Margret Arndt

GYMNASTIK & FITNESS

(für jedermann ab 50 Jahre)

Montags, 19:15 – 20:15 Uhr

Ort: Turnhalle Elly-Heuss-Knapp Real-
schule, Moltkestraße

Kursleitung: Margret Arndt

Mittwochs, 18:30 – 19:30 Uhr

Ort: Turnhalle, Freiherr-vom-Stein Realschule,
Magnolienweg

Kursleitung: Ulrike Siekmann

GYMNASTIK & TANZ

Dienstags, 17:00 – 18:30 Uhr

Ort: Turnhalle Elly-Heuss-Knapp Real-
schule, Moltkestraße

Kursleitung: Ulrike Siekmann

FITNESS FÜR DEN ALLTAG_

(für Frauen ab 40 Jahre)

Bitte Gymnastikmatte mitbringen!

Montags, 19:00 – 20:00 Uhr

Ort: Sporthalle Nord, Ahornallee 46

Kursleitung: Katja Trede-Bauch

// Angebote unserer Abteilungen

GYMNASTIK & BALLSPIELE

(Herren ab 40 Jahre)

Freitags, 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Jahnturnhalle, Georgstraße

Kursleitung: H. Santjer

FIT UND FLOTT FÜR JEDERMANN

(Damen und Herren)

Dienstags, 18:30 – 19:45 Uhr

Ort: Turnhalle Elly-Heuss-Knapp Real-
schule, Moltkestraße

Kursleitung: Ulrike Siekmann

SPIEL MIT

*für alle
Interessierten,
Tischtennis für alle
Alterklassen.*

Trainingszeiten

Erwachsene

Dienstag u. Freitag 20-22 Uhr

Schüler und Jugend

Freitag 18-20 Uhr

Hobbygruppe

Dienstag 18-20 Uhr

Turnhalle

Evangelisch Stiftisches
Gymnasium, Feldstr. 13



RetroSport

Damals war alles besser – zumindest glauben wir daran. Du hast Lust, die Teamspiele aus deiner Schulzeit, wie Völkerball und Brennball, wieder zum Leben zu erwecken? Dann bist du hier genau richtig! Hier wird die Straßenspielkultur aufgefrischt, denn heutzutage geht es nicht mehr um das Gewinnen oder Verlieren, sondern um spielerisches Ausprobieren, erlebnisreiche Ballspiele, die Spaß und nebenbei fit machen. Teamgeist und Spielfreude sind vorhergesagt!

Der Kurs eignet sich auch für Wiedereinsteiger aus den klassischen Mannschaftssportarten, die Lust auf neues haben.

Ein Sport für jede(n), egal welches Alter oder Geschlecht.

PLAYFIT / RETROSPORT

Donnerstags, 20:00 – 21:30 Uhr

Ort: Grundschule Kattenstroth
Diekstraße

Kursleitung: Achim Strothmann

RHYTHMISCHE SPORTGYMNASTIK

Montags, 17:00 – 19:00 Uhr

Freitags, 17:00 – 19:45 Uhr

Samstags, 10:00 – 13:00 Uhr

Ort: Jahnturnhalle, Georgstraße

Kursleitung: RSG-Team

STEP-AEROBIC

Donnerstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Ort: Grundschule Kattenstroth
Diekstraße

Kursleitung: Katja Hänsel

// Angebote unserer Abteilungen

BADMINTON

Für Alle

Dienstag, 20:00 – 22:00 Uhr

Freitag, 19:00 – 20:30 Uhr

Ort: Anne-Frank-Gesamtschule,
Düppelstraße 25b, 33330 GT

Für Kinder und Jugendliche:

Freitag, 18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Schule an der Dalke (ehem. Pestalozzi-
schule), Im Reke 4

**Leihschläger für ein Probetraining sind vorhanden.
Bälle werden gestellt!**

Für Alle

Mittwoch, 20:00 Uhr - 22:00 Uhr

Ort: Sporthalle Mosaischule, Im Reke 4

BASKETBALL

Trainingszeiten in der Saison 2022/2023
(gültig ab 27.08.2022)

Jugend

U10 offen (Kreisliga)

Montags, 17:30 Uhr – 19:00 Uhr – ESG neu

Freitags, 16:15 Uhr – 17:45 Uhr – AFG

U12 offen (Oberliga)

Montags, 17:30 Uhr – 19:00 Uhr – ESG neu

Freitags, 16:15 Uhr – 17:45 Uhr – AFG

U14 offen (Landesliga)

Dienstags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Donnerstags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Freitags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr – BSZ

U16 weiblich (Kreisliga)

Jahrgänge 2007/08

Montags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG alt

Freitags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Angebote unserer Abteilungen //

U16 männlich (Landesliga)

Montags,	19:00 Uhr – 20:30 Uhr – ESG neu
Mittwochs,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG alt
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – BSZ

Damen

Damen I (Oberliga)

Montags,	20:00 Uhr – 22:00 Uhr – ESG alt
Dienstags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu
Donnerstags,	20:00 Uhr – 22:00 Uhr – ESG alt
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Damen II (Bezirksliga)

Montags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG alt
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Herren

Herren I (Landesliga)

Montags,	20:30 Uhr – 22:00 Uhr – ESG neu
Mittwochs,	20:00 Uhr – 22:00 Uhr – ESG neu
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Herren II (Bezirksliga)

Montags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG alt
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Herren III (Bezirksliga)

Montags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG alt
Freitags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr – ESG neu

Sporthallen:

*ESG alt: SH Stift. Gymnasium am Wasserturm

*ESG neu: SH Stift. Gymnasium am Parkhaus der
AOK

*BSZ: Dreifachhalle Carl-Miele-Berufsschulkol-
leg Wiesenstraße

*AFG: Sporthalle der Anne-Frank-Gesamtschule

// Angebote unserer Abteilungen

Fechten

Wir trainieren natürlich regelmäßig. Dabei freuen wir uns jederzeit über »Zuwachs« in unseren Reihen. Kommen Sie doch mal vorbei, wenn Sie der Fechtsport interessiert!

Zuschauen oder gleich mitmachen? Kein Problem. Fürs Zuschauen haben wir genügend Platz in der Halle, und fürs Mitmachen reichen ein Jogginganzug und ein paar Turnschuhe völlig aus.



Foto designed by Freepik

FECHTEN

*Mittwochs, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr (6 – 11 Jahre)
19:00 Uhr – 21:00 Uhr (12 – 16 Jahre)
20:00 Uhr – 22:00 Uhr (ab 17 Jahre)*

Freitags, 17:00 Uhr – 20:00 Uhr (für alle)

Ort: Elly-Heuss-Knapp-Realschule (neue Turnhalle hinter dem Schulgebäude)
Moltkestraße 13, 33330 Gütersloh



FUSSBALL

Montags

OWK-Kicker

18:00 Uhr – 20:00 Uhr – Ganzer Platz

Dienstags

F-Jugend (F1 und F2) (U8/U9)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 1

E-Mädchen (U10/U11) und G-Jugend (U7)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 2

Torwarttraining C-/B-Mädchen

18:00 Uhr – 19:00 Uhr

Altherren (Ü32)

19:00 Uhr – 20:30 Uhr – Platzhälfte 1

I. Mannschaft

19:00 Uhr – 20:30 Uhr – Platzhälfte 2

Mittwochs

D-Jugend (U12/U13))

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 1

E-Jugend (U10/U11) (E1 und E2)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 2

C-Juniorinnen (U14/U15) / Hobby-Damenmannschaft

18:00 Uhr – 19:30 Uhr – Platzhälfte 1

B-Juniorinnen (U16/U17)

18:00 Uhr – 19:30 Uhr – Platzhälfte 2

// Angebote unserer Abteilungen

Donnerstags

F-Jugend (U8/U9) (F1 und F2)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 1

E-Mädchen (U10/U11) und G-Jugend (U7)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 2

Hobby-Damenmannschaft

19:00 Uhr – 20:30 Uhr – Platzhälfte 2

I. Mannschaft

19:00 Uhr – 20:30 Uhr – Platzhälfte 2

Freitags

D-Jugend (U12/U13))

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 1

E-Jugend (U10/U11) (E1 und E2)

16:30 Uhr – 18:00 Uhr – Platzhälfte 2

C-Juniorinnen (U14/U15)

18:00 Uhr – 19:30 Uhr – Platzhälfte 1

Gehfußballer (m/w/d 19-99)

18:00 Uhr – 19:30 Uhr – Platzhälfte 1

B-Juniorinnen (U16/U17)

18:00 Uhr – 19:30 Uhr – Platzhälfte 2

HOCHZEITSTANZKURS

Für alle, die bei einer Hochzeit mitfeiern und mittanzen wollen Wochentag und Uhrzeit nach Absprache.

Kursleitung: Larissa Millan, Telefon: 0176 65635383

Gesang

SINGEN – STIMMWERK GÜTERSLOH

Gemischter Chor – Einstieg immer möglich

Donnerstags, 19:30 Uhr – 21:00 Uhr

Ort: Vereinsheim, Georgstraße 44a

Kursbeitrag: Halbjährlich 56 €
nach 10 kostenlosen Schnupperproben

Kursleitung: Kamilla Matuszewska

Angebote unserer Abteilungen //

SINGEN – TURNERSÄNGER 1881

Gemischter Chor – Einstieg immer möglich

Donnerstags, 17:30 – 19:00 Uhr

Ort: Vereinsheim, Georgstraße 44a

Kursbeitrag: Halbjährlich 56 €
nach 10 kostenlosen Schnupperproben

Kursleitung: Kamilla Matuszewska

HANDBALL

HERREN 1. MANNSCHAFT

Dienstags, 20:00 – 22:00 Uhr

Donnerstags, 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarckstraße 26, Gütersloh

HERREN 2. MANNSCHAFT

Donnerstags, 20:00 – 22:00 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarckstraße 26, Gütersloh

Damen 1. MANNSCHAFT

Montags, 19:30 – 21:00 Uhr

Donnerstags, 18:00 – 20:00 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarckstraße 26, Gütersloh

GEM. D-JUGEND JAHRGANG 2010/11

Dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarckstraße 26, Gütersloh

Donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Städt. Gymnasium Halle B,
Bismarckstraße, Gütersloh

D-MÄDCHEN JAHRGANG 2010/11

Dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarckstraße 26, Gütersloh

// Angebote unserer Abteilungen

HANDBALL

D-MÄDCHEN JAHRGANG 2010/11

Donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr

Ort: Städt. Gymnasium Halle B,
Bismarckstraße, Gütersloh

GEM. E-JUGEND JAHRGANG 2012/13

Montags, 18:00 – 19:30 Uhr

Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr

Ort: Innenstadtsporthalle C, Bismarck-
straße 26, Gütersloh

JUDO

Familienrauferei (ab 4 Jahren) (mit Elternteil)

An ausgewählten Samstagen

Raufzwerge (5 bis 7 Jahre)

Mittwochs, 17:00 Uhr – 18:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Heide-
wald Alte Heidewaldstraße 1, 33332
Gütersloh

Judo & Spiel (7 bis 13 Jahre)

Mittwochs, 17:00 – 18:15 Uhr

Freitags, 18:00 – 19:15 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Heide-
wald Alte Heidewaldstraße 1, 33332
Gütersloh

Erwachsene & Jugend (ab 13 bis ins hohe Alter)

Dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr

Mittwochs, 18:15 – 20:00 Uhr

Freitags, 19:15 – 20:30 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Heide-
wald Alte Heidewaldstraße 1, 33332
Gütersloh

Angebote unserer Abteilungen //

Multiplikatoren-Training, Mannschafts-Training & freies Training Trainer, Multiplikatoren, Dan-Anwärter nach Absprache

Dienstags, 19:00 – 21:00 Uhr

Freitags, 20:30 – 21:30 Uhr

Samstags, 10:00 – 13:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Grundschule Heidewald – Alte Heidewaldstraße 1, 33332 Gütersloh

KARATE

Jugend & Erwachsen

Mittwochs, 18:30 Uhr – 20:00 Uhr

Freitags, 19:45 Uhr – 21:00 Uhr

Kinder von 7 bis 12 Jahre

Freitags, 18.45 – 19.45 Uhr

Ort: Sporthalle A des Städt. Gymnasiums: Moltkestr. 24, 33330 Gütersloh

LEICHTATHLETIK

Schülerinnen + Schüler (7-10 Jahre)

Montags, 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Schülerinnen + Schüler (10-12 Jahre)

Freitags, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr

Schülerinnen + Schüler (12-16 Jahre)

Montags, 17:00 Uhr – 19:00 Uhr

Freitags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Ort: LAZ Nord, Gütersloh

// Angebote unserer Abteilungen

TENNIS

Anmeldungen für Tennisstunden und Platzbuchungen sind über die Webseite möglich.

Ballschule

- Alter: 3-6 Jahre
- vom Zauberlehrling bis zum Ballmagier
- Zielsetzung: Die Kids vielseitig an den Tennissport heranführen.
- Dauer: 60 Min Training pro Woche / Mindestteilnehmerzahl 4 Personen

Jugend Training

- Alter: 6-18 Jahre
- für alle Spielstärken
- Zielsetzung: Weiterentwicklung der Technik, Taktik und Fitness
- Dauer: 60 Min Training pro Woche / Gruppentraining

Intensiv Training

- Alter: 10-18 Jahre
- für alle Spielstärken
- Zielsetzung: Matchorientiertes Technik, Taktik und Fitnesstraining
- Dauer: 2x 60 Min Training pro Woche

Personal Training

- für alle Altersklassen
- für alle Spielstärken
- Zielsetzung: Individuelle Verbesserung der Technik, Taktik und Fitness
- Dauer: 2x 60 Min Training pro Woche

TENNIS-TRAINING FÜR ERWACHSENE

- Alter: ab 18 Jahre
- Fast Learning I
- Tennisstarter erlernen die Grundtechniken
- Fast Learning II
- Erwerb / Anwenden der Techniken

Angebote unserer Abteilungen //

- *Fast Learning III*
- *Anwenden der Techniken im gesamten Feld*
- *Dauer: 10x 60 Min / 4-8 Personen pro Gruppe*

Advance Training

- *Alter: ab 18 Jahren*
- *für Hobbyspieler*
- *Zielsetzung: Verbesserung der Technik, Taktik, Fitness*
- *Dauer: 60 Min Training pro Woche/ 2-4er Gruppe*

Competitive Training

- *Alter: ab 18 Jahren*
- *für Mannschafts- und Turnierspieler*
- *Zielsetzung: Gezielte Trainingssteuerung zur Verbesserung der Leistungsklasse*
- *Dauer: 60 Min Training pro Woche / 4er Gruppe*

Personal Training

- *für alle Altersklassen*
- *für Hobby- & Wettkampfspieler in den Bereichen Technik, Taktik, Fitness*
- *Checkup Analyse / Trainingsplanung / Trainingskontrolle*

PADEL-TRAINING

Fast Learning

- *Alter: ab 16 Jahren*
- *für Anfänger*
- *Zielsetzung: Tennisstarter erlernen die Grundtechniken / Erwerb und Anwenden der Techniken*
- *Dauer: 60 Min Training pro Woche / 3-4er Gruppe*

Advance Training

- *Alter: ab 18 Jahren*
- *für Hobbyspieler*
- *Zielsetzung: Verbesserung der Technik, Taktik, Fitness*
- *Dauer: 60 Min Training pro Woche / 3-4er Gruppe*

// Angebote unserer Abteilungen

Competitive Training

- Alter: ab 18 Jahren
- für Mannschafts- und Turnierspieler
- Zielsetzung: Gezielte Trainingssteuerung zur Verbesserung der Leistung
- Dauer: 60 Min Training pro Woche / 3-4er Gruppe

Personal Training

- für alle Altersklassen
- für Hobby- & Wettkampfspieler in den Bereichen Technik, Taktik, Fitness
- Checkup Analyse / Trainingsplanung / Trainingskontrolle

TISCHTENNIS

Schüler/Jugend

Dienstags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Freitags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Erwachsene:

Dienstags, 20.00 Uhr – 22.00 Uhr

Freitags, 20.00 Uhr – 22.00 Uhr

Ort: Sporthalle des ESG Feldstr. 13
33330 Gütersloh

TRIATHLON

Trainingszeiten

Schwimmen:

- Jeden Mittwoch von 19:45 bis 21:30 Uhr im Hallenbad (nicht während der Schulferien)
- Jeden Donnerstag von 17:00 bis 19:00 Uhr im Hallenbad. Die Wasserzeit exklusiv für unsere Jugendlichen.
- Im Sommer zusätzlich: Montags, 19:00 – 20:00 Uhr auf den Bahnen 7 und 8 im 50 m Aussenbecken (nur Schwimmzeit, ohne Trainer).

Angebote unserer Abteilungen //

Radfahren:

- Ab Anfang Mai Treffpunkt jeweils donnerstags, um 17:30 Uhr und sonntags, um 10:00 Uhr am „Pokal-Finale“, Linteler Straße, Spexard

Laufen:

- Jeden Dienstag von 18:00 bis 19:30 Uhr im LAZ Ost.

Weitere Trainingsmöglichkeiten:

- In unserer WhatsApp-Gruppe werden auch immer wieder kurzfristig weitere Trainingseinheiten verabredet.

VOLLEYBALL

Unsere Trainingseinheiten und regelmäßig auch unsere Heimspiele finden im Sportzentrum Ost Am Anger 54 33332 Gütersloh statt.

Senioren

1. Herren

Montags,	19:30 Uhr – 21:30 Uhr
Donnerstags,	19:00 Uhr – 21:00 Uhr

2. Herren

Dienstags,	18:00 Uhr – 22:00 Uhr
Freitags,	18:00 Uhr – 22:00 Uhr

VOLLEYBALL

1. Damen

Montags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr
Donnerstags,	19:00 Uhr – 21:00 Uhr
Freitags,	19:00 Uhr – 21:00 Uhr

2. Damen

Dienstags,	18:00 Uhr – 20:00 Uhr
Freitags,	20:00 Uhr – 22:00 Uhr

// Angebote unserer Abteilungen

3.Damen

Montags, 20:00 Uhr – 22:00 Uhr

Donnerstags, 20:00 Uhr – 22:00 Uhr

4.Damen

Montags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Donnerstags, 18:00 Uhr – 20:00 Uhr

Jugend

Weiblich U20

Montags, 16:00 Uhr – 18:00 Uhr

Freitags, 16:00 Uhr – 18:00 Uhr

Weiblich U16

Dienstags, 16:30 Uhr – 18:00 Uhr

Weiblich U12/U14

Freitags, 16:00 Uhr – 20:00 Uhr

WANDERABTEILUNG

Die Wanderabteilung lädt zu regelmäßigen Sitzungen und Ausflügen auf der Homepage ein. Schaut einfach vorbei!

GTV wandert

Du hast Lust zu wandern und möchtest zusammen mit motivierten und aufgeschlossenen Menschen die Landschaften und Wälder in Gütersloh und Umgebung erkunden? Dann bist du bei uns genau richtig! Es werden unterschiedliche Touren mit entsprechenden Schwierigkeitsgraden angeboten, und das unter fachlicher Leitung, mit einem zertifizierten Wanderführer.

Zielgruppe: sportlich Aktive

Leitung: Reinhard Schopohl

Weitere Informationen und Termine auf unserer Homepage.



Beitragsordnung des GTV

Grundbeiträge pro Halbjahr

Erwachsene 36,00 €

Minderjährige 22,50 €

Familien I Erwachsene(r) + I Minderjährige(r)
55,00 €

I Erwachsene(r) + 2 oder mehr Minderjährige
65,00 €

2 Erwachsene + I Minderjährige(r) 70,00 €

2 Erwachsene + 2 oder mehr Minderjährige
75,00 €

Fördernde Mitglieder nach eigenem Ermessen,
mindestens 18,00 €

Passive Mitglieder 30,00 €

Erläuterungen zur Beitragsordnung

1. Diese Beiträge sind Grundbeiträge für alle GTV-Mitglieder. Die Abteilungen können zusätzlich unterschiedliche Abteilungsbeiträge erheben. Ehrenmitglieder und Ehrenvorsitzende sind von den Grundbeiträgen befreit.

2. Der Familienbeitrag gilt für Erziehungsberechtigte mit minderjährigen Kindern, die in einem Haushalt leben und deren Beitrag von einem Konto abgebucht wird.

3. Volljährige Schüler, Studenten, Bundesfreiwilligendienstleistende und Inhaber des Gütersloher Stadtpasses erhalten auf die Grundbeiträge einen Rabatt von 30 %. Dieser Nachlass gilt nicht für

// In eigener Sache

fördernde Mitglieder und passive Mitglieder. Bei Familienbeiträgen wird der Rabatt gewährt, wenn mindestens ein volljähriges Familienmitglied zu diesem Personenkreis gehört. Geeignete Nachweise müssen dem Geschäftszimmer vor Beginn des jeweiligen Halbjahres vorgelegt werden.

4. Bei Eintritt in den GTV fällt mit dem I. Halbjahresbeitrag eine einmalige Aufnahmegebühr an: Erwachsene 15,00 €, Minderjährige 10,00 €.

5. Die Beitragshöhe richtet sich nach den Verhältnissen am 1. Tag des Halbjahres, für das der Beitrag erhoben wird. Die Beiträge werden grundsätzlich als Halbjahresbeitrag per Lastschrift eingezogen. Wird eine Lastschrift nicht eingelöst, so ist neben den dafür angefallenen Bankspesen eine Bearbeitungspauschale von 5,00 € zu entrichten. Wer für den Beitrag keine Einzugsermächtigung erteilt hat, zahlt pro Halbjahresbeitrag eine Bearbeitungspauschale von 10,00 €, die mit dem Halbjahresbeitrag jeweils bis zum Ende des 2. Monats des Halbjahres auf das Beitragskonto des GTV zu zahlen ist.

6. Der geschäftsführende Vorstand kann im Einzelfall Ausnahmen von dieser Beitragsordnung beschließen, ohne damit eine Vorentscheidung für andere Einzelfälle auszulösen.

7. Aktiven Mitgliedern kann ein Nachlass bei bestimmten Veranstaltungen des Kursprogramms eingeräumt werden.

8. Die Bedingungen von außerordentlichen Mitgliedschaften und deren Beiträge werden in jedem Einzelfall vom Gesamtvorstand beschlossen



Notizen

Sport – DAS KANN ICH MIR NICHT LEISTEN Hilfst du uns – so helfen wir dir!

Möchten Sie sich gerne sportlich betätigen, haben aber Schwierigkeiten, die Kursgebühren dafür aufzubringen? Lassen Sie uns drüber reden! Vielleicht gibt es eine Möglichkeit, wie wir uns gegenseitig unterstützen können, so dass beide Seiten einen Mehrwert haben.

Rufen Sie uns ganz unverbindlich an. Wir als Verein haben uns zur Gemeinnützigkeit verpflichtet und sind gern bereit, für beide Seiten tragbare Lösungswege zu finden!

SPORTLICH AKTIV GELD VERDIENEN! Wir freuen uns auf frischen Wind mit dir als Kursleiter/in

Wir brauchen immer tatkräftige Unterstützung und neue Kursideen. Bist du bereits Übungsleiter/in und hast noch ein paar Kapazitäten frei? Oder du würdest gerne selber eine bestimmte Sportart machen, bist aber bisher nirgends fündig geworden? Dann lass dich doch selber zu einem/r Übungsleiter/in ausbilden! Wir bieten dir gerne auf dem Weg dahin tatkräftige Unterstützung an.

Nachfolgendes soll dann für alle drei oben genannten Punkte gelten:

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme und informieren Sie gerne



Die Geschäftsstelle erreichen Sie in der Georgstraße 44a, 33330 Gütersloh
Telefon: 05241-36736 und per Mail unter kontakt@guetersloher-turnverein.de

Ein kleiner Hinweis zur Anmeldung:

Bitte trennen Sie den ausgefüllten Anmeldeabschnitt aus dem Kursheft und senden ihn in einem ausreichend frankierten Briefumschlag an die Geschäftsstelle des GTV.



Anmeldung

Ich möchte mich zu folgendem Kurs anmelden:

☐

nein

☐

ja

GTV-Mitglied

Uhrzeit + Wochentag

Kursbezeichnung

Kurs-Nr.

PLZ, Ort

Straße, Hausnummer

Vorname und Name

Telefon-Nr.

Unterschrift

E-Mail

Geburtsdatum

SEPA Lastschriftmandat

Für den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Georgstraße 44 a, 33330 Gütersloh Mandatsreferenz _____ (vom GTV auszufüllen):
Ich ermächtige den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Kursbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer **DE75ZZZ000000221816**

Name der Bank

BIC (8 oder 11 Stellen)

IBAN (22 – 35 Stellen)

Datum

Vorname und Name des Kontoinhabers

Unterschrift

// Beitrittserklärung

Beitrittserklärung zum Gütersloher Turnverein von 1879 e.V.

Ich erkläre meinen Beitritt als Mitglied zum Gütersloher Turnverein von 1879 e.V.. Die Satzung und Ordnungen des Vereins erkenne ich durch meine Unterschrift an. Mir ist bekannt, dass ich die Mitgliedschaft mit einer Frist von vier Wochen zum Ende eines jeden Halbjahres schriftlich kündigen kann. Die Beiträge sind bis zum Ende der Mitgliedschaft zu zahlen. Der Beitritt setzt die eines SEPA-Lastschriftmandats voraus.

Name: _____ Telefon: _____

Vorname: _____ Fax: _____

geb. am: _____ Datum: _____

Straße: _____
(Unterschrift)

PLZ, Ort: _____ Abteilung: _____

E-Mail: _____

Bei der Anmeldung Minderjähriger bestätigen die Erziehungsberechtigten zugleich, dass sie für die Zahlung der Mitgliedsbeiträge bis zum 18. Lebensjahres des Kindes eintreten.

Erziehungsberechtigter:

Name: _____ Datum: _____

Vorname: _____
(Unterschrift)

Falls die Anschrift abweicht:

Straße: _____

PLZ, Ort: _____
Mitgliedsnummer

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. Vereinsbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer DE75ZZZ00000221816

Vorname und Name (Kontoinhaber) _____

IBAN: _____

BIC oder Bankname: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Eintrittsdatum: _____ EDV erfasst: _____

Anmeldung

Ich möchte mich zu folgendem Kurs anmelden:



			☐	☐	☐
Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Uhrzeit + Wochentag	GTV-Mitglied		
			☐ ja ☐ nein		
Vorname und Name	Straße, Hausnummer		PLZ, Ort		
		Telefon-Nr.			
Geburtsdatum	E-Mail	Unterschrift			

SEPA Lastschriftmandat

Für den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Georgstraße 44 a, 33330 Gütersloh Mandatsreferenz _____ (vom GTV auszufüllen):
 Ich ermächtige den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Kursbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer **DE75ZZZ000000221816**

IBAN (22 – 35 Stellen)	BIC (8 oder 11 Stellen)	Name der Bank	
Vorname und Name des Kontoinhabers	Datum	Unterschrift	

// Beitrittserklärung

Beitrittserklärung zum Gütersloher Turnverein von 1879 e.V.

Ich erkläre meinen Beitritt als Mitglied zum Gütersloher Turnverein von 1879 e.V.. Die Satzung und Ordnungen des Vereins erkenne ich durch meine Unterschrift an. Mir ist bekannt, dass ich die Mitgliedschaft mit einer Frist von vier Wochen zum Ende eines jeden Halbjahres schriftlich kündigen kann. Die Beiträge sind bis zum Ende der Mitgliedschaft zu zahlen. Der Beitritt setzt die eines SEPA-Lastschriftmandats voraus.

Name: _____ Telefon: _____

Vorname: _____ Fax: _____

geb. am: _____ Datum: _____

Straße: _____
(Unterschrift)

PLZ, Ort: _____ Abteilung: _____

E-Mail: _____

Bei der Anmeldung Minderjähriger bestätigen die Erziehungsberechtigten zugleich, dass sie für die Zahlung der Mitgliedsbeiträge bis zum 18. Lebensjahres des Kindes eintreten.

Erziehungsberechtigter:

Name: _____ Datum: _____

Vorname: _____
(Unterschrift)

Falls die Anschrift abweicht:

Straße: _____

PLZ, Ort: _____
Mitgliedsnummer

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. Vereinsbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer DE75ZZZ00000221816

Vorname und Name (Kontoinhaber) _____

IBAN: _____

BIC oder Bankname: _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Eintrittsdatum: _____ EDV erfasst: _____



Anmeldung

Ich möchte mich zu folgendem Kurs anmelden:



				☐	☐
Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Uhrzeit + Wochentag		GTV-Mitglied	ja nein
Vorname und Name	Straße, Hausnummer		PLZ, Ort		
Geburtsdatum	E-Mail	Telefon-Nr.	Unterschrift		

SEPA Lastschriftmandat

Für den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Georgstraße 44 a, 33330 Gütersloh Mandatsreferenz _____ (vom GTV auszufüllen):
Ich ermächtige den Gütersloher Turnverein von 1879 e.V., Kursbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Gütersloher Turnverein von 1879 e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Gläubiger-Identifikationsnummer **DE75ZZZ000000221816**

IBAN (22 – 35 Stellen)	BIC (8 oder 11 Stellen)	Name der Bank	
Vorname und Name des Kontoinhabers	Datum	Unterschrift	

Kursanmeldung

- Eine schriftliche Anmeldung ist zu allen Sport- und Gesundheitskursen erforderlich. Dazu finden Sie zwei Anmeldeabschnitte in der Broschüre oder zum herunterladen: www.guetersloher-turnverein.de/sportkurse/
- Bei der Anmeldung geben Sie bitte Ihre Telefonnummer an, für den Fall, dass ein Rückruf erforderlich werden sollte.
- Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre Daten mittels EDV gespeichert und verarbeitet werden. Die Daten werden ausschließlich für das Sportkursprogramm verwendet und vom Gütersloher Turnverein gegen Missbrauch gesichert.



Zahlungsbedingungen

- Mit Beginn des Kurses wird die Kursgebühr fällig und von Ihrem angegebenen Konto abgebucht.
- Falls uns keine Einzugsermächtigung vorliegt, erheben wir eine zusätzliche Bearbeitungsgebühr von 3,- Euro.

Haftung

- Eine Haftung für Beschädigung und Verlust von persönlichem Eigentum können wir nicht übernehmen.
- Jeder Kursteilnehmer ist bei der Sporthilfe e.V. versichert

Info

- Die Sportkurse sind eine eigenständige Einrichtung des Gütersloher Turnvereins.
- Die Kurse finden in den Schulferien und an Feiertagen nicht statt, halten Sie jedoch trotzdem Absprache mit Ihrem Kursleiter
- Siegel „Sport pro Gesundheit“ – dieses Zeichen besagt, dass die Kurse von den Krankenkassen bezuschusst werden können.



TENNISCLUB DER ZUKUNFT IN GÜTERSLOH

- Ganzjahresplatz
 - 6 Sandplätze
 - Padelplätze
 - Multifunktionscourt
 - Digitaler Tenniscourt
 - Onlinebuchung
 - LED Flutlicht
 - Tennisschule
 - Tennishalle
- ...und vieles
mehr ab 2022!*



FAST-
LEARNING®
SCHNUPPER-
TRAINING

€19,-

Leihschläger und
Platzmiete **inklusive**

TENNIS EINSTIEG SUPER LEICHT

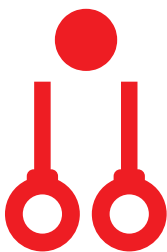
FAST-LEARNING® - DER INNOVATIVE KURS
DEIN BLITZSTART INS TENNIS



www.club-tennis-point.de/gtv



Auf- schwung ist einfach.



[sparkasse.de](https://www.sparkasse.de)

Wenn man einen starken Finanzpartner an seiner Seite hat. Wir sorgen für den notwendigen Schwung. Damit Sie alle Ihre Ziele erreichen.

Sprechen Sie mit uns.



Sparkasse
Gütersloh-Rietberg