

Kurse einzelner Vereinsabteilungen

ER + SIE Fitnessgymnastik,

Kursleiter: Michael Wagner
Kräftigung, Mobilisierung, Dehnung von Kopf bis Fuß, mit und ohne Terraband/Gymnastikball.
mittwochs 20.00 – 21.00 Uhr,

**6x vom 16.09. – 21.10.2020 und
6x vom 04.11. – 09.12.2020**

**6x vom 20.01. – 24.02.2021 und
6x vom 10.03. – 14.04.2021**

Nichtmitglieder 30 € + 2,55 € Sportversicherung,
Mitglieder 24 € oder 30 € (jährlich, über Vereinsbeitrag)



Fit & Fun - Fitnesstraining für alle ohne Tennisschläger

Verschiedene Übungsleiter bringen euch mit Spaß von Kopf bis Fuß in Form. Wir versuchen mit einer Mischung aus Boot-Camp, kleinen Spielen, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen, Dehnung und Kräftigung den ganzen Körper zu trainieren und zu mobilisieren.

Der Kreislauf wird angeregt, die Muskeln werden besser durchblutet und besser mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Somit ist man sicherer vor Verletzungen und Krämpfen.

10 x dienstags von 20 – 21 Uhr in der Tennishalle am Baggertsweg

**Herbstkurs: 6.10. – 15.12.2020 (nicht am 3.11.2020)
Anmeldeschluss 20.09.2020**

**Frühjahrskurs: 12.01. – 23.03.2021 (nicht am 16.2.2021)
Anmeldeschluss 30.11.2020**

Nichtmitglieder 65 €, Mitglieder der Tennisabteilung 50€.
Hallenschuhe und Fitnessmatte bitte mitbringen.
Anmeld.: Maren Haueisen unter info@tennis-karlstadt.de oder 09353-984722.

Tennis-Workshop im Winter!

Erwachsene können hier auch ohne Mitgliedschaft Tennis unter Anleitung eines Trainers in Gruppen bis zu sechs Personen spielen.
10 x mittwochs von 17-18 Uhr oder 18-19 Uhr

**Herbstkurs: 7.10. – 16.12.2020 (nicht am 4.11.20),
Anmeldeschluss 20.09.2020**

**Frühjahrskurs: 13.01. – 24.03.2021 (nicht am 17.2.21),
Anmeldeschluss 30.11.2020**

Kursgebühr für Mitglieder der Tennisabteilung 120€, für Nichtmitglieder 150 €. Hallenschuhe und Tennisschläger (falls vorhanden) bitte mitbringen, Bälle werden gestellt.
Anmeld.: Maren Haueisen unter info@tennis-karlstadt.de oder 09353-984722.

Lauftreff, samstags

Treffpunkt am Schützenhaus.
Sommerzeit: 17.00 Uhr; Winterzeit: 15.00 Uhr
Ansprachpartner: Werner Bayer, Fon 09353/90291

Freizeitsport Damen + Herren gemischt (25 – 70 Jahre)

Einfach vorbeischaun! Wir freuen uns über Interessierte!
montags, 20.00 – 22.00 Uhr
in der Erwin-Ammann-Halle
**ab 28.09.2020 bzw. 11.01.2021 möglich
– schnuppern kostenlos!**
Bei Dauerteilnahme, ist der Beitritt als Mitglied nötig.

Anmeldung

Anmeldung

Name: _____
Vorname: _____
Straße _____
PLZ/Ort: _____
Telefon: _____
E-Mail: _____
Geb. Datum: _____ TSV-Mitglied ja nein

EINZUGSERMÄCHTIGUNG
Bankeinzug erfolgt mit SEPA am 3.12.2020, 11.03.2021 und am 8.07.2021
Kontonummer=Mandatsreferenznummer Gläubiger-ID DE39ZZZ00000010131
Die Erlaubnis zur Einzugsermächtigung ist Voraussetzung für die Kursteilnahme.Sie gilt mit der Unterschrift auf dieser Anmeldung als erteilt. Bitte beachten Sie auf Ihre korrekt angegebenen Bankverbindungsdaten.

IBAN : _____
Bankname: _____
BIC: _____
Kontonummer = Mandatsreferenz-Nr. _____

(gut lesbar) Name des / der Kontoinhabers/-in _____

Ich habe die nebenstehenden Teilnahmebedingungen

- Herbst 2020 Frühjahr 2021
 Ostern 2021 Sommer 2021

Kursnummer: _____
Kurs: _____ €
Gebühr und Sportversicherung: _____ €
_____ €

Turn- und Sportverein 1884 Karlstadt e.V.
Geschäftsstelle,
Zum Helfenstein 6, 97753 Karlstadt
Tel: 09353/90457 Fax: 09353/90458
E-Mail: tsv1884.karlstadt@t-online.de
www.TSV-Karlstadt.de

Datenschutz - Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten
Personenbezogene Daten werden nur erhoben, wenn Sie uns diese von sich aus, zum Zwecke der Durchführung eines Vertragsverhältnisses z.B. zur Anmeldung eines Kurses mitteilen. Unsere gesamte Datenschutzverordnung finden Sie unter www.tsv-karlstadt.de

Anmeldung

Anmeldungen:

Geschäftsstelle des TSV Karlstadt,
Frau Jutta Ringelmann
Zum Helfenstein 6, 97753 Karlstadt
Tel.: 09353-90457, Fax: 09353-90458
E-Mail: tsv1884.karlstadt@t-online.de

Öffnungszeiten:

**Montag von 9.00 Uhr – 12.00 Uhr
Donnerstag 9.00 Uhr – 17.00 Uhr**

Teilnehmer

An den Kursen des TSV Karlstadt können sowohl Vereinsmitglieder als auch Nichtmitglieder teilnehmen.

Anmeldung

Geschäftsstelle des TSV Karlstadt, Zum Helfenstein 6, 97753 Karlstadt
Den Vordruck finden den Sie am Ende dieser Schrift oder auf unserer Homepage.

Kursgebühren

Die Gebührensätze sind zu den entsprechenden Kursen angegeben. Sie werden durch Bankeinzug erhoben.

Bankeinzug erfolgt mit SEPA am 3.12.2020, 11.03.2021 und am 08.07.2021
Kontonummer=Mandatsreferenznummer
Gläubiger-ID DE39ZZZ00000010131

Kursbelegung

Die Teilnehmerzahl ist bei einigen Kursen beschränkt. Die Reihenfolge der eingegangenen Anmeldungen entscheidet über die Teilnahme. Bei geringer Teilnehmerzahl muss der Kurs abgesagt werden, es sei denn die Teilnehmer erklären sich dazu bereit eine entsprechend erhöhte Kursgebühr zu zahlen.

Versicherung

TSV-Vereinsmitglieder sind über ihre Mitgliedschaft auch für die Kurse versichert, für Nichtmitglieder schließen wir eine Sportversicherung über den Bayerischen Landessportverband ab. Für Sachschäden und andere Schadensfälle haftet der Verein nicht. Wir empfehlen eine Sportversicherung abzuschließen.

Rücktritt

Ein Rücktritt von einer vorgenommenen Anmeldung ist nur bis eine Woche vor Kursbeginn möglich, dann aber ggf. schriftlich. Auch kurzfristige und unvorhergesehene Veränderungen (z.B. Krankheit) können hier keine Ausnahme bilden.

Sonstiges

Zu allen Kursen erscheinen die Teilnehmer in Sportkleidung und Hallenturnschuhen (keine schwarzen Sohlen) und ggf. einem Getränk. Der TSV – Gymnastikraum befindet sich in der ehemaligen St. Georg-Schule, Langgasse 17, Karlstadt, hinterer Eingang, 1.Stock rechts.
Bei Ausfall von Kursstunden, die der TSV nicht zu verantworten hat, können wir keinen Ersatz zuzusichern bzw. Geld zurückerstatten.

Impressum:

Herausgeber:
TSV KARLSTADT, 97753 Karlstadt,
Zum Helfenstein 6

Texte:
Jutta Ringelmann
Inserate:
Jutta Ringelmann

Druck :
Druckerei Grote, Lohr a. Main
Titelbild: Abteilung Tennis TSV Karlstadt

RACHOR · ENGERT · WENDEL · FÖRSCH RECHTSANWÄLTE & FACHANWÄLTE



Franz Engert
Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Familienrecht



Armin Wendel
Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht
Fachanwalt für Versicherungs-
recht



Dr. Herbert Försch
Rechtsanwalt,
Fachanwalt für Verkehrsrecht
Fachanwalt für Arbeitsrecht



Dr. Jochen Engert
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Erbrecht



Klaus Bröner
Rechtsanwalt



Melanie Wirth
Rechtsanwältin

Große Kirchgasse 1
97816 Lohr am Main
Telefon: 093 52-87 51-3
Telefax: 093 52-87 51-51

Marktplatz 2
97753 Karlstadt
Telefon: 093 53-985 88-0
Telefax: 093 53-985 88-21

Berliner Platz 9
97080 Würzburg
Telefon: 09 31-99 13 58-70
Telefax: 09 31-99 13 58-77

E-Mail: info@rachor-engert.de
Internet: www.rachor-engert.de

TSV KARLSTADT

Kursprogramm



+++ **Talentinos Tennisabteilung** +++

Herbst 2020 & Frühjahr 2021



Der Stromtarif für aktiven Klimaschutz bei uns.

Mit dem Tarif „meinREGIOSTROM NATUR“ bekommen Sie zu 100 % sauber erzeugten Ökostrom von hier. Und das Beste: Von jeder Kilowattstunde fließen 1,5 Cent in unseren Klimaschutzfond. Dieses Geld reinvestieren wir in nachhaltige Umwelt- und Klimaschutzprojekte in unserer Heimat. Wechseln Sie jetzt in Klimaschutz vor Ort – mehr erfahren Sie bei unserem Vertriebsteam unter Tel. 09353 7901-633 oder unter www.die-energie.de/klimaschutzfond

Kursprogramm TSV KARLSTADT

Herbst 2020 & Frühjahr 2021

Kursübersicht

Allgemeines Kursprogramm - Erwachsene -
Neue Rückenschule I + II nach KddR und Entspannung (zertifiziert nach § 20 SGB V)
Progressive Muskelentspannung
Aqua-Jogging mit Vildan
Aquagymnastik I + II (zertifiziert nach § 20 SGB V)
Fit und Gesund I + II + III mit Heike (zertifiziert nach § 20 SGB V)
Yoga in Achtsamkeit mit Steffen

Allgemeines Kursprogramm - Kinder und Jugendliche
Krabbel- und Spielstunde 14.45 – 15.30 Uhr und 15.45 – 16.30 Uhr
Schwimmen lernen
Tanzen mit Kerstin (4-6 Jahre)
Everybody dance now! (6 – 9 Jahre) und **Everybody dance now!** (10 – 13 Jahre)
Move it - I + II (ab 14 Jahre)

Kurse einzelner Vereinsabteilungen
Er + Sie Fitnessgymnastik - Damengymnastik mit Wassergymnastik
Wandern, 2. Sonntag im Monat - Lauffreff samstags
Freizeitvolleyball Damen + Herren - Fit & Fun und Workshop (Tennis)

VitaFit Apotheke

am Krankenhaus

Apotheker Christoph Weißhaar e. K.

Gemündenerstr.10 • Tel. 0 93 53 / 98 30 74
 97753 Karlstadt • Fax. 0 93 53 / 98 30 75
www.vitafit-apotheke.de • info@vitafit-apotheke.de

MOHREN APOTHEKE
 CHRISTOPH WEISSHAAR
 AM MARKTPLATZ · 97753 KARLSTADT
 TELEFON 0 93 53/23 41 · FAX 0 93 53/68 50
 WWW.MOHREN-APOTHEKE-KARLSTADT.DE
BESTELL- UND LIEFERSERVICE 0800 / 23 41 68 5 (ANRUF KOSTENFREI)

Bestellen Sie
Ihre Medikamente
über unsere **APP**

Allgemeines Kursprogramm - Erwachsene

K01 Neue Rückenschule nach KddR und Entspannung I und II

Dieser Kurs ist zertifiziert nach § 20 SGB V und die Kursgebühr wird von der Krankenkasse erstattet! (ID-Nr. 20171129-969716)
 Kursleiterin: Monika Scherze

Kurs I montags 17.30 – 18.30 Uhr (max. 7 Teilnehmer)
Kurs II montags 18.45 – 19.45 Uhr (max. 7 Teilnehmer)

Herbstkurs:
 28.09. – 07.12.2020 (nicht am 02.11.) 10 x 88,00 €

Frühjahrskurs:
 11.01. – 22.03.2021 (nicht am 15.02.) 10 x 88,00 €

Sommerkurs: 12.04. – 21.06.2021 10x 88,00 €

TSV-Gymnastikraum, St-Georg-Schule, Langgasse, Karlstadt
 + € 2,55 Sportversicherung

K02 Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen

Kursleiterin: Monika Scherze
 (Hallensportschuhe, bequeme Kleidung, warme Socken, Kopfkissen, Decke) max. 7 TN

8 x montags 20.00 – 21.00 Uhr,
 € 70,00 Nichtmitglieder + € 2,55 Sportversicherung
Herbstkurs: 12.10. – 07.12.2020 (Nicht am 02.11.)
Frühjahrskurs: 25.01. – 22.03.2021

TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse, Karlstadt

K06 Aqua-Jogging für Frauen

Kursleiterin: Vildan Kilicarslan
 Hallenbad in der Realschulturnhalle, Krönleinsweg, Karlstadt
 (Kursbeginn ab 7 Teilnehmer, max. 13 Teilnehmer)
freitags 16.00 – 16.45 Uhr – 9x 72,00 €
Herbstkurs: von 18.09.2020 bis 18.12.2020
Frühjahrskurs: von 15.01.2020 bis 30.04.2021
 Durch Lehrgangstermine fallen 3 Termine von Okt-Dez. aus.
 (mtl. 1) Termine standen bei Druck noch nicht fest.

K07 Aqua-Vital I (Wassergymnastik)

Kursleiterin: Karin Höhn
 Dieser Kurs ist zertifiziert nach § 20 SGB V und die Kursgebühr wird von der Krankenkasse erstattet!
 (ID-Nr. 20171129-964836) im Grundschulschwimmbad, Ostlandstraße, Karlstadt
Herbstkurs: 11x 24.09. – 10.12.2020
 77,00 € + € 2,55 Sportversicherung
Frühjahrskurs: 13x 09.01. – 29.04.2020
 91,00 € + € 2,55 Sportversicherung

K19 Yoga in Achtsamkeit (Hatha-Yoga)

Kursleiter: Steffen Amrhein
 (Bitte Gymnastik/Yogamatte, Decke, bequeme Sportkleidung, ggf. etwas zu trinken und falls vorhanden ein Sitzkissen mitbringen.
 max. 7 Teilnehmer
 TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse, Karlstadt
 Vereins- und Nichtmitglieder € 100,00 + € 2,55 Sportversicherung für Nichtmitglieder

Mittwoch 18.00 – 19.30 Uhr – 90 Minuten

Herbstkurs I: 5 x 09.09. – 07.10.2020 50,00 €
Herbstkurs II: 10 x 14.10. – 16.12.2020 100,00 €
 (auch am 04.11. und am 20.11.2020 Buß- und Betttag)

Frühjahrskurs: 10 x 13.01.2021. – 24.03.2021 (nicht am 17.02.2021) 100,00 €
Sommerkurs: voraussichtlich 10x 14.04. – 30.06.2021 100,00 €

K14 + K15 + K16 Fit und Gesund mit Heike am Mittwoch

Hier werden körperliche Komponenten wie Kraft, Beweglichkeit und Koordination gefördert und trainiert, sowie die Konzentration, da während des Trainings Körper und Geist gefordert werden. (Sportkleidung, Isomatte, Wolldecke und kl. Kissen mitbringen) max. 7 Teilnehmer
 Kursleiterin: Heike Binner-Urrutia

K14 8.00 – 9.00 Uhr I
K15 9.15 – 10.15 Uhr II
K16 10.30 – 11.30 Uhr III

Herbstkurs: 14x 09.09. – 16.12.2020 (auch am 04.11.) 105,00 €

Frühjahrskurs: 11x 13.01. – 24.03.2021 (auch am 17.02.2021) 82,50 €

Sommerkurs: 14x 14.04. – 21.07.2021 (auch am 26.05.+ 02.07.) 105,00 €

TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse, Karlstadt
 Nichtmitglieder + € 2,55 Sportversicherung,
 Teilnehmerzahl: max. 7 Personen

Allgemeines Kursprogramm - Kinder und Jugendliche

Krabbel- und Spielstunde für Mutter und / oder Vater und Kleinkinder ab 1½ - 3 Jahren

ab 1½ bis zum vollendeten 3. Lebensjahr. (ab 3 Jahren ist Turnen im Verein möglich.) Aufgrund der Abstandsregelung und der Anzahl der Personen, ist es nicht möglich Geschwisterkinder zum Kurs mitzubringen. (max. 10 Teilnehmer)
 Kursleiterin: Claudia Fenn
 Grundschulturnhalle, Ostlandstraße, Karlstadt, Kursgebühr + € 2,55 Sportversicherung

Dienstags: K25 – 14.45 – 15.30 Uhr - K26 – 15.45 – 16.30 Uhr

Herbstkurs: 15.09. – 01.12.2020 (nicht am 03.11.2020) 11x 48,40 €

Frühjahrskurs: 12.01. – 23.03.2021 (nicht am 16.02.2021) 10x 44,00 €

Schwimmen lernen für Kinder ab 5 Jahre

im Grundschulschwimmbad, Ostlandstraße, Karlstadt.
 Kursleiterin: Karin Höhn
 Mitglieder € 40,- Nichtmitglieder € 55,- + € 2,55 Sportversicherung

10 x dienstags 17.30 – 18.15 Uhr und mittwochs 17.45– 18.30 Uhr

Herbst: 29.09. – 28.10.2020 - Folgekurs 10.11.- 09.12.2020 (nicht am 03.+ 04.11.)

Frühjahr: 12.01. – 10.02.2021 - Folgekurs 23.02. – 24.03.2021

Ostern: 13.04. – 12.05.2021 Folgekurs 18.05. – 30.06.2021 (nicht in den Ferien)

Tanzen mit Kerstin

TSV Gymnastikraum, St. Georg – Schule, Langgasse, Karlstadt, max 7* bzw. 11 TN
 Kursleiterin: Kerstin Heine

K30 Spielerisches Tanzen für Kinder (5-6 Jahre)* 15.00 – 15.45 Uhr

K31 Everybody dance now! (6-9 Jahre) 16.00 – 16.45 Uhr

K32 Everybody dance now! (10-13 Jahre) 17.00 – 17.45 Uhr

K33 Move it I (ab 14 Jahre) 18.00 – 18.45 Uhr

K34 Move it II 19.00 – 19.45 Uhr

Herbstkurs: voraussichtlich 2.10. – 04.12.2020 (auch am 06.11.) 50,00 €

Frühjahrskurs: voraussichtlich 26.02. – 07.05.2021 (auch am 09.04.) 50,00 €



Wir danken allen Sponsoren für Ihre Unterstützung.