

Mai 2022

FITMAIL



Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!

Lieber Gast, mit dieser Ausgabe der FITMAIL erhältst Du alle wichtigen Informationen aus dem Racket Park.

Wir wünschen Dir viel Spaß beim Training...
Schön, dass Du hier bist!



Aktuelle News

- **Hygienekonzept** im Fitnessclub ab Mai. Siehe unten!
- **News vom Fitnessteam.** Erfahre mehr auf Seite 2! 
- **Jumping Festival am 14.05.22!** Siehe Seite 2. 
- Das **Full Body Workout**, mittwochs um 18 Uhr, wird ab sofort draußen stattfinden, sofern das Wetter es zulässt. Bitte bring dementsprechend passende Kleidung mit!
- Neue Öffnungszeiten Sauna unter der Woche: ab 9.00 Uhr!

Erneuerung unseres Hygienekonzepts

Ab Mai kehren wir zu dem Hygienekonzept zurück, das wir vor Corona hatten. Das bedeutet, dass eine Reinigung der Geräte ausschließlich im Cardioreich verpflichtend ist. Hierfür stehen die Papierspender und Sprühflaschen zur Verfügung. Im Kraftbereich stehen diese ebenfalls auf freiwilliger Basis zur Nutzung bereit. Außerdem gilt nach wie vor die Pflicht des Unterlegens eines Handtuchs. Die Geräte werden selbstverständlich weiterhin durch das Fitness-Team routinemäßig gereinigt. Die Spender mit Händedesinfektionsmittel bleiben auf der Fläche und im Eingangsbereich erhalten.



Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!
FITMAIL
Alle Infos aus Deinem Gesundheitsstudio!

News vom Fitnesssteam

Iva feiert im Mai ihr 20-jähriges Jubiläum im Fitnessclub TSV Haar. Vielen Dank für Dein langjähriges Engagement im Verein!



Michal hat seine Ausbildung zum Sport- und Gesundheitstrainer abgeschlossen. Herzlichen Glückwunsch!



Jumping Festival - mit Svenja und Sylwia!

Samstag, 14.05.22

Im Mai haben Du und Deine Freunde die Möglichkeit an unserem **Jumping Festival** teilzunehmen. Mit den beiden Trainerinnen **Svenja und Sylwia** kannst Du Dich ordentlich verausgaben. Und das bei mitreißender Musik, motivierender Gruppenatmosphäre und tollen Gesprächen im Anschluss!

Gruppe 1: 16.00 – 17.00 Uhr

Gruppe 2: 17.15 – 18.15 Uhr



- Die **Verpflegung** zwischen den beiden Stunden mit Häppchen und Eiweißshakes wird vom Fitness-Team zur Verfügung gestellt.
- **Anstoßen mit Sekt** im Anschluss an die Gruppe 2.
- **Teilnahmegebühr** für Mitglieder 5€, für Nichtmitglieder 10€!

Die Anmeldung erfolgt bei Bezahlung an der Fitnesstheke.

Die Plätze sind begrenzt, also sei schnell!

weitere Informationen findest du unter
www.tsv-haar.de

