



HAUPTMENÜ

- Ballsportarten
- Gymnastik
- Jazztanz
- Kampfsport
- Kindersportschule (KiSS)
- Kursangebote
- Leichtathletik
- Schwimmen
- Seniorenangebote
- Turnen

Ereignisse / Anzeigen:

- Stadtlauf 2014
- Hauptversammlung 2014
- Liste & Archiv

Turnverein Plochingen 1887 e.V.

Schnupperkurs in Selbstverteidigung



Der Kurs richtet sich an Mädchen und Frauen ab 14 Jahren, die Methoden der Selbstverteidigung erlernen möchten.

Für diesen Schnupperkurs sind keinerlei Voraussetzungen notwendig. In dem Kurs, der von Tanja Mader geleitet wird, werden folgende Dinge vermittelt:

- Selbstbehauptung
- Vorausschauendes Handeln
- Einsatz der Stimme
- Selbstsicheres Auftreten
- Einfache kleine Techniken aus der Selbstverteidigung

Der Schnupperkurs beginnt am Freitag, den 07. November 2014 und findet von 18.00 - 19.00 Uhr in der [Turnhalle Esslinger Straße](#) über vier Wochen statt. Weitere Termine sind der 14. Nov., 21. Nov. und 28. Nov.. Der Unkostenbeitrag für diesen Schnupperkurs beträgt 15 €.

Wenn Sie Interesse oder weitere Fragen an diesem Angebot haben, so melden Sie sich bitte bei Florian Lecjaks: florian.lecjaks@tv-plochingen.de oder 07153 - 71785.

Beiträge und Aktualisierungen *

- 26.09.2014: [Kampfsport: Ju-Jutsu](#): Schnupperkurs in Selbstverteidigung
- 26.09.2014: [Geschäftsstelle: TV-Plochingen SEPA-Lastschriftmandat als PDF](#)
- 21.09.2014: [KiSS: Veranstaltungen: Bericht vom Trainingscamp 2014](#)
- 17.09.2014: [Kursangebote: Informationen zu den einzelnen Kursen](#) als [PDF-Datei](#)
- 17.09.2014: [Kursangebote](#): Aus "Bauch-Beine-Rückenfit" wird "[Move your Body](#)"
- 05.09.2014: [Kursangebote: Bauch-Beine-Rückenfit](#) aktualisiert
- 05.09.2014: [Minigolf](#): Anlage ab 15.09.2014 nur bis 18:00 Uhr geöffnet
- *) [Weitere Ereignislisten](#), [Archiv](#), Ergänzungen bitte an webmaster@tv-plochingen.de

Minigolf

... für sich, für ihre Familie, für Freunde und Bekannte, in frischer Luft, bei angenehmen Temperaturen, in herrlicher Landschaft mit einem wunderschönen Blick auf die schwäbische Alb. Ab dem 05. April 2014 wieder geöffnet. ([weiter...](#))

Nordic Walking

Immer donnerstags von 8.00- 9.00 Uhr treffen sich Einsteiger und Fortgeschrittene auf dem Parkplatz am Jahnstadion auf dem Stumpenhof. Wenn Sie Lust und Laune haben, sich sportlich früh am Morgen zu bewegen - dann schauen Sie einfach vorbei.

Informationen unter Tel. 07153 82 68 80

E-Mail: geschaeftsstelle@tv-plochingen.de .