

## GYM WELT



### GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Am 14.04.2018 fand das 2. Fitness **Bootcamp** des Turnverein Eutingen 1879 e.V. statt. Bei Temperaturen zwischen 12 - 19° C konnte dieses Mal unter blauem Himmel mit angenehm kühlendem Wind trainiert werden. Es kämpften sich elf Athletinnen und Athleten im Team tapfer durch den Parcours. Dieser bestand aus sechs Stationen mit Übungen wie Air Squats, Situps, Plank, Single Leg Deadlifts, Reverse Lunges und Pushups. Vor jeder Übung mussten zuerst 50 Seilsprünge absolviert werden. Für das Seilspringen und die einzelnen Übungen hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer jeweils nur zwei Minuten Zeit, gefolgt von 30 Sekunden Pause und dies für zwei volle Runden. Als kräftezehrenden Finisher mit dennoch hohem Spaßfaktor mussten die Sportlerinnen und Sportler diverse synchrone Übungen mit dem schweren Battle Rope ausführen. Außerdem durften sie in Teams gegeneinander in den Disziplinen Tire Flips und Partner Carries antreten. Nach 2 Stunden war das Event zu Ende und jeder durfte endlich ins wohl verdiente und hoffentlich erholsame Wochenende.





Wer das Crosstraining bzw. Freelethics regelmäßig betreiben möchte, hat dazu jeden Mittwoch von 19.30 bis 20.30 und jeden Freitag von 18.00 bis 19.00 Uhr im Volksturnraum, bei schönem Wetter auf dem Außengelände Gelegenheit. Nur für Vereinsmitglieder!

**Neue Kurse von Ostern bis zu den Sommerferien haben begonnen.**

**Beim Indoor-Cycling und Step-Aerobic sind noch Plätze frei. Kostenlose Schnupperstunde und danach Quereinstieg zu anteiligen Kurspreisen sind möglich. Die Liste der Sonderkurse befindet sich auf der homepage zum Runterladen.**

**Hätten Sie's gewusst?**

**Der TVE hat in ein Sportgerät für den Kinderbereich investiert und eine große und lange Luftmatte für das Bodenturnen erworben. Die Kinder sind schon fit im Aufbau mit dem Gebläse und Abbau mit der Saugvorrichtung und freuen sich über den gelenkschonenden Untergrund.**

## Termine:

- 08.-10.6.18 Gaujugendtreffen auf dem Turnplatz- ein Wochenende voller Attraktionen rund ums Thema „Zirkus“ im Zeltlager für Kinder von 8-12 Jahren, Anmeldeformular auf Homepage des Turngau Pforzheim-Enz bis 25.5.18
- 21.06.2018 Turnratsitzung um 20.00 Uhr
- 14.07.2018 Leichtathletikmeeting des TVE
- 28./29.7.18 Inselfest mit Badewannenrennen, organisiert vom TVE
- 07.09.2018 Kinderferienprogramm beim TVE für Kinder von 7-14 Jahren

**Am Donnerstag, den 17. Mai um 19.00 Uhr findet die nächste Hauptversammlung des TVE im Gasthaus Bären statt**

**Zeigt durch Euer Kommen Eure Verbundenheit mit dem Verein und informiert Euch über die neuesten Entwicklungen. Es wird auch ein neuer 1. Vorsitzender gewählt werden.**

## Geschäftsstelle

Gaby Güther

Telefon: 567125; Fax 566901; E-Mail: [tv-eutingen@s-direktnet.de](mailto:tv-eutingen@s-direktnet.de)