

# FIT & GESUND

## Mein 6 Wochen Trainingsprogramm:

- Gesundheitscheck
- Gerätetraining
- Erfolgskontrolle
- Kurse
- Sauna
- Getränketheke
- und vieles mehr

ab 79 €

**SportQuadrat**

Das Sportvereinszentrum  
des TSV 1848 Bietigheim e.V.

SPORT  
QUADRAT

# 6 WOCHEN PROGRAMM

Mit unserem **Trainingsprogramm** verbesserst du dein körperliches Befinden, reduzierst deine Beschwerden und fühlst dich rundum fitter und gesünder. Wir nehmen dich an die Hand!

Du bekommst wertvolle Tipps zum Training und wir zeigen dir Möglichkeiten, wie du deine Ziele bestmöglich erreichen kannst. Nutze die Kompetenz unserer Trainingspezialisten.

## INTENSIVE BETREUUNG

Professionelle & effektive Betreuung mit System & Plan!

### 1. Termin

- Einführungstermin mit Gesundheits-Check, Körperanalyse und Zielvereinbarung
- Individuelle und digitale Trainingsplanerstellung mit Geräteeinweisung

### 2. Termin

- Erfolgs- und Kontrolltermin
- Überarbeitung und Ergänzung des Trainingsprogramms

### 3. Termin

- Abschlusstest mit Feedback-Gespräch

## INDIVIDUELLE OPTIONEN

ANGEBOTE GÜLTIG BIS 12.05.2023\*

### Angebot für 79 Euro:

- Moderner Gerätepark: Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit
- Getränketheke
- Sportlersauna
- Persönliches Chiparmband

### Angebot für 99 Euro:

- Moderner Gerätepark: Kraft, Ausdauer & Beweglichkeit
- Getränketheke
- Sportlersauna
- Persönliches Chiparmband
- **inkl. Kursangebot**



Alle weiteren Infos findest du hier – einfach abscannen.

\*Schnupperangebot einmal pro Neuinteressent ab 16 Jahren gültig.



WIR FREUEN UNS AUF DICH!

Schwarzwaldstr. 31

74321 Bietigheim-Bissingen

07142 7899560

tsv-sportquadrat.de

Vereinbare direkt deinen  
persönlichen Einführungstermin