

TC ITTLING – “fit durch den Winter“

Straubing, September 2021

Fit in den Winter mit Kindergymnastik und Schigymnastik

Der TC Ittling bietet auch heuer wieder einen GYMNASTIKABEND an.

Der erste Treff findet am Dienstag 05.10.2021 statt und im März 2022 ist der letzte Abend geplant.

Wir beginnen auch heuer zum früheren Zeitpunkt:

Ab 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr dehnen und strecken die Erwachsenen ihre Muskeln.

Werden die vorher zur Verfügung stehenden Hallenstunden nicht für das Jugendtennistraining benötigt, wird Herr Vavra die Kinder noch extra informieren. Geplant wären neben gymnastischen auch spielerische Elemente.

Der Unkostenbeitrag für die gesamten Abende beträgt 8,- EUR für Kinder/Jugendliche und 15,- EUR für erwachsene Mitglieder des TC Ittling. Für Nichtmitglieder fallen folgende Beträge an: Kinder/Jugendliche 11,- EUR und Erwachsene 23,- EUR.

Die Veranstaltung steht den Mitgliedern des TC Ittling und allen anderen Personen offen.

Für die Kinder/Jugendlichen steht unser Tennistrainer Jindra Vavra zur Verfügung. Leiter der Schigymnastik im Erwachsenenbereich werden Elisabeth Decker, Lisa Zankl, Kathrin Zankl und Armin Decker sein.

Die Veranstaltung findet unter den aktuell geltenden **Corona-Maßnahmen** statt, was konkret bedeutet:

- Es gilt die 3G-Regel: Nur geimpfte, genesene oder getestete Personen können an der Veranstaltung teilnehmen
- Beim Betreten und Verlassen der Halle ist eine Maske (FFP2 oder Op-Maske) zu tragen
- Am „Trainingsplatz“ in der Halle ist keine Maske nötig, sofern der Mindestabstand von 1,5m eingehalten werden kann
- Duschen und Umkleiden sind geöffnet
- Jeder Teilnehmer muss seine eigene Trainingsmatte und Handtuch mitbringen
- Listen zur Dokumentation der Teilnahme am Training werden vom TC Ittling gestellt und müssen von den Teilnehmern ausgefüllt werden

Gezielte Vorbereitung bringt optimalen Spaß und Genuss