



JANUAR 2025

FREIZEITSPORT

Abteilungsleiter:
Siegfried Brugger
Im Korlehen 24
88069 Tett nang-Laimnau
Telefon 07543/7844
siegfried.brugger@tsv-tett nang.de



JANUAR

- Do 09.01. **Kaffee-Hock im „Kaffeekännle“ ab 15:00 Uhr**
Leitung: Siegfried Brugger
- Fr. 10.01. **Tanzkreis 18:30 bzw. 19:00 Uhr**
Leitung: Siegfried Brugger
- Mo. 20.01. - 4 Tg. **4 Wander-, Ski- und Langlauf-tage in Tannheim/Tirol**
Do. 23.01. Leitung: Rosmarie Strauss, Wolfgang Schönwetter, Manfred Mach
- Fr. 24.01. **Tanzkreis 18:30 bzw. 19:00 Uhr**
Leitung: Siegfried Brugger

Redaktionsschluss für die Januar-Ausgabe ist der 16. Februar 2025

Das Monatsinfo liegt unter „<https://www.tsv-tett nang.de/news/freizeitsport-news>“
zum Herunterladen bereit.

In der **Anlaufstelle für Bürgerengagement** in der Montfortstraße
liegt das Monatsinfo zu folgenden Öffnungszeiten aus
Mo. 9-13Uhr/Di 9-12 Uhr/ Mi 16-18 Uhr/ Fr 9.30-11 Uhr/ Sa 9-10.30 Uhr.



Wir bitten um
Kuchenspenden
für den Silvesterlauf 2024

Für den Silvesterlauf werden Bäcker*innen gesucht,
die Kuchen oder Torte spenden wollen.

Bitte melden bei
Simone Winzer
E-Mail: simone.winzer@tsv-tettnang.de
Telefon 07541/60092015

**Jeder Spender erhält
1 Startgeld-Gutschein und
1 Glühwein-Gutschein**

Helfer gesucht

für den Silvesterlauf 2024

Wir suchen Helfer (auch stundenweise) für den Silvesterlauf
am 31. Dezember 2024

Bitte melden bei
Siegfried Brugger
E-Mail: siegfried.brugger@tsv-tettnang.de
Telefon 07543/7844



33. VOBA- SILVESTERLAUF IN TETTANANG

Alternativlauf für Läufer, Walker, Nordic-Walker,
Wanderer, Familien und Gruppen

31. 12. 2024
TETTANANG,
WALDPARKPLATZ SCHÄFERHOF

Start: 12 – 14 Uhr • Startgebühr 4,- €
(Kinder + Jugendliche bis einschl. 17 Jahre frei!)

Strecken:

2.300m/4.300m/6.300m/10.500m

Streckenkontrolle bis 15.30 Uhr

Parkplatz: Gewerbegebiet Schäferhof –
Kontakt-E-Mail: tettnanger-silvesterlauf@web.de



**ABTL.
FREIZEITSPORT**
WWW.TSV-TETTANANG.DE

Volksbank
Bodensee-Oberschwaben



TSV 1848 Tett nang,
Abteilung Freizeitsport,
Nordic-Walking, Klaus Hesse



Hallo Nordic-Walker/innen,

wir brauchen dringend Unterstützung, damit wir die vier Lauftrefftermine für Nordic-Walking pro Woche weiter anbieten können.

Bitte überlegt euch, ob ihr als Lauftreffleiter/in mit einsteigen könnt.

Als Voraussetzung braucht ihr:

- Freude an Nordic-Walking.
- Eine kleine Orientierung im Schäferhoferwald. (Dazu kann ich gerne eine Strecke zeigen.)
- Ihr solltet ein bis zweimal pro Monat Zeit haben. (Natürlich nicht im Urlaub)



Persönliche Vorteile

1. Gesunde Bewegung in der Natur, eigene Fitness.
2. Umgang und Kontakt mit sportbegeisterten, freundlichen Menschen.
3. Lauftermine nach den persönlichen Bedürfnissen. Ein bis 2-mal pro Monat.
4. Übungsleiterfortbildung beim Württembergischen Leichtathletikverband (WLV) an 2 Wochenenden. *(Fahrt- und Kurskosten werden übernommen.)*
 1. **Wochenende Grundkurs: Sporttheorie und Betreuung von Gruppen.**
 2. **Wochenende Aufbaukurs: Nordic-Walking-Technik, Auf- und Abwärmen.**
4. Erste Hilfe Fortbildungen alle 2 Jahre
5. Spendenbescheinigung für das Finanzamt (für jede Übungsstunde 15 €).
(Ca. 360 € pro Jahr)
6. Bescheinigung für die Krankenkasse (Bonuspunkte)

Ich freue mich, auf eure Mitarbeit im Team.

Liebe Grüße Klaus

Kontakt: Klaus Hesse, Telefon 0175 3333500, Email: klaus-hesse-psychologe@gmx.de

TSV 1848 Tett nang

Abt. Freizeitsport, Nordic-Walking

Klaus Hesse, Email: klaus-hesse-psychologe@gmx.de



Nordic-Walking-Programm 2025 im TSV



1. Nordic-Walking-Lauftreff-Termine im Schäferhoferwald:

Nordic-Walking Vormittagstermine das ganze Jahr:

Die Lauftermine finden immer statt, mit Ausnahme an Feiertagen

Dienstag 9:00 – 10:00 Uhr und Donnerstag 9:00 – 10:00 Uhr, Schäferhoferwald.

Es werden 2 Laufgruppen angeboten. Eine Fitness-Gruppe und eine Power-Gruppe.

Dienstagvormittags von 9 bis 10 Uhr gibt es zusätzlich eine Gesundheitsgruppe.

Die Gesundheitsgruppe läuft ein mäßiges Tempo, das alle Teilnehmer gut laufen können.

Weitere Infos bei Inge Sauter 07542-2409.

2. Wintertermine: 29.10.2024 – 25.3.2025 und 28.10.2025 – 24.3.2026

Dienstag Argenrundtour von 17:00 bis 18:00 Uhr: Gießenbrücke - Oberdorf

Treffpunkt am Wanderparkplatz Gießenbrücke Richtung Kressbronn rechts.

3. Sommer Abendtermine: von 31.03. - 04.09.2024:

Montag 19:00 - 20:00 Uhr, Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr. Treffpunkt Schäferhofer Wald

4. Herbst Abendtermine: Treffpunkt Schäferhofer Wald

von 08.09. - 23.10.2025: Montag 18:00 - 19:00 Uhr, Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr.

5. Nordic-Walking Einsteiger- und Auffrischkurs 2025

4 Kurstermine Montag und Mittwoch: 5. + 7. + 12. + 14. Mai 2025

jeweils 18:00 – 19:30 Uhr, Treffpunkt am Parkplatz Schäferhofer Wald
