



PREISE

i.d.R. 40€ / Stunde

abh. von (Vorbereitungs-) Aufwand, Trainer- und Teilnehmerzahl

Anmeldung und Absprache
bitte mit Kevin Pina Wilhelm

pina.kevin@tsf-ditzingen.de

Jan



Turn- und Sportfreunde Ditzingen 1893 e.V.
SportCenter
Ringwiesenstraße 14 · 71254 Ditzingen

Kontakt: Anja Ansel
07156 177 53 13 · anja.ansel@tsf-ditzingen.de

Öffnungszeiten

Mo · Mi · Fr 07 - 12 und 16 - 21 Uhr
Di · Do 08 - 12 und 16 - 21 Uhr
Sa 10 - 13 Uhr (Winterzeit)
So 10 - 13 Uhr (ganzjährig)

DAS FITNESS

Gemeinsam aktiv. Zusammen stark.



SAISONVORBEREITUNG

für Mannschaften

AUF EINEN BLICK

Was machen wir mit Euch?

- **Athletik**
- **Traditionelles Kraft- und Muskelaufbautraining**
- **Sportartspezifische und -unspezifische Koordination**
- **Verletzungsprävention durch Stabilisation**
- **Teambuilding**

Alles abgestimmt auf Eure Wünsche!

WER WIR SIND

Francesco



Wir kommen aus verschiedenen Sportarten und haben jahrelang selber als Athleten im Leistungssport Erfahrungen sammeln dürfen.

Wir wollen Euch an unseren Erfahrungen als Athleten und Trainer teilhaben lassen und Euch als Mannschaft und als einzelne Spieler optimal auf Eure Saison vorbereiten.

Nutzt die Chance und holt alles aus Euch raus!

Kevin



ORT

Wir sind zeitlich flexibel und kommen auch gerne zu Euch zu Euren Trainingseinheiten.

Oder Ihr kommt nach Absprache zu uns ins TSF SportCenter oder in das **FITNESS**