

## Konditionen für Sportler\*innen und Übungsleiter\*innen

6 MONATE Mitglied: 135 € / 125 € erm.<sup>1</sup>

10er Karte Mitglied: 75 € / 65 € erm.<sup>1</sup>

Für aktive TSF-Wettkampfsportler\*innen auf Empfehlung der Übungsleitung, sowie aktive Übungsleiter\*innen. Ab 16 Jahren.

<sup>1</sup> Rabatt für Minderjährige und Menschen mit einer MdE ab 50%.

Der Tarif für Wettkampfsportler\*innen ist für TSF-Sportler\*innen bestimmt, die in der Regel mind. 5 Stunden / Woche gezielt und intensiv trainieren. Nähere Auskunft erteilt unser zuständiger Trainer Kevin Pina (pina.kevin@tsf-ditzingen.de).

## Starterpaket

Einmalig 20 €  
qualifizierte Anamnese & individuelle Trainingsplanerstellung

### Kontakt:

Tel.: 0 71 56 / 1 77 53 13 oder  
fitness@tsf-ditzingen.de



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

Ansprechpartner Wettkampfsportler /  
Saisonvorbereitung Mannschaft:  
Kevin Pina · kevin.pina@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)

Stand: 01.08.2024

# DAS FITNESS

Gemeinsam aktiv. Zusammen stark.



## Sonderkonditionen

TSF-Wettkampfsportler\*innen /  
Übungsleiter\*innen

[www.tsf-ditzingen.de](http://www.tsf-ditzingen.de)

## Ein echt starkes Angebot

Ein Beitrag des Vereins zur Förderung des Leistungsniveaus für Wettkampfsportler alle Abteilungen und für unsere ehrenamtlich tätigen Übungsleiter in Zusammenarbeit mit dem Fitness.

Sportartspezifische Trainingsplanung unter Einbeziehung der Kategorien: Energiebereitstellung, Muskulaturaufbau, Stabilisierung und Mobilisierung, Koordination und athletische Grundfertigkeiten.

Nach Absprache bieten wir auch ganzen Mannschaften Saisonvorbereitung und -Begleitung durch spezifisches Training im Fitness, durch zusätzliches Athletiktraining und Training außerhalb der Öffnungszeiten. Sprecht uns an!

## Deine Vorteile

- › Sportartspezifisches Training, saisonvorbereitendes und saisonbegleitendes Athletiktraining.
- › Zuschuss des Vereins: Sonderkonditionen für aktive Mannschafts- und Wettkampfsportler\*innen sowie ehrenamtliche Trainer\*innen und Übungsleiter\*innen.

### LASS DICH ÜBERZEUGEN!

Je mehr Du im Training schwitzt, desto weniger wirst Du im Wettkampf bluten!

## Auf einen Blick



### PROFESSIONELLES TEAM

Unser Trainerteam ist erfahren, kompetent und verfügt über vielfältige Trainerlizenzen.



### INDIVIDUELLES TRAINING

Wir erstellen für Dich einen persönlichen Trainingsplan, der wirklich zu Dir passt.



### PERSÖNLICHE BETREUUNG

Wir sind offen für Fragen und stets bereit, Dich zu unterstützen, um Deine persönlichen Ziele zu erreichen.



### SPORTLICHE VIELFALT

Unser GroupFitness-Angebot ist die ideale Ergänzung zum Gerätetraining. Probier es aus!



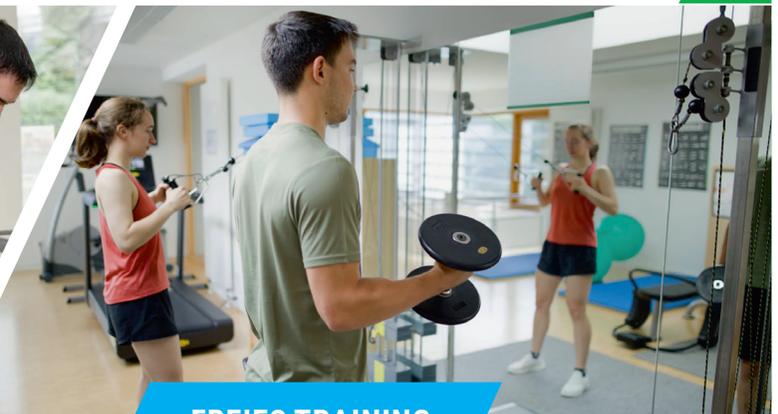
### AUSDAUER

Ob Rudergerät, Laufband, Variostepper, Skillbike, Crosstrainer oder Räder: Mit unseren modernen Cardiogeräten von Ergo-Fit und TechnoGym halten wir Dich in Schwung.



### KRAFT

Unsere hochwertigen Kraftgeräte von Ergo-Fit lassen sich gezielt und exakt auf Deinen persönlichen Trainingszustand einstellen. Individueller geht nicht!



### FREIES TRAINING

Multipower-Station mit geführten Gewichten und ein multifunktionaler Mattenbereich, der auch mit diversen Klein-geräten wie Kettlebells, Balancepads und Bändern genutzt werden kann.