



NEWSLETTER 02/2026

<https://www.tsvurach.de/>

Liebes TSV-Mitglied,

wie gewohnt wollen wir dir einige interessante Informationen aus dem Vereinsleben überbringen.

- Neue Fitnesskurse
 - Babys in Bewegung
 - Zumba
 - auf Grund hoher Anfrage: 2x pro Woche High Intensiv Training
- Gymnastik für Frau und Mann - Fit und Fun Ü65
- Rehasport für Diabetiker
- Termine Jahreshauptversammlungen

Anette Dreher und Barbara Ernst

Neuer Fitnesskurs: Babys in Bewegung



Neu
im TSV-Kursangebot

Babys in Bewegung

Ab Donnerstag (6x)
16.04.2026
von 10-11 Uhr
Gymnastikraum
Zittelstatt

4-6 Monate

Was ist Babys in Bewegung?
Zeit mit eurem Baby in Gemeinschaft
verbringen
wertvolle Bewegungsanreize und
spielerische Sinneserfahrungen
könnt ihr mit eurem Baby erleben

Info & Anmeldung:
TSV Urach Tel: 07125- 156871
info@tsvurach.de
Anmeldeschluss: 27.03.2026

Neuer Fitnesskurs: Zumba



Schluss mit dem Workout und los geht's mit der Party!

Zumba basiert auf dem Prinzip „Fun And Easy To Do“

Man muss nicht tanzen können, das Wichtigste ist, sich zur meist lateinamerikanischen Musik zu bewegen und Spaß daran zu haben!

Treffpunkt: donnerstags von 19.45 Uhr – 20.45 Uhr

Gymnastikraum Zittelstatt

Der 10er Kursblock startet am 23.04.2026

Neuer Fitnesskurs: High Intensive Training 2x pro Woche



**HIGH INTENSIV
TRAINING**

JEDEN MONTAG

Kurs 1: ab 18:15 Uhr
Kurs 2: ab 19:15 Uhr
in der Zittelstatt (Bad Urach)

- ✓ Effektives Ganzkörper-Training
- ✓ Gezielte Übungen für Kraft, Ausdauer, Koordination & Beweglichkeit
- ✓ Steigere deine Leistung & Fitness
- ✓ Schwitzen & Muskelkater garantiert

Ansprechpartnerin
Regina Dümmel

regina_duettel@web.de
www.tsvurach.de

TSV
Urach
1847
e.V.



Gymnastik für Frau und Mann „Fit und Fun Ü65“



In den Übungsstunden wird eine Mischung aus Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht, Ausdauer geboten. Wir kräftigen unsere Körpermitte und machen auch gezielte Übungen zur Sturzprophylaxe.

Wir trainieren ohne und mit Handgeräten, wie z.B. mit Stäben, Tennisringen und Hanteln.

In den Übungsstunden kommen Spiele und Gedächtnistraining und der Spaßfaktor nicht zu kurz.

Treffpunkt: mittwochs von 9.15 Uhr - 10.15 Uhr

Gymnastikraum Zittelstatt

Der nächste 10er Kursblock startet am 15.04.2026

Rehasport für Diabetiker

Dieses spezielle Bewegungsangebot richtet sich an Alle, die an Diabetes erkrankt sind.

Der Rehasport ist auf eure individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Das Ziel ist Kraft, Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit zu fördern – und das in einer motivierenden Gemeinschaft.

Die Teilnahme kann in vielen Fällen von der Krankenkasse bezuschusst oder sogar komplett übernommen werden.

Treffpunkt: dienstags von 9.15 Uhr - 10.15 Uhr

Gymnastikraum Zittelstatt



Termine Jahreshauptversammlungen der Abteilungen

Abteilung Tischtennis

14.04.2026 – Beginn 19.30 Uhr – Gaststätte Zittelstatt

Abteilung Skizunft

17.04.2026 – Beginn 19.30 Uhr – Ensslin Kachelofenbau,
Stuttgarterstrasse 65

Abteilungen Turnen und Leichtathletik

08.05.2026 – Beginn 19.30 Uhr – Gaststätte Zittelstatt

Abteilung Handball/ HSG Ermstal

19.05.2026 – Beginn 19.30 Uhr- Sportheim TSV Dettingen/ Erms

Online Mitgliederverwaltung

Bitte beachten Sie unsere neue Online Mitgliederverwaltung. Sie können darüber Ihre persönlichen Daten ändern, Mitgliedsanträge stellen und auch Kurse buchen.

<https://www.tsvurach.de/>

Hier findet ihr den direkten Link zu den buchbaren Kursen:

<https://t1p.de/r6kqy>

*t1p.de ist ein deutscher Kurz-URL-Service

Lange URL:

<https://tsvurach.pw-ng.de/Frontend/Module/Course/Cardview?category=9&search=&searchType=2>