



# DAS

# Jugendfitness-Studio

**Turnerschaft Bergisch Gladbach  
1879 e.V.**

Im Jugendfitness-Studio "Together Strong" der TS 79 am Langemarckweg 24 könnt Ihr unter fachlicher Anleitung Eure individuellen Trainingsziele selbständig in lockerer Atmosphäre verfolgen. Unsere Trainer erstellen Euch persönliche, altersgerechte Trainingspläne mit Übungen aus dem Fitness-, Muskelaufbau- und Ausdauerbereich und kümmern sich um **Euch und Euer Training.**

## Trainingszeiten:

**Mo** 13.30 - 17 Uhr **Di** 13.30 - 19 Uhr **Mi** 13.30 - 20 Uhr  
**Do** 13.30 - 17.30 Uhr **Fr** 13.30 - 17 Uhr **Sa/So** 13 - 17 Uhr

## Kosten:

Schüler, Azubis, Studenten: **20,50 € pro Monat**  
(Vereinsmitgliedschaft 10,50 € + Sonderbeitrag 10,00 €)

## Interesse?

Wir beraten Euch gerne persönlich während der Öffnungszeiten des Jugendstudios oder telefonisch:

Turnerschaft Bergisch Gladbach 1879 e.V.  
Langemarckweg 14 51465 Bergisch Gladbach  
Tel.: 0 22 02/95 28 -45 [www.TS79.de](http://www.TS79.de)  
[TogetherStrong@TS79.de](mailto:TogetherStrong@TS79.de)