

Liebe TSlerinnen und TSler,

ein ereignisreiches Jahr neigt sich dem Ende zu. Neben Mitgliedern, die auch während der angespannten Coronazeit durchgängig zur TS-Familie gehörten, haben viele den Weg zurück in den Verein gefunden oder sind ganz neu dabei. Wir möchten die Gelegenheit nutzen und uns ganz herzlich bei euch, unseren Mitgliedern und Teilnehmer*innen, bedanken.

Danke für eure Treue und euer Vertrauen in uns.

Trotz aller aktuellen Herausforderungen freuen wir uns sehr auf ein aktives neues Jahr 2023 gemeinsam mit euch. Und natürlich liegt es uns am Herzen, euch für die kommenden Feiertage und den Jahreswechsel alles Gute zu wünschen.

**Frohe
Weihnachten
und ein
gesundes
und bewegtes
neues Jahr
2023!**

Unsere Geschenkidee zu Weihnachten

VERSCHENK DOCH MAL GESUNDHEIT!

Mit unseren Gutscheinen für Mitgliedschaften oder Studio-Mitgliedschaften, der Besucherkarte für unsere SoleLounge oder auch der KursKarte zur Teilnahme am KursKarten-Programm hat die TS 79 gleich drei gesundheitsfördernde Geschenkideen anzubieten. Alle Infos bekommt ihr am Infopoint oder am Empfang des Gesundheits- und Fitness-Studios.



NEUE WINTER-INDOOR-CYCLING-KURSE

Auch diesen Winter bieten wir für Fahrradfahrer und Indoor Cycling-Fans wieder die Möglichkeit, sich in ihrer Sportart über die kalte und dunkle Jahreszeit fit zu halten. Unsere Cycling-Trainerin Alexandra freut sich auf euch - immer samstags von 13 – 14.15 Uhr. Und mittwochs von 19 – 19.55 Uhr erwartet euch Torsten in einem zweiten Kurs.



Kurskarte 1. Halbjahr 2023 inkl. Weihnachtsferien

Gesundfit
TS79 Bergisch Gladbach

Spielregeln

- Bitte leg diese Karte vor dem Training immer vor. Ansonsten ist keine Teilnahme möglich.
- Diese Karte ist nur vollständig ausgefüllt gültig. Sie wird auf Deinen Namen ausgestellt und ist nicht übertragbar.
- Keine Restauszahlung möglich!
- Wähle 8 Einheiten aus dem Kurskarten-Angebot 1. Halbjahr 2023, inklusive Weihnachtsferien 2022/2023.
- Unsere Programmübersicht inklusive Online-Buchungsmodul findest Du auf der TS-Homepage www.ts79.de.
- **Ohne Platzbuchung ist keine Teilnahme möglich!** Die Platzbuchung der Kurseinheiten wird ca. jeweils 2 Tage im Voraus freigeschaltet. Über den Link in der Buchungsübersicht kannst Du eine Stornierung anfragen. Bitte erst nach dem Freischalten der Plätze auf der Buchungsübersicht freigeschaltet zu sein.
- Änderungen sind nur bis 14 Tage vor dem Training möglich.

Kurskarte 1. Halbjahr 2023 inkl. Weihnachtsferien

Gesundfit
TS79 Bergisch Gladbach

Gültigkeit 23.12.22 - 21.6.23 für 8 Einheiten Deiner Wahl!

Teilnehmer/in:	1	2	3	4
Geb. Datum:	5	6	7	8
Tel.-Nr.:				

Unterschrift _____ Datum _____ Unterschrift / Stempel der TS 79 Bergisch Gladbach

1. Halbjahr 2023

KURSE UND KURSKARTE

Auch im kommenden Halbjahr bieten wir wieder Kurse an, welche eine Laufzeit über mehrere Wochen haben. Hier sind nicht nur Mitglieder, sondern auch Nicht-Mitglieder herzlich willkommen!

Daneben bieten wir die Kurskarte 1. Halbjahr 2023 für Mitglieder und externe Teilnehmer*innen, die ab sofort erhältlich ist. Sie gilt ab dem 23.12.2022 und ermöglicht die Teilnahme an 8 Kurseinheiten, die du aus dem Kurskarten-Programm „Weihnachtsspecial“ und „1. Halbjahr 2023“ wählen kannst. Den Wegweiser zur Buchung einer Kurskarte und die jeweils aktualisierte Übersicht über das Kurskarten-Programm inkl. Platzbuchung findest du unter

<https://www.ts79.de/index.php?cID=786>

Alle Vereinsgruppen (nur für Mitglieder) und Kurse sind auf unserer Webseite unter „Sportprogramm von A bis Z“ https://www.ts79.de/a_bis_z/ aufgeführt.

Sportlich durch die Feiertage:

MIT DEM WEIHNACHTSSPECIAL BLEIBST DU FIT!

In den Weihnachtsferien bieten wir wieder ein attraktives Programm aus den Bereichen Fitness, Gesundheit und Entspannung, dass über eine Kurskarte buchbar ist – und zwar für Mitglieder und externe Teilnehmer*innen. Alles Wissenswerte dazu findet ihr unter <https://www.ts79.de/index.php?cID=786>. Wir beraten euch gerne am Infopoint.

Kurskarte WeihnachtsSpecial 2022/23

Gesundfit
TS79 Bergisch Gladbach

Gültigkeit 23.12.22 - 8.1.23

für 4 Einheiten Deiner Wahl

Teilnehmer/in: _____

Geb. Datum: _____

Tel.-Nr.: _____

1 2 3 4

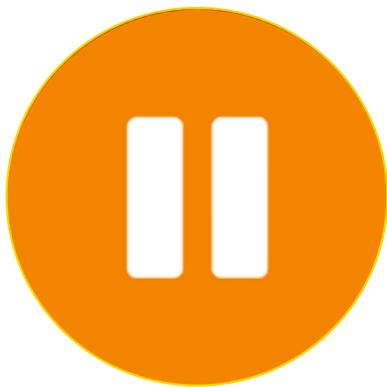
Spielregeln

- Bitte leg diese Karte vor dem Training immer vor. Ansonsten ist keine Teilnahme möglich.
- Diese Karte ist nur vollständig ausgefüllt gültig. Sie wird auf Deinen Namen ausgestellt und ist nicht übertragbar.
- Keine Restauszahlung möglich!
- Wähle 4 Einheiten aus dem WeihnachtsSpecial-Angebot 2022/23.
- Unsere Programmübersicht inklusive Online-Buchungsmodul findest Du auf der TS-Homepage www.ts79.de.
- **Ohne Platzbuchung ist keine Teilnahme möglich!** Die Platzbuchung der Kurseinheiten wird ca. jeweils 2 Tage im Voraus freigeschaltet. Über den Link in der Buchungsübersicht kannst Du eine Stornierung anfragen. Bitte erst nach dem Freischalten der Plätze auf der Buchungsübersicht freigeschaltet zu sein.
- Änderungen sind nur bis 14 Tage vor dem Training möglich.

Blutspende-Aktion am 23.12.22, 15 – 19 Uhr in der TS 79

AUCH BLUT KANN MAN VERSCHENKEN

Am 23.12. in der Zeit von 15 bis 19 Uhr findet unsere traditionelle Blutspende statt. Zusammen mit dem Deutschen Roten Kreuz freuen wir uns auch dieses Jahr wieder über eine rege Teilnahme im TS-Haus am Langemarckweg 24. Bitte nutzt die Möglichkeit, euch vorab online euren Termin zu reservieren: <https://www.blutspendedienst-west.de/>



VEREINS- UND REHAGRUPPEN PAUSIEREN IN DEN FERIE

Das Training aller Vereins- und Rehasport-Gruppen findet in den Weihnachtsferien ab Freitag, den 23.12.22 nicht statt. Für einige Kindergruppen vom Donnerstagnachmittag endet der Betrieb bereits in dieser Woche (15.12.). Die Teilnehmer*innen sind informiert. Ab Montag, 9.1.23, starten wir mit allen Gruppen ins neue Jahr.

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN WÄHREND DER WEIHNACHTSFERIEN

Das Gesundheits- und Fitness-Studio ist an den Feiertagen zu folgenden Zeiten geöffnet:

24.12.	9 - 13 Uhr
25.12.	geschlossen
26.12.	10 - 16 Uhr
31.12.	9 - 13 Uhr
1.1.	geschlossen

An den verbleibenden Werktagen gelten die üblichen Öffnungszeiten:

<https://www.ts79.de/service/fit-und-power/das-gesundheits-und-fitness-studio/>



Für einen weiteren kleinen Beitrag zur Energie-Einsparung schließen wir unseren Infopoint über die Weihnachtsferien. Natürlich sind wir im Fitness-Studio für euch erreichbar – telefonisch und auch persönlich:

Kommt gut und vor allem gesund ins neue Jahr. Wir sehen uns beim Sport!

Euer TS 79 Team

Folgt uns auf
**Facebook und
Instagram** und ihr
seid immer aktuell
informiert!



www.TS79.de