



Turn- und Sportverein Pfuhl 1894 e.V.

Eltern-Kind Fitness

mit *Personaltrainer Suresh Juhasz*



Montag 08:00 & Freitag 09:00
Seehalle Pfuhl, Holzstraße 39,
89233 Neu-Ulm



Turn- und Sportverein Pfuhl 1894 e.V.

Informationen

Im Fokus steht deine körperliche Fitness und wie du diese gemeinsam mit deinen Kindern gestalten kannst. Erlebe kreatives Training in der Seehalle Pfuhl.

Auf einen Blick

- **Wann:** Montag 08:00 – 09:00 & Freitag von 09:00 – 10:00 Uhr.
- **Wo:** Seehalle Pfuhl, Holzstraße 39, 89233 Neu-Ulm.
- **Wer:** Mütter und Väter mit Kindern zwischen 0 und 6 Jahren.
- **Trainer:** Personal Trainer Suresh Juhasz.
- **Anmeldung:** [Hier](#). oder <https://tsvpfuhl.pw-ng.de/Frontend/Module/Course/Cardview?category=10>
- **Fragen an:** service@tsvpfuhl.de
- **Kursgebühr:** Für Mitglieder 3,50 € und für Nichtmitglieder 9 € je Stunde

Das erwartet dich

- In diesem Kurs lernst du, wie du trotz Zeitmangel vital, gesund und ausdauernd bleibst
- Training überall: Nutze deinen eigenen Körper und Alltagsgegenstände als „Fitnessstudio“.
- Integration: Lerne, wie du dein Kind in das Training einbaust oder einfach drumherum trainierst.
- Flexibilität: Es werden Stationen aufgebaut, die kreativ genutzt werden können.
- Expertenrat: Trainer Suresh Juhasz berät dich zu Themen wie Körperformung, Kraft & Ausdauer, Mobilität, Energiehaushalt und vieles mehr.

Kein Stress: Wenn dein Kind mal keine Lust hat, ist das kein Problem, wir haben genug Platz dass die Kinder auch ein bisschen spielen können – du kannst die Zeit auch einfach für dich nutzen. Jede Stunde beginnt mit einer Begrüßung und Aufwärmen und endet mit einer gemeinsamen Abschiedsrunde.

Wir freuen uns auf dich.

Sportliche Grüße

TSV Pfuhl 1894 e.V.