Aktivitäten in Bad Kreuznach

Verein, Organisation, Einrichtung:

TV 1994 Langenlonsheim

Ansprechperson: Marion Koch

E-Mail: info@tv-lalo.de

Telefon / mobil 06704 2712

Bewegungsangebot 1

Nordic Walking

Nordic Walking im wunderschönen Langenlonsheimer Wald mit Betreuung und Tipps von erfahrenen Nordic-Walking Übungsleitern. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder Teilnehmer wird profitieren und wertvolle Informationen erhalten.

02.06.2025 18.30-19.30 Uhr
16.06.2025 18.30-19.30 Uhr
23.06.2025 18.30-19.30 Uhr
30.06.2025 18.30-19.30 Uhr
07.07.2025 18.30-19.30 Uhr
14.07.2025 18.30-19.30 Uhr
21.07.2025 18.30-19.30 Uhr
28.07.2025 18.30-19.30 Uhr
04.08.2025 18.30-19.30 Uhr
11.08.2025 18.30-19.30 Uhr

Mariannenhütte Forsthaus Langenlonsheim
55450 Langenlonsheim

Bewegungsangebot 2

Gesundheitsorientiertes Gerätetraining

Stärken und stabilisieren Sie Ihren Körper mit kleinen und großen Fitnessgeräten. Durch abwechslungsreiche und individuelle Übungsvorschläge bekommen Sie ein auf Ihr Leistungsniveau angepasstes Training. Unsere Übungsleiterin gibt eine Einweisung, macht Vorschläge und achtet auf die korrekte Ausführung.

04.06.2025 17.15-18.15
11.06.2025 17.15-18.15
18.06.2025 17.15-18.15
25.06.2025 17.15-18.15
02.07.2025 17.15-18.15
09.07.2025 17.15-18.15
16.07.2025 17.15-18.15
23.07.2025 17.15-18.15
30.07.2025 17.15-18.15
06.08.2025 17.15-18.15

TV-Halle, Heddesheimerstr., Sonnenberg Campus 2
55450 Langenlonsheim

Bewegungsangebot 3

Aquafitness - Fit im Wasser

Durch die physikalischen Eigenschaften des Wassers wird der Körper besonders gelenkschonend trainiert.Die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer wird gesteigert. Nebenbei ist der Spaßfaktor sehr hoch. Die Wassergymnastik findet im Nichtschwimmerbecken des Freibades Langenlonsheim statt. Wer eine Aquanudel besitzt, kann diese gerne mitbringen. Die Wassergymnastik ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

20.06.2025 10.00-11.00
27.06.2025 10.00-11.00
04.07.2025 10.00-11.00
11.07.2025 10.00-11.00
18.07.2025 10.00-11.00
25.07.2025 10.00-11.00
01.08.2025 10.00-11.00
08.08.2025 10.00-11.00
15.08.2025 10.00-11.00
22.08.2025 10.00-11.00

Freibad, Am alten Mühlengraben
55450 Langenlonsheim