



# Tag der offenen Tür

So., 15.10.2017

10:00 – 16:00 Uhr

## Schnupperangebote:

10:00 Uhr Spinning (Halle 1)

11:00 Uhr Zumba (Halle 2)

12:00 Uhr Bauch Killer (Halle 1)

13:00 Uhr Push (Halle 2)

14:00 Uhr Stretch & Relax (Halle 1)

15:00 Uhr Intervall (Halle 2)

## Tagesangebot für Neumitglieder\*:

- ✓ kostenfreier Backcheck
- ✓ kostenfreie Einweisung
- ✓ ein kostenfreier Monat

\*bei Abschluss einer Mitgliedschaft  
über mindesten 6 Monate



**TSV Hochdahl 64 e.V.**  
**Sport- und Gesundheitszentrum**  
Sedentaler Str. 107a – 40699 Erkrath

**Kontakt:** Studiolleitung Heike Bröker  
**Telefon:** 02104 / 80 99 20  
**E-Mail:** [info@tsv-hochdahl.de](mailto:info@tsv-hochdahl.de)  
**Internet:** [www.tsv-hochdahl.de](http://www.tsv-hochdahl.de)

**Unsere Studiozeiten:**  
Mo. – Fr.: 08:00 bis 21:30 Uhr  
Sa., So., Feiertag: 09:00 bis 17:00 Uhr



**TSV** *Aktiv*  
Fitness- & Gesundheitsstudio