



SPORT & GESELLIGKEIT

GEMEINSAM AKTIV
IM TURNVEREIN
FREIBURG-ST. GEORGEN

UNSER VIELSEITIGES ANGEBOT

GYMNASTIK FÜR JEDES ALTER – beweglich, kräftig und voller Energie

Gymnastik ist die ideale Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Mit schonenden Ganzkörperübungen fördern wir deine Beweglichkeit, stärken die Muskulatur und verbessern die Koordination. Unsere Kurse sind so gestaltet, dass sie für alle Altersgruppen und Fitnesslevel geeignet sind – vom Einsteiger bis zum erfahrenen Sportler.

Unser umfangreiches Angebot zum Gesundheitssport findest du unter <https://tvstg.de/sportarten/gesundheitssport/>

Unsere Angebote sind darauf ausgerichtet, Menschen jeden Alters und Fitnesslevels zu begeistern. Egal, ob du deine Beweglichkeit verbessern, die Natur genießen oder einfach nur in geselliger Runde aktiv sein möchtest – bei uns findest du genau das Richtige!

Unsere Trainer:innen – kompetent, motivierend und immer an deiner Seite

Unsere qualifizierten und engagierten Trainer:innen sind das Herzstück unseres Vereins. Sie stehen dir mit Rat und Tat zur Seite und sorgen dafür, dass du dich bei uns rundum wohlfühlst. Mit einer individuellen Betreuung, die genau auf deinen Leistungsstand und deine persönlichen Bedürfnisse abgestimmt ist, unterstützen sie dich dabei, deine sportlichen Ziele zu erreichen. Ob du deine Fitness verbessern, deine Beweglichkeit steigern oder einfach nur Spaß an der Bewegung haben möchtest – unsere Trainer:innen fördern langfristiges, gesundes Sporttreiben und motivieren dich, aktiv zu bleiben. Dabei steht nicht nur die körperliche Aktivität im Vordergrund, sondern auch die Freude am gemeinsamen Sport und der Austausch in der Gruppe. Lasse dich inspirieren und erlebe, wie viel Spaß Bewegung machen kann!

BOULE – gemeinsam spielen, konzentrieren & genießen

Boule ist mehr als nur ein Spiel – es ist eine entspannte und gesellige Aktivität, die Menschen zusammenbringt. Die einfachen Regeln machen Boule zu einem Spiel, das für Jung und Alt gleichermaßen geeignet ist. Ob als lockerer Zeitvertreib oder als sportlicher Wettkampf – Boule bietet die perfekte Mischung aus Entspannung, Spaß und Gemeinschaft. Hier entstehen nicht nur spannende Partien, sondern auch viele schöne Momente und neue Freundschaften.





NORDIC WALKING – Bewegung, Gespräche und Natur

Nordic Walking ist weit mehr als nur ein Spaziergang – es ist eine sanfte, aber effektive Sportart, die den gesamten Körper in Bewegung bringt. Dabei genießt du nicht nur die frische Luft und die Schönheit der Natur, sondern profitierst auch von der Geselligkeit in der Gruppe. Während der gemeinsamen Runden bleibt immer Zeit für Gespräche und den Austausch mit Gleichgesinnten. Nordic Walking ist leicht zu erlernen und eignet sich hervorragend für jedes Alter. Egal, ob du deine Ausdauer verbessern, Stress abbauen oder einfach nur aktiv sein möchtest – diese Sportart ist die perfekte Wahl für alle, die Bewegung und Natur miteinander verbinden möchten.



Sport & Gemeinschaft – mehr als nur Bewegung

Sport ist weit mehr als körperliche Aktivität – es ist der Schlüssel zu einem gesunden, ausgeglichenen und erfüllten Leben. Regelmäßige Bewegung stärkt Herz und Kreislauf, verbessert die Ausdauer und unterstützt die Herzfunktion. So bleibst du fit und vital, unabhängig von deinem Alter. Gleichzeitig fördern unsere Angebote deine Koordination und Beweglichkeit: mit gezielten Übungen halten sie deine Gelenke flexibel, kräftigen die Muskulatur und steigern deine Mobilität. Doch Sport hat nicht nur körperliche Vorteile – er wirkt auch positiv auf die Psyche. Bewegung setzt Endorphine frei, die Stress reduzieren und die Stimmung heben. Nach einem langen Tag ist Sport die ideale Möglichkeit, abzuschalten und neue Energie zu tanken. Besonders in der Gemeinschaft macht Bewegung noch mehr Spaß: beim gemeinsamen Boule-Spielen entstehen Gespräche, Lachen und echte Freundschaften. Sport verbindet Menschen und schafft ein Gefühl von Zusammenhalt.

In der Gruppe fällt es leichter, motiviert zu bleiben und regelmäßig aktiv zu sein. Unsere Vereinsfeste, Ausflüge und gemütlichen Weihnachtsfeiern bieten darüber hinaus die Gelegenheit, den Zusammenhalt zu stärken und gemeinsam schöne Momente zu erleben. Mit unseren vielseitigen Angeboten ermöglichen wir dir ein gesundes und schonendes Training – für ein aktives Leben bis ins hohe Alter. Dabei steht der Austausch zwischen den Generationen im Mittelpunkt: Sport verbindet Jung und Alt und schafft unvergessliche Erlebnisse, die das Leben bereichern. Erlebe, wie Bewegung und Gemeinschaft dein Leben positiv verändern können – für ein fitteres, sozialeres und glücklicheres Leben!

Unser Vereinsleben – Gemeinschaft, die verbindet

In unserem Verein wird Gemeinschaft großgeschrieben! Neben den sportlichen Aktivitäten bieten wir zahlreiche Möglichkeiten, sich mit anderen Mitgliedern auszutauschen und gemeinsam Zeit zu verbringen.

Regelmäßige Treffen und Gruppenaktivitäten schaffen eine herzliche Atmosphäre, in der sich alle willkommen fühlen. Darüber hinaus organisieren wir gemeinschaftliche Ausflüge und thematische Veranstaltungen, die für Abwechslung und unvergessliche Erlebnisse sorgen. Ein besonderes Highlight sind unsere jahreszeitlichen Events, wie die beliebte Weihnachtsfeier, bei der wir in geselliger Runde das Jahr ausklingen lassen. Bei uns findest du nicht nur sportliche Angebote, sondern auch eine aktive und herzliche Gemeinschaft, die verbindet und bereichert. Werde Teil unseres Vereinslebens und erlebe, wie schön es ist, gemeinsam aktiv zu sein!

Mach mit!

Werde Teil einer aktiven, herzlichen und gesundheitsorientierten Gemeinschaft – für ein fitteres, sozialeres und glücklicheres Leben!

Kontakt:

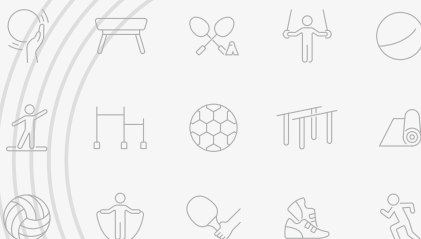


TURNVEREIN
FREIBURG ST. GEORGEN
VON 1897 E.V.

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:
dienstags von 17:00 - 19:00 Uhr

Blumenstr. 9, 79111 Freiburg
0761 46732

info@tvstg.de
www.tvstg.de





BRAUEREI GANTER: SO SCHMECKT FREIBURG!

*Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht die Vielfalt
und das Lebensgefühl der Region in die Gläser der
Freiburger zu bringen und brauen seit 1865 mit Liebe
und Leidenschaft unsere Biere.*



*Einblicke in die Brauerei,
Aktionen & mehr entdeckst du
bei Instagram @brauereiganter*



GANTER
Freiburger Braukultur