

F 01 Fitness- und Vitalsportwoche in Andalusien

Im kommenden Jahr bietet der TVM wieder eine Fitness- und Vitalsportreise an. 2019 geht es nach Andalusien. Unsere Unterkunft, das 4-Sterne Hotel „Occidental Isla Cristina, ist 7 Gehminuten vom Strand und 20 km von der Grenze zu Portugal entfernt. Nach Huelva sind es 45 Fahrminuten. Isla Cristina ist eine bezaubernde, vom Fischfang geprägte Hafenstadt. Sie ist umgeben vom Marschland des Naturschutzgebietes Marismas de Isla Cristina. Natürlich bieten wir auch 2019 wieder täglich ein Fitnessprogramm an wie z.B. Walking, Body-Workout, Aerobic etc. Das Hotel verfügt nicht über eine Fitnessstudio ähnliche Ausstattung.

Termin: 20.-27.03.2019
Leitung: Sabrina Meister
Leistungen: 7 ÜN; all inclusive im DZ/EZ mit DU/WC; Föhn; SAT-TV; Klimaanlage; inkl. Zug zum Flug; Aktiv-Programm

Meldeschluss: 30.10.2018
Kosten: 919 € p. P. im DZ
899 € p. P. im DZ m. GYM CARD
(bitte GYM CARD-Nr. angeben)
1.019 € im EZ
999 € im EZ mit GYM CARD
(bitte GYM CARD-Nr. angeben)

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen



F 02 TVM-Wellness-Tag

TVM-Wellness-Tag im Hotel „Heinz“, Höhr-Grenzhausen
Speziell für Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Generation „50 Plus“, ist der TVM-Wellness-Tag gedacht. Unser Wellness-Angebot ist ein Mix von Tai Chi, Yoga & Pilates, Rücken-Fit, Stretch & Relax sowie –witterungsabhängig– einer kleinen Wanderung.

Termin: a) 23.05.2019
b) 19.09.2019

Leitung: Sabrina Meister
Leistungen: Begrüßungsgetränk; Wellnessprogramm; Mittagessen, Kaffeepause, sowie Saft und Obst.

Meldeschluss: a) 26.04.2019
b) 23.08.2019

Kosten: 89 € p. P.

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

F 03 Wanderfreizeit Ratschings

Unzählige Naturschönheiten in einer einmaligen Landschaft -Wandergenuss vom Feinsten-
Bei allen Wandertouren handelt es sich um leichte bis mittelschwere Wanderungen bis max. 5 Std. reine Gehzeit. Die Wege sind ungefährlich, aber etwas Wanderübung/Kondition ist erforderlich.

Termin: 07.-14.07.2019
Leitung: Günter & Helga Wiegel
Leistungen: 7 ÜN HP im 4-Sterne Hotel „Seeber“; Zimmer mit DU/WC; 5 geführte Wandertouren/Ausflüge; versch. Fahrten mit dem Bus; inkl. „activeCard“; Benutzung der Saunalandschaft und Schwimmbad (teilw. gegen Gebühr)

Meldeschluss: 01.12.2018
Kosten: 849 € p. P. im DZ
829 € p.P. im DZ mit GYM CARD
(bitte GYM CARD-Nr. angeben)
EZ-Zuschlag: 120 €

Teilnehmerzahl: 25 Personen



Ihr Kurzurlaub am Rhein!

Wohlfühlstage des Turnverbandes Mittelrhein in der Sportschule, direkt am Rhein. Wir bieten Ihnen günstige Übernachtungsmöglichkeiten in gemütlichen und gepflegten Doppel- und Einzelzimmern. Die Innenstadt mit ihren Sehenswürdigkeiten, kulturellen Angeboten und kulinarischen Genüssen ist problemlos zu Fuß zu erreichen. Familien und Vereinsgruppen sind herzlich willkommen.

Info: TVM 0261/135-152 oder www.turnschule-oberwerth.de

Anmeldungen und Informationen zu den hier angebotenen Reisen:

Turnverband Mittelrhein
Rheinau 10 · 56075 Koblenz

Rolf Mäckler
reisen@tvm.org · Tel.: 0261/135-152

Christine Brodmann
christine.brodmann@tvm.org · Tel.: 0261/135-156

www.tvm.org

Veranstalter: **TVM** 
SPORTMARKETING GMBH

Es gelten die allgemeinen Reisebedingungen der TVM Sportmarketing GmbH.

Fotos: www.fotolia.com Titelseite: ©Konstatin Yuganov, ©elhariz, ©serkat Photography, ©Lukas Gajda
Innenseiten: ©dell, Fitnessreise: ©133833399, Wanderfreizeit: ©143989282, ©water-427536_1920



GYM WELT

Reisen 2018/2019

Outdoor – Fitness – Wandern – Ski

www.tvm.org

turnen bewegt

S 01 TVM-Fortbildungslehrgang für Trainer-C-Natursport Winter und Übungsleiter Ski und Snowboard

Fortbildungen dienen der Auffrischung und Ergänzung von vorhandenem Können und Wissen. Vermittelt werden die neuesten Inhalte aus Lehrwesen und Technik: Didaktik und Methodik, sportliches Fahren, Erweitern der Erfahrungen, Bewegungslehre. Themenschwerpunkte werden in einem gesonderten Anschreiben benannt. Skigebiet: Stubai Gletscher.

Termin: 22.-25.11.2018
Leitung: Lehrteam Wintersport
Leistungen: 3 Tage HP im *** Sporthotel „Brugger“, Fulpmes/Stubaital, ÜN in DZ bzw. Mehrbettzimmern mit DU/WC. Das Sporthotel Brugger verfügt über einen großen Saunabereich. Mit der Anmeldung wird automatisch ein 3-Tage-Skipass bestellt. Liftpass-/Übernachtungswünsche, die vom Angebot abweichen, müssen in eigener Regie realisiert werden. Infos zum Hotel: www.sporthotel-brugger.at

Meldeschluss: 02.11.2018

Kosten inkl. Lehrgangsgebühr:
445 EUR p. P. Trainer-C-Natursport Winter bzw.
405 EUR p.P. Ski-ÜL-Oberstufe *

02/03 TVM-Ausbildungslehrgang Praxis I + II für Trainer-C-Natursport Winter

Erster Teil der Praxisausbildung, aufbauend auf das Basismodul 1. Lizenzstufe für Teilnehmer/innen aus TVM-Mitgliedsvereinen. Bitte die Informationen auf unserer Homepage beachten: www.tvn.org

Zweiter Teil der Praxisausbildung und Prüfungslehrgang, aufbauend auf das Basismodul 1. Lizenzstufe und Praxis I. Basierend auf den aktuellen DVS-Lehrplänen wird ein moderner Unterricht entwickelt.

Termin S 02: 22.-25.11.2018
Termin S 03: vsl. rhld.-pfälzische Osterferien (7 Tage)
Leitung: Lehrteam Wintersport
Leistungen: s. Fahrt S 01

Meldeschluss S 02: 02.11.2018
Meldeschluss S 03: n.n.

Kosten inkl. Lehrgangsgebühr:
S 02: 455 EUR
S 03: n.n.

S 04 Dolomiti-Superski

Die Dolomiten trumpfen mit 1.200 Kilometern traumhaft präparierter Pisten, sanften Abfahrten, Funparks sowie modernen Bergbahnen in 12 Skigebieten mit insgesamt 1.200 Pistenkilometern und 450 hochmodernen Liftanlagen auf und bilden somit das größte Skigebiet weltweit. Erleben Sie puren Schneegenuss auf den verschneiten Hängen der 3.000 Meter hohen Marmolada. Egal, für welche Piste Sie sich entscheiden, Ihre Skifahrerwünsche werden in den Dolomiten garantiert in Erfüllung gehen. Eine Vielzahl gemütlicher Berghütten laden ein, den italienischen Lebensstil zu genießen. Zentral in Wolkenstein gelegen zeichnet sich das renovierte Hotel „des Alpes“ besonders durch seine sehr gute Küche aus. Infos zum Skigebiet: www.dolomitisuperski.com

Termin: 19.-26.01.2019
Leitung: Günter Wiegel
Leistungen: 7 Tage HP im Hotel „des Alpes“, ÜN im DZ mit DU/WC, skiläuferische Betreuung. Eigene Anreise.

Meldeschluss: 16.12.2018
Kosten : 749 EUR p .P. im DZ; 100 EUR EZ-Zuschlag

S 05 Ski Alpin in den Winterferien NEU!!

Erstmals bietet der Turnverband Mittelrhein in den rheinland-pfälzischen Winterferien eine Ski Alpin Freizeit in Ratschings an. Ursprünglich, vielfältig und modern, so könnte man das Skigebiet Ratschings-Jaufen in wenigen Worten beschreiben. 25 km schneesichere Pisten sowie acht leistungsstarke und komfortable Aufstiegsanlagen – das sind harte Fakten. Unsere Unterkunft – das bekannte Hotel „Seeber“, mit seiner hervorragenden Küche und dem großzügigen Wellnessbereich, liegt in unmittelbarer Nähe der Talstation. Dies bedeutet: „Auf die Bretter, fertig los“. Infos zum Hotel: www.hotel-seeber.com

Termin: 23.02.-02.03.2019
Leitung: Willi Becker
Leistungen: 7 Tage HP im **** Hotel „Seeber“, ÜN im Doppel- bzw. Familienzimmer mit DU/WC. Das Haus verfügt über einen Relax-Bereich

reich mit Schwimmbad, finnische Sauna, Dampfsauna, Kneippbad u.v.m., teilweise gegen Gebühr, Guiding im Skigebiet

Meldeschluss: 04.01.2019
Kosten : 875 EUR p. P. im DZ. Preise für Familienzimmer auf Anfrage

S 06 Ski-Alpin-Freizeit

Das Skigebiet Ratschings-Jaufen (1.300-2.100m) zählt zu den modernsten und schneesichersten in Südtirol. Auf den abwechslungsreichen Skipisten finden sowohl Skifahrer und Carver, als auch Snowboarder aller Könnensstufen ihre Sportliche Herausforderung. Die acht urigsten Hütten laden zu jeder Tageszeit zum Einkehren ein. Wer dann noch nicht genug hat, kann die neu angelegte Rodelbahn für sich entdecken. Das bekannte Hotel „Seeber“, mit seiner hervorragenden Küche, liegt in unmittelbarer Nähe der Talstation. Dies bedeutet: „Auf die Bretter, fertig los.“

Termine: a) 13.-20.04.2019
b) 20.-27.04.2019
Leitung: a) Norbert Munsch
b) Katja Kroll
Leistungen: 7 Tage HP im **** Hotel „Seeber“, ÜN im DZ mit DU/WC, Schwimmbad, Relax-Bereich mit finnische Sauna, Dampfsauna, Kneippbad und Massageduschen, Solarium und Whirlpool gegen Gebühr, inkl. Skikurs. Eigene Anreise

Meldeschluss: 01.03.2019
Kosten: Termin a+b jeweils 775 EUR p. P. im DZ; EZ-Zuschlag: 120 EUR; Romantik-Zimmer-Zuschlag: 60 EUR p. P. bei Doppel- oder Mehrbettbelegung

* Der Anmeldung ist die Kopie des gültigen Oberstufen-Ausweises (IVS) beizufügen, da sonst keine Ermäßigung möglich ist.