



## TSV 1847 Weißenhorn e.V.

### Neue Kurse ab Herbst 2023

#### Weitere neue Kurse ab Herbst 2023

**Power Pump – mittwochs ab 20.09.2023 von 19.00 – 20.00 Uhr**

Power Pump ist ein ausgewogenes Ganzkörpertraining mit Langhantel, Hantelscheiben usw.

Kursgebühren 10 Einheiten Mitglieder € 42 / Nichtmitglieder € 82

Der Kurs findet im Bananas Fitnessstudio in Weißenhorn unter der Leitung von Conny Zacher-Link statt.

**Präventionsgymnastik Frauen – montags, ab 18.9.2023 von 19.30 – 20.30 Uhr**

Funktionelle Gymnastik, Koordinationsübungen, Ausdauer-, Dehn- und Entspannungsübungen, Verhaltensstabilisation bzw. -veränderungen zur Verbesserung der Lebensqualität.

Der Kurs findet bis Ostern 2024 statt.

Kursgebühren Mitglieder € 50 Nichtmitglieder € 90

Der Kurs findet in der Turnhalle der Wilhelm-Busch-Schule Weißenhorn unter der Leitung von Irmgard Markthaler statt.

**Spinning – immer freitags, ab 6.10.2023 von 17.30 – 18.30 Uhr**

Der Kurs ist speziell für Anfänger gedacht, Frauen und Männer jeden Alters können mit radeln.

Auf speziellen Rädern machen wir mit motivierender Musik eine virtuelle Tour auf Straßen und auf Berge. Während der gelenkschonenden, effektiven Trainingsstunde fahren wir auf unterschiedlichem Level. Somit ist es das ideale Training zur Fettverbrennung, zur Kräftigung des Herz-Kreislauf-Systems und zur Verbesserung der allgemeinen Fitness.

Wie intensiv das Training ist kann jeder individuell durch den Widerstand am Rad einstellen. Bitte unbedingt ein Handtuch und eine volle Trinkflasche mitbringen.

Kursgebühren 8 Einheiten Mitglieder € 34 / Nichtmitglieder € 66

Das Training findet im Mamaita Trainingsstudio, 89250 Senden-Hittisstetten unter der Leitung von Miranda Reiterberger statt.

**Unser gesamtes Kursprogramm finden Sie auf unserer Homepage.**

Anmeldungen und nähere Informationen über unsere Homepage [www.tsv-weissenhorn.de](http://www.tsv-weissenhorn.de),

Geschäftsstelle des TSV Weißenhorn telefonisch (07309/4263490)

per Mail an [info@tsv-weissenhorn.de](mailto:info@tsv-weissenhorn.de) oder persönlich.

MONI EBERHARDT, GESCHÄFTSSTELLE



Als kleines Dankeschön gibt es ein Vesper in der TSV-Halle.

Meldet euch bei Interesse in der Geschäftsstelle telefonisch unter 07309/426 349-0 oder per Mail unter [altstadtlauf@tsv-weissenhorn.de](mailto:altstadtlauf@tsv-weissenhorn.de).

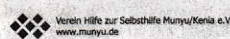
Weitere Informationen zum Lauf gibt es unter [www.tsv-weissenhorn.de](http://www.tsv-weissenhorn.de).

EUER ORGANISATIONSTEAM



## Weltladen Weißenhorn - Eine Welt e.V.

### Alice im Weltladen



### Botschafterin für den Verein Hilfe zur Selbsthilfe Munyu /Kenia e.V.

### Kenianische Studentin informiert sich im Weltladen in Weißenhorn

FOTO: MARGIT DÖRING



Alice Mweru, kenianische Studentin aus Munyu möchte wissen, was fairer Handel bedeutet.

Bei einem Praktikum im Weltladen Weißenhorn konnte sie sich umfangreich informieren:

Die Produzenten bekommen einen fairen Preis für ihr Produkt und haben so genügend Geld, um ihre

Kinder in die Schule zu schicken. Meist sind es Kleinbauernfamilien, die sich in einer Kooperative zusammengeschlossen haben und gemeinsam ihr Produkt vermarkten. Wie z.B. die in der Organisation PREDA aus den Philippinen, die Mangos vermarktet. Die reifen Mangos werden vor Ort getrocknet. Jetzt sind sie das FairProdukt des Monats August im Weltladen.

Alice kennt frische Mangos aus ihrem Heimatdorf Munyu. Und wie schmecken die getrockneten Mangos aus den Philippinen? Ihre Antwort: „Mmmmh, lecker!!“

Alice sagt Asante Sana! Vielen Dank an das Weltladenteam für die vielen Informationen über Fair Trade!

MARGIT DÖRING

VEREIN HILFE ZUR SELBSTHILFE MUNYU /KENIA E.V.



## Abteilung Leichtathletik

### Altstadtlauf Rahmenprogramm Bericht Gesucht: Musiker für den Altstadtlauf 2023

Die Abteilung Leichtathletik des TSV 1847 Weißenhorn veranstaltet am Sonntag, den 15. Oktober 2023 den 29. Weißenhorner Altstadtlauf. Damit die Läufer bei unserem Altstadtlauf motiviert ihre Bestzeiten erreichen, suchen wir für die Strecke Bands, Musiker oder Kapellen, die mit ihren Rhythmen die Läufer anfeuern.