

Wir alle sind ein Verein – ein Verein, der bewegt!

TURNVEREIN 1848 Ober-Olm e.V.

Homepage: www.tvoo.de



NEWSLETTER 02/2020

Liebes Mitglied,
liebe Sportlerinnen und Sportler,

Du willst nicht auf den gewohnten Sportprogramm verzichten oder mal etwas Neues ausprobieren? Dann bist du auf dem Instagram Live Account des TV Ober-Olm genau richtig. Hier gibt es fast täglich Live Workouts zum Mitmachen, die dann weitere 24 Stunden verfügbar sind.

Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, Workouts über den YouTube Kanal der Gemeinde Ober-Olm anzusehen und mitzumachen:

<https://www.youtube.com/channel/UCp9tbm4RFK92G2VVssy-DUA/videos>.

Instagram: @TVOBER-OLMLIVE

YouTube: Ober-Olm oder auch zu finden unter: <https://www.ober-olm.de/>

Bislang auf YouTube zu sehen sind: Tabata mit Jasmin und Bauch-Beine-Po mit Iris. Weitere Videos folgen. Die Beiträge auf dem Youtube Kanal werden zu den angegebenen Zeiten erstmalig gesendet und sind danach weiter verfügbar.

Wer Fragen zum Einrichten des Instagramkontos hat, kann sich bei Jasmin Rat holen:

jasmin.bangel@tvoo.de.

Unser Kursprogramm vom 30.03- 03.04. auf YouTube und/oder Instagram:

Montag: 19:20 Uhr Bauch Beine Po mit Iris (YouTube und Instagram)

Dienstag: 19:30 Uhr Vinyasa Yoga mit Daniela (YouTube und Instagram)

Mittwoch: 19:30 Uhr D3 Rücken mit Jasmin (YouTube und Instagram)

Donnerstag: 19:30 Uhr Pilates mit Ellen (YouTube)

Freitag: 18:30 Uhr Tabata mit Jasmin (Instagram)

Personal Online-Trainer

Jasmin Bangel bietet ihre Dienste als Online-Personaltrainerin an. Wer sich von ihr einen individuellen Trainingsplan erstellen lassen und/oder ein Personal Training mit ihr machen möchte, meldet sich bitte bei jasmin.bangel@tvoo.de.

Wir alle sind ein Verein – ein Verein, der bewegt!

Quiz und Song mit Pit

In Coronazeiten werden alle erfinderisch, so auch unser Pit. Er hat einen TVOO-Song vorbereitet und wird damit demnächst auf YouTube zu sehen und zu hören sein.

Unser Pit singt nicht nur, er hat auch für unsere Sportkinder ein Quiz vorbereitet. Du findest es im Anhang: Einfach ausfüllen und mit Angabe des Namens und Alters an info@tvoo.de schicken. Es warten coole Preise auf alle richtigen Einsender.

„Halte durch und bleib fröhlich“-Grüße von Mitgliedern für Mitglieder

Wir haben derzeit nicht viele soziale Kontakte, und das ist auch gut so, schließlich wollen wir die Ausbreitung des Coronavirus zum Schutz unserer älteren und gesundheitlich vorbelasteten Mitbürger verlangsamen. Abstand halten muss aber nicht soziale Kälte bedeuten. Daher wäre es schön, wenn du uns Grüße in Postkartenform zukommen lassen würdest. Das können gemalte Grüße sein, in Versform oder was immer dir einfällt, um deinen Mitmenschen ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Die Karten werden täglich wechselnd auf unserer Homepage zu sehen sein und stehen dort auch zum Herunterladen zur Verfügung. Mach mit, sei kreativ!

Es grüßt herzlich im Namen des Vorstands
Antoinette Malkewitz