



**SPORT – UND SPIELGEMEINSCHAFT WUPPERTAL 1863 e.V.**

# --- NEWSMAIL ---

Mittwoch, 19. April 2017

Hallo ,

## **SSG Wuppertal 1863 e.V. - der neue alte Verein im Tal**

### **Gründungsvereine:**

**BTG 1863 e.V. \* TSV 1887 e.V. \* TV Friesen 1884 e.V**



Die SSG Wuppertal 1863 e.V. ist aus der Verschmelzung der traditionsreichen Barmer Turngemeinde 1863 e.V., dem TV Friesen 1884 e.V. und dem TSV Wuppertal 1887 e.V. hervorgegangen, um Qualität und Umfang des Sport- und Bewegungsangebots den heutigen Anforderungen an einen leistungsfähigen Sportanbieter gerecht zu werden.

### **Wir bewegen Generationen**

Die neugegründete SSG Wuppertal 1863 e.V. versteht sich als moderner Leistungs- und Breitensportanbieter, dem eine gute Jugendarbeit ganz besonders am Herzen liegt. Gut ein Drittel unserer Mitglieder sind Kinder und Jugendliche.

Aber auch alle anderen Altersgruppen finden ein sportliches Zuhause in unserem neuen Verein.

In den regionalen Sportstätten in Wuppertal haben wir ein umfangreiches Sportangebot für Alle zusammengestellt. Die Aktivitäten reichen über diverse Freizeit- und Bewegungssportangebote im Hobbybereich wie Basketball, Gymnastik für Männer und Frauen, Faustball, Fußball, Fitness, Parkour, Inline Skating, Eltern und Kind Turnen, Kleinkinderturnen, Kinderturnen, Kindertanz, Schwimmen, Nordic Walking, Workout Fitness, Jazz Tanz, Line Dance, Modern Dance, bis hin zu Wettkampfsportarten wie Badminton, Handball, Volleyball, Sportkegeln, Prellball und Geräteturnen.

Wir sehen uns damit als wichtigen lokalen Anlaufpunkt für alle Menschen in unserer Stadt, die Spaß an Bewegung, Kommunikation und nicht zuletzt an Freundschaft und Geselligkeit haben.

Eine aktuelle Übersicht über unsere Sportangebote haben wir [hier](#) auf der SSG Homepage bereitgestellt.

## Neue Fitness und Gesundheitskurse starten direkt nach den Osterferien bei der SSG Wuppertal. Aktiv zurück in den Alltag nach den Ferien

Direkt nach den Osterferien starten in der SSG Wuppertal bereits die neuen Kurse zu den Themen Gesundheitssport und Fitness.

Am 27. April beginnt der neue **Zumba® Fitness Kurs** mit einem fast unerschöpflichen Repertoire an Übungen, die wirklich Spaß machen – und bis zu 1200 Kalorien in der Stunde verbrennen!

**Jetzt Neu – dieser Zumba Kurs ist für Mitglieder der SSG Wuppertal kostenfrei!**

27. April beginnt auch unser sehr beliebtes und bereits auf 3 Kurse erweitertes **Pilates**-Angebot. Bei **Pilates – und die Faszien sind dabei** - handelt es sich um ein schonendes, ganzheitliches Körpertraining, bei dem insbesondere die Tiefenmuskulatur des Rumpfes gekräftigt wird, die zur Stabilisierung der Wirbelsäule beiträgt.

Eine Woche später am 3. Mai startet das Angebot „**Funktionelles Zirkeltraining**“ zur Kräftigung der Muskeln mit dem eigenen Körpergewicht, Förderung von Stabilität und Mobilität des Körpers und Verbesserung der eigenen Kondition und Koordination.

Infos und Anmeldung unter  
[www.ssg-wuppertal.de](http://www.ssg-wuppertal.de)

Wir freuen uns auf Sie/Euch.

Sportliche Grüße  
Ihr/Euer SSG Wuppertal Newsmail Team

## Wir bewegen Generationen

Diese Nachricht wurde an folgende Adresse versendet: ?????@web.de. Wenn Sie weiterhin E-Mails von der SSG Wuppertal erhalten möchten, fügen Sie unsere Adresse Ihrem Adressbuch hinzu.

SSG Newsmail [abmelden](#)

© 2017 SSG Wuppertal 1863 e.V., Fuchsstr. 12, 42285 Wuppertal | [www.ssg-wuppertal.de](http://www.ssg-wuppertal.de)