

Der TuS – “Stundenplan“

Stand: Februar 2020

Montag

18.45-19.45	Cross-Training für Jugendliche ab 13 Jahre	Sophie Straubel
20.00-21.00	Cross-Training für Männer und Frauen	Melanie Gabriel

Dienstag

16.30- 17.30	Seniorinnen-Gymnastik	Magarethe Schlink
20.00-22.00	Männer-Sportgruppe	Egon Jakoby

Mittwoch

09.00-10.00	Sport pro Gesundheit- Pilates	Christiane Zehringer
15.00-15.45	Eltern-Kind-Turnen	Heike Zilz
15.45-16.30	Kinderturnen 3-4 Jahre	
16.30-17.30	Kinderturnen 5-6 Jahre	
17.30-18.30	Mädchenturnen ab 6 Jahre	

Donnerstag

18.30-19.30	Jugend/Junge Erw. Step-Fit	Sandra Reis
19.30-20.30	Damen 40+ Fitness-Mix	Christiane Zehringer
20.30-21.30	Sport pro Gesundheit:Rückenfit Männer/Frauen	

Freitag

16.45-17.45	Ballspiele für Kinder ab 6 Jahre	Sophie/Alia Sausen
18.00-19.00	Strong by Zumba	Melanie Gabriel
20.00-21.00	Freizeitkicker	Daniel Molitor