

Große Halle TUS

Große Halle TUS					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
08:20 - 13:20 Schule1 Extern	7:45 - 11:00 Schule2 Extern	7:45 - 13:00 Schule2 Extern	7:45 - 9:00 Schule2 Extern	08:20 - 13:20 Schule1 Extern	
14:15 - 15:30 Schule2 Extern	11:30 - 13:00 Schule1 Extern		10:00 - 11:00 Pamperszwerge (1 -2 Jahre) Moubarak		
15:30 - 16:30 Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre) Stepheie		14:30 - 16:00 Badminton HBV Sichtungstraining	11:30 - 13:00 Schule1 Extern	16:00 - 17:30 Badminton SKIB & Anfänger	Samstag 16:00 - 18:00 Badminton Eltern/Kind nach Ankündigung
16:30 - 18:30 Badminton Kader HBV	15:00 - 17:00 Badminton Jugend befristet bis August 2023	16:00 - 17:00 Turnmäuse (ab 4 Jahre) Moubarak	15:00 - 16:30 Turnfrösche (ab 6 Jahre) Moubarak	17:30 - 19:00 Badminton Leistungstr. Jugend/Schüler	
18:30 - 20:00 Badminton Schüler/Jugend Mannschaft	17:00 - 19:30 Tischtennis Jugend	17:00 - 19:00 Badminton Jugend/Schüler Leistung	17:00 - 19:00 Tischtennis Jugend	19:00 - 20:30 Badminton Leistungstr. Jugend & Erw.	
20:00 - 22:00 Badminton Erwachsene Leistungstr.	20:00 - 22:00 Badminton Erwachsene befristet bis August 2023	19:00 - 22:00 Badminton Erwachsene Leistungstr.	19:00 - 22:00 Tischtennis Erwachsene	20:30 - 22:30 Badminton Erwachsene	

Gymnastiksaal

Gymnastiksaal					
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
	08:00 - 09:00 YOGA am Morgen Tine - Fortgeschrittene				Samstag 10:00 - 14:00 ITTV
	09:00 - 10:00 Rückbildungskurs Julie (mit Zuzahlung)				Sonntag 10:30 - 16:00 Tischtennis freies Training
10:00 - 12:00 Fröhlicher Tanzkreis Moni	10:15 - 11:00 Fit in den Tag Ingeborg		10:00 - 11:00 Pilates am Morgen TuS/TG, Julie		
		14:30 - 15:30 Aktiv bis 100 (Gruppe 1) Gabi	14:30 - 15:30 Aktiv bis 100 (Gruppe 2) Gabi		
	17:00 - 18:00 Vorballett Cordula			16:30 - 17:45 Yoga für den Rücken Cordula - alle Level	
18:00 - 19:00 Sanftes Training Andrea B.	18:00 - 19:00 YOGA Tine - Fortgeschrittene	17:45 - 19:00 Rückenfitness Ingeborg	18:00 - 19:00 Cardio Fitness Ursula		
19:00 - 20:00 Pilates und mehr Andrea B.	19:00 - 20:00 YOGA Evening Flow Julia - Anfänger	19:00 - 20:00 Body Feeling Andrea B.	19:00 - 20:00 HIIT (High Intensity Interval) Moubarak		
20:00 - 22:00 Systema Selbstverteidigung Kai	20:00 - 22:00 Tischtennis Erwachsene	20:00 - 22:00 Systema Selbstverteidigung Kai	20:00 - 22:00 Tischtennis Erwachsene		

Schützenheim

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
16:30 - 19:00 Jugend - LS Luftdruckwaffen			16:30 - 19:00 Jugend - LS Luftdruckwaffen	16:00 - 21:00 Jugend - LS Luftdruckwaffen	Samstag 16:30 - 20:00 Trainging im LLZ nach Trainingsplan
19:00 - 20:00 Erwachsene LP und LG			19:00 - 20:00 Erwachsene LP und LG		
19:00 - 20:00 Erwachsene Luftdruckwaffen und Auflage			19:00 - 20:00 Erwachsene Luftdruckwaffen und Auflage		

Boulebahn

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
11:00 - 16:00 Boule feste Gruppe	16:00 - 19:00 Boule		10:00 - 13:00 Boule	15:00 - 18:00 Boule	

August-Gräser-Schule

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
				19:00 - 20:00 Bleib' fit Moubarak	
				20:00 - 22:00 Volleyball freies Spielen	

Minna-Specht-Schule

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
	19:00 - 20:00 Crosstraining TG/TuS Ursula	18:00 - 19:30 Leichtathletik, ab 12 Jahre TG/TuS - alle Leistungsklassen, Moubarak			

Outdoor, Treffpunkt TUS Halle

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
			11:15 - 12:15 Mamafit (mit Kinderwagen) Julie	09:00 - ca 10:30, je nach Kondition Walking, m/w Gerd	
	17:30 - 19:00 Radsportgruppe TG/TuS Chrisi & Achim				

Outdoor, Sportgelände Schwanheimer Bahnstraße

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag & Sonntag
				19:00 - 20:30 Crosstraining TG/TuS	