

# TGS-Sportangebote ab 03.01.2022



## Montag

13.30-14.30	Gymnastik für Ältere	Halle	Hildegard Satter
15.00-16.00	Babys in Bewegung (Kurs) siehe Link Homepage	Halle	Katja Kowalk
17.00-18.30	Fußball (ab 7 Jahren)	Pfarrer-Grimm-Bolzplatz Maler-Becker-Schule	Uwe + Paul Sarsik
17.45-18.45	Pilates (Kurs) - siehe Link Homepage	Halle	Claudia Schiffter
19.00-20.00	Bodystyling	Halle	Katja Kowalk
20.00-21.30	Musical Jazztanz	Halle	Aquja Eulenburg

## Dienstag

9.30-10.30	Wirbelsäulengymnastik	Halle	Katja Kowalk
10.45-11.45	Wirbelsäulengymnastik	Halle	Katja Kowalk
13.30-14.30	Wirbelsäulengymnastik	Halle	Katja Kowalk
14.30-15.30	Kindertanzen (5+6 Jahre)	Halle	Nicole Nürnberger
15.00-16.00	Kindertanzen (7+8 Jahre)		
16.00-16.45	Kinderturnen (3-5 Jahre)	Halle	Ruth Ludwig
17.00-18.00	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Halle	Ruth Ludwig
19.00-20.00	Wirbelsäulengymnastik	Halle	Katja Kowalk
20.15-22.00	Badminton	Halle	Christofer Ludwig

## Mittwoch

9.30-10.30	Stuhlgymnastik für Senioren	Halle	Katja Kowalk
11.00-12.00	Babys in Bewegung (Kurs) siehe Link Homepage	Halle	Katja Kowalk
16.00-17.15	Fit & Fun I (6-9 Jahre)	Halle	Tanja Zimmer Eva Krudewig
17.30-19.00	Fit & Fun II (ab 10 Jahre)	Halle	Tanja Zimmer Eva Krudewig
19.00-20.00	Fitness Workout in den Herbst	Halle	Claudia Schiffter

## Donnerstag

9.30-10.30	Wirbelsäulengymnastik	Halle	Katja Kowalk
14.00-15.00	Fitnessstraining Frauen 60+	Halle	Hildegard Satter
15.00-16.45	Boule	Vorplatz	Birgit Staudt
16.00-17.00	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Halle	Manuela von Massow
17.00-18.00	Turntiger (3-5 Jahre)	Halle	Manuela von Massow
19.00-21.00	Fitnessstraining Männer 60+	Halle	Katja Kowalk

## Freitag

9.00-10.30	Nordic Walking	Vorplatz	Roland Wagner
14.30-15.30	Bewegte Fitness (4+5 Jahre)	Halle	
15.30-16.30	Ballspiel (5-7 Jahre)	Halle	
16.30-17.30	Ballspiele (ab 5 Jahre)	Halle	Paul + Uwe Sarsik
17.30-18.30	Leichtathletik (ab 7 Jahre)	Halle	Paul + Uwe Sarsik

Im Innenbereich müssen alle Teilnehmer und ÜL geimpft oder genesen sein. Es muss zusätzlich ein negativer Testnachweis (nicht älter als 24h) erbracht werden (Selbsttest vor Ort ist nicht möglich). Die Testpflicht entfällt für geimpfte Personen, wenn sie einen Nachweis über eine Auffrischungsimpfung in verkörperter oder digitaler Form vorweisen.

Für Kinder bis 12 Jahren gilt keine Zusatzbeschränkung. Für Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren gilt die 3G-Regelung.

Alle weiteren Informationen sind im TGS-Hygienekonzept auf der Homepage zu finden.