

# TGS-Sportangebote ab 02.05.2022



## Montag

10.30-11.15	Babys in Bewegung (Kurs) siehe Link Homepage	Halle	Katja Kowalk
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
20.00-21.45	Volleyball für Frauen und Männer	Gleisbergschule	Roland Neß
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
19.00-20.30	Fitness Workout	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	Nicole Nürnberger
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
16.30-17.30	Ballspiele (ab 5 Jahre)	Halle	Paul + Uwe Sarsik
17.30-18.30	Leichtathletik (ab 7 Jahre)	Halle	Paul + Uwe Sarsik

Die Regelungen in der aktuellen Corona-Durchführungs-Verordnung Rheinland-Pfalz in der jeweils geltenden Fassung sind zu beachten.

Beim Betreten des Geländes empfehlen wir den Sportteilnehmern, ihre Hände mit dem zur Verfügung gestellten Mittel zu desinfizieren.

Bei jeglichen Krankheitssymptomen (wie z.B. Erkältungssymptome), darf nicht am Trainingsbetrieb teilgenommen werden.