

# TGS-Sportangebote ab 01.01.2026

Alle grau hinterlegten Kurse siehe Homepage ([www.tgs-gonsenheim.de](http://www.tgs-gonsenheim.de))



## Montag

11.00-11.55	Zumba Gold (Kurs)	Siehe Homepage Kurse	Horst Leder
13.30-14.30	Gymnastik für Ältere	Halle	Hildegard Satter
16.30-17.30	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Halle	Edna Bergmann
17.00-18.30	Fußball (ab 7 Jahren)	Pfarrer-Grimm-Bolzplatz Maler-Becker-Schule	Uwe + Paul Sarsik
17.30-18.45	Pilates (Kurs)	Siehe Homepage Kurse	Claudia Schiffter
19.00-20.00	Bodystyling	Halle	Katja Kowalk
20.00-21.45	Volleyball für Frauen und Männer	Gleisbergschule	Lukas Linden
20.00-21.30	Jazzdance (Mittelstufe)	Halle	Christine Ertelt

## Dienstag

9.30-10.30	Wirbelsäulengymnastik	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann
10.45-11.45	Wirbelsäulengymnastik	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann
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
19.10-20.10	Rücken Fit	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann
20.15-22.00	Badminton	Halle	Christofer Ludwig

## Mittwoch

9.30-10.30	Sitzgymnastik für Senioren	RhTB	K.Kowalk/E.Bergmann
16.00-17.15	TurnFit & Fun (6-9 Jahre)	Halle	Edna Bergmann, Alexandra Rehm
17.30-19.00	TurnFit & Fun (ab 10 Jahre)	Halle	Edna Bergmann, Tanja Zimmer, Eva Krudewig
19.00-20.00	Fitness Workout	Halle	Claudia Schiffter
20.00-22.00	Volleyball für Frauen und Männer	Kanonikus-Kir-Schule	Lukas Linden

## Donnerstag

09.30-10.30	Wirbelsäulengymnastik 60+	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann
13.30-14.30	Fitnessstraining Frauen 60+	Halle	Hildegard Satter
15.00-17.00	Boule	Vorplatz	Birgit Staudt
16.00-17.00	Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)	Halle	Amelie Quapil
17.00-18.00	Turntiger (3-5 Jahre)	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann
18.15-19.15	Fayo (Faszien-Yoga)	Halle	Horst Leder
19.15-21.00	Fitnessstraining Männer 60+	Halle	K.Kowalk/E.Bergmann

## Freitag

9.00-10.30	Nordic Walking	Vorplatz	Roland Wagner
15.30-16.30	Ballspiele (5-7 Jahre)	Halle	Edna Bergmann
16.30-17.30	Ballspiele (ab 8 Jahre)	Halle	Edna Bergmann
17.30-18.30	Leichtathletik (ab 7 Jahre)	Halle	Edna Bergmann
19.00-21.00	Historisches Fechten	Halle	Joachim Bartsch

## Samstag

10.30-11.30	Aroha (Kurs)	Siehe Homepage Kurse	Claudia Schiffter
-------------	--------------	----------------------	-------------------