

# TGS-Sportangebote ab 01.08.2026



## Montag

|             |                                  |                                                |                         |
|-------------|----------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------|
| 13.30-14.30 | Gymnastik für Ältere             | Halle                                          | Hildegard Satter        |
| 15.30-16.15 | Kinderturnen Maxis (4-5 Jahre)   | Halle                                          | Edna Bergmann           |
| 16.30-17.30 | Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)   | Halle                                          | Edna Bergmann           |
| 17.00-18.30 | Fußball (ab 7 Jahren)            | Pfarrer-Grimm-Bolzplatz<br>Maler-Becker-Schule | Paul Sarsik, Uwe Sarsik |
| 19.00-19.55 | Rücken und Faszien Fit           | Halle                                          | Claudia Schiffter       |
| 20.00-21.45 | Volleyball für Frauen und Männer | Gleisbergsschule                               | Lukas Linden            |
| 20.00-21.30 | Jazzdance (Mittelstufe)          | Halle                                          | Christine Ertelt        |

## Dienstag

|             |                                |       |                   |
|-------------|--------------------------------|-------|-------------------|
| 9.30-10.30  | Wirbelsäulengymnastik          | Halle | Edna Bergmann     |
| 10.45-11.45 | Wirbelsäulengymnastik          | Halle | Edna Bergmann     |
| 14.30-15.30 | Kindertanzen (5+6 Jahre)       | Halle | Nicole Nürnberger |
| 15.00-15.55 | 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 Aktiv                   | Halle | Edna Bergmann     |
| 20.15-22.00 | Badminton                      | Halle | Christofer Ludwig |

## Mittwoch

|             |                                  |                      |                               |
|-------------|----------------------------------|----------------------|-------------------------------|
| 9.30-10.30  | Sitzgymnastik für Senioren       | RhTB                 | Edna Bergmann                 |
| 15.30-16.30 | Parkour- Kids (7-10 Jahre)       | Halle                | Edna Bergmann                 |
| 16.45-17.45 | TurnFit & Fun (6-9 Jahre)        | Halle                | Edna Bergmann, Alexandra Rehm |
| 17.45-18.55 | TurnFit & Fun (ab 10 Jahre)      | Halle                | Edna Bergmann, Tanja Zimmer   |
| 18.00-20.00 | Boule                            | Vorplatz             | Eva Appel                     |
| 19.00-20.00 | Fitness Workout                  | Halle                | Claudia Schiffter             |
| 20.00-22.00 | Volleyball für Frauen und Männer | Kanonikus-Kir-Schule | Lukas Linden                  |

## Donnerstag

|             |                                  |          |                  |
|-------------|----------------------------------|----------|------------------|
| 09.15-10.15 | Fitnessgymnastik 60+             | Halle    | Edna Bergmann    |
| 13.30-14.30 | Fitnessstraining Frauen 60+      | Halle    | Hildegard Satter |
| 15.00-17.00 | Boule                            | Vorplatz | Birgit Staudt    |
| 15.00-15.45 | Kids in Motion (5-6 Jahre)       | Halle    | Edna Bergmann    |
| 16.00-17.00 | Eltern-Kind-Turnen (1-3 Jahre)   | Halle    | Edna Bergmann    |
| 17.05-18.00 | Kinderturnen Minis (3,5-5 Jahre) | Halle    | Edna Bergmann    |
| 19.00-20.00 | Fitnessstraining Männer 70+      | Halle    | Edna Bergmann    |

## Freitag

|             |                                  |          |                            |
|-------------|----------------------------------|----------|----------------------------|
| 9.00-10.30  | Nordic Walking                   | Vorplatz | Roland Wagner              |
| 10.00-11.00 | Mobil & Aktiv - Sturzprophylaxe  | Halle    | Edna Bergmann              |
| 15.30-16.25 | Ballsport (5-7 Jahre)            | Halle    | Edna Bergmann              |
| 16.30-17.25 | Ballsport (ab 8 Jahre)           | Halle    | Edna Bergmann, Paul Sarsik |
| 17.30-18.30 | Leichtathletik Kids (ab 7 Jahre) | Halle    | Edna Bergmann, Paul Sarsik |
| 19.00-21.00 | Historisches Fechten             | Halle    | Joachim Bartsch            |

Kursangebote: Zumba, Pilates, Aroha, fayor®  
und Hatha Yoga siehe Homepage bzw. Aushang

