

TuS Massenheim											
Belegungsplan Sport und Kulturhalle											
Uhrzeit	Montag		Dienstag	Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Uhrzeit			
09:00			Wirbel-Fit Senioren 09:30 – 10:30 Männer und Frauen ÜL: Gisela Bernhardt, Gerlinde Junker	Hock-Fit Sitzgymnastik 09:00 - 10:00 ÜL: Gerlinde Junker	Kinderturnen-KiTa 09:30 - 10:30 Kinder 5 bis 6 Jahre ÜL: Vanessa Clement		Kinderturnen-KiGa Massenheim	09:00			
09:15				09:15							
09:30				09:30							
09:45				09:45							
10:00				10:00							
10:15	10:15										
10:30	10:30										
10:45	10:45										
11:00	11:00										
11:15	11:15										
11:30	11:30										
12:00	12:00										
15:00			Eltern-Kind-Turnen Gruppe 1 16:00 -17:00 Kinder ab 1 Jahr ÜL: Monika Bünger-Pielach, Selena	Kinderturnen 16:00 - 17:00 3-6 Jahre ÜL: Monika Bünger-Pielach, Selena	Kinderturnen 16:30 - 18:30 ab 7 Jahre ÜL: Michaela Jursa ASS: Lina Christ		TCM Tennis nur Herbst / Winter	15:00			
15:15								15:15			
15:30								15:30			
15:45								15:45			
16:00								16:00			
16:15	Sportabzeichen 16:00 - 17:00 Erwachsene ÜL: Dieter Bäuscher	16:15									
16:30	16:30										
16:45	16:45										
17:00			Eltern-Kind-Turnen Gruppe 2 17:00 - 18:00 Kinder ab 1 Jahr ÜL: Monika Bünger-Pielach, Selena	Kinderturnen 17:00 - 18:00 3-6 Jahre ÜL: Monika Bünger-Pielach, Selena	Kinderturnen 16:30 - 18:30 ab 7 Jahre ÜL: Michaela Jursa ASS: Lina Christ		Handball Minis 16:30 - 17:30 5 - 8 Jahre ÜL: Martin Kreis	17:00			
17:15								17:15			
17:30								17:30			
17:45								17:45			
18:00								18:00			
18:15	ASV-Forellen Fußball	Zumba 18:00 - 19:00 Erwachsene ÜL: Monika Bünger-Pielach	DJK-Hochheim Fußball	Wirbel-Fit Senioren 18:30 - 19:30 ÜL: Gisela Bernhardt		Hula Hoop 18:00 - 19:00 Frauen ÜL: Kerstin Topel	18:15				
18:30							18:30				
18:45							18:45				
19:00							Kräftigung/Stretching 19:00 - 20:00 Erwachsene ÜL: Fiona Huth	Aufbautraining 19:00 - 20:00 Jugendliche ab 14 J ÜL: Michaela Jursa	Functional Workout 19:00 - 20:00 Erwachsene ÜL: Fiona Huth	Trimm Dich für Männer 19:00 -20:45 Erwachsene ÜL: Reinhard Bläsing	19:00
19:15							19:15				
19:30	19:30										
19:45	19:45										
20:00	Pilates 20:00 - 21:00 Erwachsene ÜL: Michaela Jursa		Tischtennis 20:00 - 21:00 Erwachsene ÜL: Jens Gutjahr	FPV Fliegen 20:00 - 21:00 ÜL: Jens Krieger	Functional Workout 20:00 - 21:00 Erwachsene ÜL: Elvis Kenfack	Rücken fit - Mach doch mit 19:00 - 20:00 Erwachsene ÜL: Monika Noll	20:00				
20:15	20:15										
20:30	20:30										
20:45	20:45										
21:00							Freizeitfußball 20:45 - 22:30 männliche Erwachsene ÜL: Daniel Opheys	Badminton 20:00 - 22:00 Erwachsene ÜL: Wolfgang Weigel	21:00		
21:15					21:15						
21:30					21:30						
21:45					21:45						
22:00					22:00						
	Lauftreff 18:30 - 19:30 ÜL: Martin Treisbach an der Halle		Walking 17:30 - 18:30 ÜL: Pamela Leisge an der Halle					Stand: 09.03.2026 ÜL=Übungsleiter			