

TuS Massenheim Belegungsplan Sport und Kulturhalle

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeit
09:15						09:15
09:30						09:30
09:45						09:45
10:00		Wirbelsäulengymnastik 09:30 – 10:30				10:00
10:15		Männer und Frauen	Yoga			10:15
10:30		ÜL: Gisela Bernhardt	10:00 - 11:00			10:30
10:45			Erwachsene			10:45
11:00		Wirbelsäulengymnastik 10:30 - 11:30	ÜL: Angela Adamo	Mach mit - bleib fit 10:30 - 12:00	Kinderturnen-KiGa Massenheim 10:00 - 11:15	11:00
11:15		Männer und Frauen		Senioren	Kinder 5 bis 6 Jahre	11:15
11:30		ÜL: Gisela Bernhardt		ÜL: Dieter Bäuscher	ÜL: Irene Schmidt	11:30
12:00						12:00
15:00						15:00
15:15						15:15
15:30				Zumba Kids 15:30 -16:30	<i>TCM Tennis nur Herbst/Winter</i>	15:30
15:45				Kinder ab 6 - 8 Jahre		15:45
16:00	Zirkeltraining 16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen Gruppe 1 16:00 -17:00	Kinderturnen 16:00 - 17:00	ÜL: Monika Bünge-Pielach		16:00
16:15	Erwachsene	Kinder ab 1 Jahr	3-6 Jahre			16:15
16:30	ÜL: Dieter Bäuscher	ÜL: Monika Bünge-Pielach	ÜL: Monika Bünge-Pielach			16:30
16:45				Kinderturnen/Sportabzeichen 16:30 - 18:30	<i>HSG-Handball Minnis</i>	16:45
17:00	Sportabzeichen 17:00 - 18:00	Eltern-Kind-Turnen Gruppe 2 17:00 - 18:00	Kinderturnen 17:00 - 18:00	ab 8 Jahre		17:00
17:15	Erwachsene/Jugendliche/Kinder	Kinder ab 1 Jahr	3-6 Jahre	ÜL: Michaela Jursa	17:15	
17:30	ÜL: Dieter Bäuscher	ÜL: Monika Bünge-Pielach	ÜL: Monika Bünge-Pielach	ASS: Paula Hensel	17:30	
17:45				ASS: Mike Peters	17:45	
18:00		Zumba 18:00 - 19:00			Hula Hoop 18:00 - 19:00	18:00
18:15		Erwachsene			Frauen	18:15
18:30	<i>ASV-Forelle</i>	ÜL: Monika Bünge-Pielach	<i>DJK-Fußball</i>		ÜL: Kerstin Topel	18:30
18:45						18:45
19:00	Aerobic "Mix" 19:00 - 20:00	Aufbautraining 19:00 - 20:00	Functional Workout 19:00 - 20:00	Body Shaping 19:00 - 20:00	Rücken fit mach doch mit 19:00 - 20:00	19:00
19:15	Erwachsene	Jugendliche ab 14 J	Erwachsene	Erwachsene		19:15
19:30	ÜL: Fiona Huth	ÜL: Michaela Jursa	ÜL: Fiona Huth	ÜL: Elvis Kenfack	Erwachsene	19:30
19:45					ÜL: Monika Noll	19:45
20:00	Pilates 20:00 - 21:00	Tischtennis 20:00 - 21:00	FPV Fliegen 20:00 - 21:00	Funktional Workout 20:00 - 21:00	Badminton 20:00 - 22:00	20:00
20:15	Erwachsene	Erwachsene	Erwachsene	Erwachsene		20:15
20:30	ÜL: Michaela Jursa	ÜL: Jens Gutjahr	ÜL: Jens Krieger	ÜL: Elvis Kenfack		20:30
20:45						20:45
21:00					Erwachsene	21:00
21:15					ÜL: Wolfgang Weigel	21:15
21:30			Freizeitfußball 20:45 - 22:00			21:30
21:45			männliche Erwachsene			21:45
22:00			ÜL: Sören Müller			22:00
	Lauftreff 18:30 - 19:30	Walking 17:30 - 18:30				
	ÜL: Martin Treisbach an der Halle	ÜL: Pamela Leisge an der Halle				

Legende:
Stand: 21.07.2023
ÜL= Übungsleiter