

Sportangebot der TSG-Biersdorf

Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Übungsleiter	Ort
Montag	16:30 – 18:15	Geräte- und Rhönradturnen für Kinder von 7 – 13 Jahren	Wernhild Jung	Turnhalle Biersdorf
	18:00 – 19:00	Zumbia*dancefit	Christiane Kämpflein	TSG Sportschule Weitefeld
	18:45 – 19:45	Reha Wirbelsäulen Gymnastik	Wernhild Jung	Herrmann-Gmeiner-Schule Daaden (Filmraum)
	20:00 – 21:00	Reha Wirbelsäulen Gymnastik Frauen	Wernhild Jung	Herrmann-Gmeiner-Schule Daaden (Filmraum)
	19:15 – 20:15	Step Aerobic / Bodyworkout	Liane Mauer	TSG Sportschule Weitefeld
Dienstag	09:30 – 10:15	Reha Gymnastik	Physio-Fit	TSG Sportschule Weitefeld
	15:30 – 17:00	Kinder Turnen 4 – 7 Jahre	Wernhild Jung	Turnhalle Biersdorf
	17:00 - 17:45	Reha Gymnastik	Physio-Fit	TSG Sportschule Weitefeld
	17:00 – 18:00	Tanzen für Mädchen 8 - 12	Chiara Wollenweber	Turnhalle Biersdorf
	18:00 - 19:00	Tanzen für Mädchen 12 – 15 Jahre		Turnhalle Biersdorf
	18:00 - 19:00	Bauch, Beine, Po plus Rücken	Christiane Kämpflein	TSG Sportschule Weitefeld
	19:00 – 20:00	Ausgleichsgymnastik für Frauen	Wernhild Jung	Turnhalle Biersdorf
	19:15 – 20:00	Reha Gymnastik	Mirjam Schütz	TSG Sportschule Weitefeld
	20:00 – 21:00	Fit -Mix für Frauen	B. Richter	Turnhalle Biersdorf
	Mittwoch	09:30 – 10:15	Reha Gymnastik	Physio-Fit
15:30 – 16:30		Wirbelsäulen Gymnastik	Wernhild Jung	Turnhalle Biersdorf
16:30 – 18:15		Rhönradturnen 8 - 12 Jahre	Denise Meier	Turnhalle Biersdorf
19:30 – 21:30		Rhönradturnen 13 Jahre	Nancy Callara	Turnhalle Biersdorf
17:30 – 19:15		Leichtathletik – Training	Sybille und Klaus Willwacher	Arthur-Knautz-Halle Daaden
17:00 – 17:45		Reha Wassergymnastik	Matthias Jung,	Hallenbad Daaden

Sportangebot der TSG-Biersdorf

Wochentag	Uhrzeit	Kurs	Übungsleiter	Ort
	17:45 – 18:30	Reha Wassergymnastik	Susanne Kunze- Dormann	Hallenbad Daaden
	18:30 – 19:15	Reha Wassergymnastik	Rüdiger Pfeil	Hallenbad Daaden
	18:00 – 19:00	Zumbia*dancefit	Christiane Kämpflein	TSG Sportschule Weitefeld
	19:15 – 20:15	Fit for fun	Mirjam Schütz	TSG Sportschule Weitefeld
	19:15 – 21:00	Klettern ab 12 Jahre	Frederik Sturm	Arthur-Knautz-Halle Daaden
Donnerstag	14:30 – 16:00	Walking Treffpunkt am Spielplatz Glaskopf in Biersdorf	U. Haubrich	
	15:30 – 16:45	Eltern – Kind - Turnen	Susanne Kunze- Dormann	Turnhalle Biersdorf
	16:45 – 18:15	Kinderturnen 7 – 12 Jahre	Nils Strunk	Turnhalle Biersdorf
	18:00 – 19:00	Fitmacher	Christiane Kämpflein	TSG Sportschule Weitefeld
	18:30 – 19:30	Yoga für Anfänger (m/w)	Helga Ricke- Haberland	TSG Sportschule Weitefeld
	19:15 – 20:00	TABATA	Christiane Kämpflein	TSG Sportschule Weitefeld
Freitag	09:30 – 10:15	Reha Gymnastik	Physio-Fit	TSG Sportschule Weitefeld
	14:30 – 16:00	Fit und Aktiv 50 plus	Matthias Jung	TSG Sportschule Weitefeld
	17:00 – 17:45	Reha Gymnastik	Physio-Fit	TSG Sportschule Weitefeld
	17:00 – 18:00	Power-Yoga (m/w)	Marika Jung	TSG Sportschule Weitefeld

Öffnungszeiten des Fitness- und Gesundheitsstudios in der TSG Sportschule Weitefeld

Montag – Freitag 09:00 – 11:00 und 16:00 – 21:00 Uhr Samstag 13:30 – 16:30 Uhr

Sonn- und Feiertags ist unser Fitness- und Gesundheitsstudio geschlossen.