



Turn- &
Sportgemein-
schaft
Biersdorf

Der Sportbetrieb in der Turnhalle Biersdorf findet wieder an folgenden Tagen statt.

Montag	15:30 - 16:30 Uhr	Geräte- und Rhönradturnen für Kinder von 7 – 9 Jahre
	16:30 – 18:15 Uhr	Geräte- und Rhönradturnen für Kinder von 10 – 14 Jahre
	REHA 18:30 – 19:30 Uhr	Wirbelsäulen Gymnastik für Männer u. Frauen
Dienstag	15:30 – 17:00 Uhr	Kinder Turnen 4 – 7 Jahre
	17:00 – 18:00 Uhr	Tanzen für Mädchen 8 – 10 J.
	18:00 – 19:00 Uhr	Tanzen für Mädchen 11 – 16 J.
	REHA 19:00 – 20:00 Uhr	Ausgleichsgymnastik für Frauen
	REHA 20:00 – 21:00 Uhr	Fit-Mix für Frauen
Mittwoch	REHA 15:30 – 16:30 Uhr	Wirbelsäulen Gymnastik
	16:30 – 18:15 Uhr	Rhönradturnen 8 – 11 J.
	18:30 – 20:30 Uhr	Rhönradturnen ab 12 J.
Donnerstag	15:30 – 16:45 Uhr	Eltern-Großeltern-Kind-Turnen Kinder von 1 – 4 J.
	16:45 – 18:15 Uhr	Sport und Spiel für Jungen u. Mädchen von 7 – 12 J.

Samstag 10:00 – 12:00 Uhr Rhönradturnen
Anfänger u. Fortgeschrittene

In der Sportschule Weitefeld bieten wir wieder mittwochs unsere Hatha-Yoga-Kurse (indoor) an.

Kurs 1 von 18:15-19:15 Uhr,

Kurs 2 von 19:30-20:30 Uhr

Jede/r bringt bitte zum Kurs seine eigene Matte, Decke, Schutzmaske, Stift, usw. mit.


Es gilt für die Teilnahme die 3G-Regel. Die Kursgebühr beträgt für Vereinsmitglieder 5,- € und Nichtmitglieder 30,- €.

Weitere Auskünfte: TSG-Sportschule Tel.: 02743-930563

E-Mail: info@tsg-biersdorf.de

**Es gelten bei Teilnahme die Bestimmungen der jeweils gültigen CoBeLVO Rheinland-Pfalz
Kurzfristige Änderungen werden über die Vereinshomepage und den nachgenannten Social-Media-Kanälen bekanntgegeben.**

 <https://www.facebook.com/TSG-Biersdorf-e-V>

 @tsgbiersdorf

