

# Kurse starten wieder

---

## Angebote für Jugendliche und Erwachsene

---

### **Locker vom Hocker**

ab 01.09.2020, Altersgruppe über 60 Jahre (14 Termine)  
dienstags von 10.15 – 11.15 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Smovey**

ab 27.10.2020 für Erwachsene und Jugendliche ab 13 Jahre (8 Termine)  
dienstags von 18.15 – 19.15 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Bodystyle**

ab 03.09.2020 für Erwachsene und Jugendliche (13 Termine)  
donnerstags von 18.15 – 19.15 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Pilates**

ab 01.09.2020 für alle Altersgruppen (14 Termine)  
dienstags von 19.30 – 20.30 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Zumba Fitness**

ab 31.08.2020 für alle Altersgruppen (14 Termine)  
montags von 18.45 – 19.45 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Präventionskurs „Mein starker Rücken“**

ab 29.10.2020 für alle Altersgruppen (12 Termine)  
donnerstags von 19.30 – 20.30 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Präventionskurs „Cantienica“**

ab 11.09.2020 für alle Altersgruppen (10 Termine)  
freitags von 18.30 – 19.30 Uhr, Turnhalle Wehrstapel  
Schnupperstunde am 04.09. von 18:00 – 19:30 Uhr

---

## Angebote für Kinder

---

### **Mutter-Kind-Turnen**

ab 21.09.2020 für Kleinstkinder von 1 bis 3 Jahren mit ihren Eltern (11 Termine)  
montags von 15.00-16.00 Uhr

### **Zumba Kids**

ab 31.08.2020 für Kinder von 7-13 Jahren (14 Termine)  
dienstags von 16.15 – 17.15 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

### **Kinderturnen**

ab 30.09.2020 für Kinder von 4-7-Jahren  
mittwochs von 16.15 – 17.15 Uhr, Turnhalle Wehrstapel

---

---

## *Eine Auswahl der ständigen Angebote des TuS*

---

### **Volleyball**

für alle Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahre  
immer montags von 20.00 – 21.30 Uhr (außer in den Schulferien), Turnhalle Wehrstapel

### **Badminton**

für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahre  
immer donnerstags von 20.30 – 21.30 Uhr (außer in den Schulferien), Turnhalle Wehrstapel

### **Männerturnen**

für alle Altersgruppen  
immer freitags 20.00-21:30 Uhr (außer in den Schulferien), Turnhalle Wehrstapel

**Anmeldungen und Infos zu den neuen Kursen ab sofort bei  
Silke Appelhoff, Tel. 015111129117 und Ina Pohl 015150655486**

***Bitte vormerken und fleißig sammeln: Altpapiersammlung im Herbst 2020!***

**TuS „Eintracht 1900“ Heinrichsthal – Wehrstapel e. V.**

