



# TuS 1894 e.V. Erfenbach

[www.tus-erfenbach.de](http://www.tus-erfenbach.de)

**Sommerhalbjahr 2022**

**Gültig ab 25.04.2022**

## Hallenbelegung KSH - Übungsstunden – Sportprogramm

### Montag

KSH	14.45 – 15.45 Uhr	Turnen und Spielen von 5 - 7 Jahren	T. Karch, B. Schellhammer
KSH	16.00 – 17.00 Uhr	Mutter/Vater und Kind ab 3 Jahren	M. Wilking, J. Marasco
KSH	17.15 – 19.15 Uhr	Turnen für Mädchen ab 8 Jahren	Marika Schiefner, Irina Rybak
KSH	19.30 – 20.30 Uhr	POUND – Rockout. Workout.	Lena Weyrich
KSH	20.45 - 22.00 Uhr	Gerätturnen Mixed ab 18 Jahren	Sarah Moog

### Dienstag

Spo	17.00 - Ende	Ü51 Stammtisch	Udo Lackmann
Spo	16.00 – Ende	Nordic Walking/Walking	Trudi Karch
Spo	18.30 – 20.00 Uhr	Sportabzeichentreff (Juni – September)	Hans Brämer
KSH	15.00 - 16.30 Uhr	Turnen für Mädchen ab 8 Jahren	Jennifer Derringer
KSH	16.45 – 18.45 Uhr	Tischtennis	Wolfgang Kayser
KSH	19.00 – 19.45 Uhr	Männer Aktiv	Udo Lackmann
Gym	16.30 – 18.00 Uhr	Gymnastik für Ältere	Siggi Fachenbach
KSH	20.00 - 22.00 Uhr	Volleyball – Freizeitgruppe Mixed	Simone Kiefhaber

### Mittwoch

Spo	9.00 Uhr - Ende	Nordic Walking/Walking	Monika Hennes
Spo	15.00 – 17.00 Uhr	Ü51–Boule	Richard Dein
KSH	15.45 – 16.45 Uhr	RehaSport (Orthopädie)	Angie Kayser
KSH	17.00 – 18.15 Uhr	Tischtennis Kinder und Jugend	Wolfgang Kayser
KSH	18.30 – 19.45 Uhr	Tischtennis Jugend und Erwachsene	Wolfgang Kayser
Gym	17.00 – 18.30 Uhr	Pilates	Angie Kayser
Gym	18.45 – 20.00 Uhr	Pilates	Angie Kayser
KSH	20.00 – 22.00 Uhr	Tischtennis	Wolfgang Kayser

### Donnerstag

KSH	15.00 – 16.45 Uhr	Turnen für Jungs 1.-4. Klasse	Nicole Ebrecht-Herzer
KSH	17.00 – 19.45 Uhr	Aikido	Carsten Preinfalk
KSH	20.00 – 22.00 Uhr	(Step-) Aerobic/Bauch-Beine-Po	Pamela Schmitt

### Freitag

KSH	14.45 – 16.30 Uhr	Turnen für Mädchen ab 8 Jahren (Ersatz)	M. Schiefner, I. Rybak
KSH	16.45 – 18.00 Uhr	RehaSport (Orthopädie)	Dieter Szczepanski
KSH	18.30 – 19.30 Uhr	Aroha	Dieter Szczepanski
KSH	17.45 – 19.15 Uhr	<b>Tischtennis hat bei Heimspielen Vorrecht</b>	<b>Wolfgang Kayser</b>
KSH	19.45 - 22.00 Uhr	Tischtennis, Aktive – Jugend - Mixed	Wolfgang Kayser
Gym	20.00 – 22.00 Uhr	Gerätturnen – Mixed (Krafttraining) ab 18 Jahren	Sarah Moog

### Sonntag

Spo	8.00 - 9.30 Uhr	Lauf-Treff	Hans Brämer
-----	-----------------	------------	-------------

#### Legende

KSH = Kreuzsteinhalle (große Halle)

Spo = Sportplatz Jahnheide

Gym = Gymnastikraum KSH (Untergeschoss)