



# TuS 1894 e.V. Erfenbach

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

## Winterhalbjahr 2022/23 gültig ab 12.12.2022 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	Manuela Wilking, Johanna M.
KSH	17.15 - 19.15 Uhr	Turnen für Mädchen ab 8 Jahren	Marika Schiefner, Irina Rybak, Johanna Marasco
KSH	19.30 – 20.30 Uhr	POUND – Rockout. Workout.	Lena Weyrich
KSH	20.45 - 22.00 Uhr	Gerätturnen Mixed/ im Januar Fußball Aktive	Sarah Moog

### Dienstag

Spo	15.00 – 17.00 Uhr	Ü51–Boule +anschließender Stammtisch	Udo Lackmann
Spo	15.30 – Ende	Nordic Walking/Walking	Trudi Karch
KSH	15.30 – 16.30 Uhr	Turnen für Mädchen ab 8 Jahren	Jennifer Derringer
KSH	16.45 – 18.30 Uhr	Fußball E2-Jugend	Heiko S.
KSH	18.45 – 20.00 Uhr	Fußball D2-Jugend	Michael K., Sascha L.
Gym	18.00 – 20.00 Uhr	Stammtisch: Gymnastik für Ältere	Siggi Fachenbach
KSH	20.15 - 22.00 Uhr	Volleyball – Freizeitgruppe Mixed	Simone Kiefhaber

### Mittwoch

Spo	9.00 Uhr	Nordic Walking/Walking	Susanne Flohe
KSH	15.45 – 16.45 Uhr	Reha-Sport	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	17.30 – 18.30 Uhr	Pilates	Angie Kayser
Gym	18.45 – 19.45 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 – 18.30 Uhr	Aikido	Carsten Preinfalk
KSH	18.45 – 22.00 Uhr	Fußball E2-Jugend/ Aktive im Januar	André Reidenbach
Gym	20.00 – 21.30 Uhr	(Step-) Aerobic/Bauch-Beine-Po	Pamela Schmitt

### Freitag

KSH	14.45 – 15.45 Uhr	Tennis	Sandra Faß
KSH	16.00 – 16.45 Uhr	Tennis	Sandra Faß
KSH	16.45 – 17.45 Uhr	Reha-Sport	Dieter Szczepanski
KSH	18.00 – 19.30 Uhr	Aroha	Dieter Szczepanski
KSH	17.45 – 19.15 Uhr	Tischtennis hat bei Heimspielen Vorrecht	Wolfgang Kayser
KSH	19.45 - 22.00 Uhr	Tischtennis, Aktive – Jugend - Mixed	Wolfgang Kayser
Gym	20.00 – 22.00 Uhr	Gerätturnen Mixed	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)