



## Belegungsplan TSG Halle

Stand 01.10.2024

gültig ab 01.10.2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>REHA-Sport I</b> Martina Heuer 09:00 - 10:00	<b>Yoga Erwachsene I</b> Elisabeth Krause 09:30 - 10:45	<b>Pilates</b> Anja Beland 09:00 - 10:30	<b>Fit im besten Alter I</b> Petra Ubben 09:30 - 10:45	
<b>REHA-Sport II/Rückenfit</b> Martina Heuer 10:00 - 11:00		<b>Powerkids I</b> Doreen Stadtländer 16:00 - 17:00	<b>Fit im besten Alter II</b> Petra Ubben 10:45 - 12:00	<b>Round-Dance</b> Margret Hollmann 10:00 - 13:00
<b>Präventionskurs</b> Petra Ubben 16:00 - 17:30	<b>Rope-Skipping</b> Christine Angermann 16:30 - 18:00	<b>Powerkids II</b> Doreen Stadtländer 17:00 - 18:00	<b>Qi Gong ab 05.09.24</b> Daniel Erdös 15:45 - 16:45	<b>Kindertanz</b> Anja Müller 14:30-15:15
<b>Rückenfit</b> Petra Ubben 18:00 - 19:00	<b>Er &amp; Sie</b> Antje Becker 18:00 - 19:00	<b>Kickboxen Jugendliche</b> Bekir Özer 18:00 - 19:00	<b>Faszien Fitness</b> Elisabeth Krause 16:45 - 17:45	<b>Jazz-Dance</b> Anja Müller 15:30-16:30
<b>REHA-Sport III</b> Martina Heuer 19:00 - 20:00	<b>50 Plus</b> Frauke Weidner 19:00 - 20:00	<b>Standard &amp; Latein</b> Andreas Buro 19:15 - 22:00	<b>Yoga Erwachsene II</b> Elisabeth Krause 17:45 - 19:00	<b>Pilates</b> Daniela Mülter 17:00 - 18:30
<b>Fit for Fun</b> Stephan Volker 20:15 - 21:15	<b>Step &amp; Workout</b> Dorothee Dietz 20:00 - 21:30		<b>Bodyforming</b> Bettina Rheker 19:00 - 20:00	<b>Kickboxen Erwachsene</b> Bekir Özer 18:30 - 20:00
			<b>Body Weight Training</b> Stephan & Mathias 20:00 - 21:00	<b>Tischtennis</b> Fabian Nolting 20:00 - 22:00

### Angebote der Abteilung FTG

<b>Fitness</b>	<b>Kindersport</b>
<b>Gesundheitssport</b>	

FTG= Fitness/Turnen und Gesundheitssport

### Angebot der Abt.

<b>Tanzen</b>
<b>Tischtennis</b>