



Belegungsplan TSG Halle

Stand 01.01.2026

gültig ab 01.01.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
REHA-Sport I Anne Jaenich 09:00 - 10:00	Yoga Erwachsene I Elisabeth Krause 09:30 - 10:45	Pilates Anja Beland 09:00 - 10:30	Fit bis ins hohe Alter Petra Ubben 09:30 - 10:30	
REHA-Sport II/Rückenfit Anne Jaenich 10:00 - 11:00	Klangschalen Entspannung Antje Becker 14:00 - 15:00	Qi Gong Entspannung Petra Ubben 10:45 - 12:00	Fit im besten Alter Petra Ubben 10:30 - 12:00	Round-Dance Margret Hollmann 10:00 - 13:00
Präventionskurs Petra Ubben 16:00 - 17:30	Rope-Skipping I Fabiola Meyer 15:30 - 16:30	Powerkids I Doreen Stadtländer 16:00 - 17:00		Kindertanz Anja Müller 14:30-15:15
Rückenfit Petra Ubben 17:45 - 19:00	Rope-Skipping II Christine Angermann 16:30 - 18:00	Powerkids II Doreen Stadtländer 17:00 - 18:00	Faszien Fitness Elisabeth Krause 16:45 - 17:45	Jazz-Dance Anja Müller 15:30-16:30
REHA-Sport III Martina Heuer 19:00 - 20:00	Ganzkörpertraining Antje Becker 18:00 - 19:00	Kickboxen Jugendliche Bekir Özer 18:00 - 19:00	Yoga Erwachsene II Elisabeth Krause 17:45 - 19:00	Pilates Daniela Mülter 17:00 - 18:30
Fitness-Kickboxen Stephan & Mathias 20:10 - 21:40	50 Plus Frauke Weidner 19:00 - 20:00	Standard & Latein Andreas Buro 19:15 - 22:00	Bodyforming Bettina, Sandra & Kathrin 19:00 - 20:00	Kickboxen Erwachsene Bekir Özer 18:30 - 20:00
	Step & Workout Dorothee Dietz 20:00 - 21:30		Functional Fitness Stephan & Mathias 20:00 - 21:00	Tischtennis Fabian Nolting 20:00 - 22:00

Angebote der Abteilung FTG

Fitness	Kindersport
Gesundheitssport	

FTG= Fitness/Turnen und Gesundheitssport

Angebot der Abt.

Tanzen
Tischtennis