

Übungszeiten TuS Heiligenhaus Unterilp 1967 e.V.

Wochentag	Uhrzeit	Zielgruppe	Übungsangebot	Übungsleiter
Montag	15:00 - 16:00	Kinder 3-6 Jahre	Bewegungsschulung	D. Putze
	16:00 - 17:00	Kinder 6-10 Jahre	Bewegungsschulung	D. Putze
	18:00 - 19:30	Mädchen 8-14 Jahre	Bewegungsschulung	S. Degen
	19:30 - 20:30	Erwachsene	Fitness-Training	M. Böhm
	20:30 - 22:00	Frauen	Aerobic / Gymnastik	A. Winkelhardt
Dienstag	17:30 - 18:45	Erwachsene	fit und gesund	H. Leitao
	18:45 - 20:00	Erwachsene	Workout	L. Kriegsmann
	20:00 - 22:00	Erwachsene	Ballspiele	D. Rau
Mittwoch	15:00 - 16:15	Erwachsene	fit und gesund	H. Leitao
	19:30 - 22:30	Erwachsene	Tischtennis	A. Wollmann
Donnerstag	19:00 - 20:00	Erwachsene	Online - Sport	S. Degen
Freitag	15:15 - 16:15	Kinder 3-6 Jahre	Bewegungsschulung	E. Bektas
	16:15 - 17:15	Kinder 1-3 Jahre	Eltern / Kinder - Turnen	E. Bektas
	19:00 - 22:30	Erwachsene	Tischtennis	A. Wollmann
Samstag	17:00 - 20:00	von jung bis alt	Badminton	M. Böhm