

Sportangebot der TGS 1886 Langenhain e.V.

Internet: www.tgs.langenhain.de

Gültig ab 01. September 2023



Abteilung Fitness

Ansprechpartner: Gisbert Quelle Tel.: 06192/967350

Tag	Uhrzeit		Gruppe	Ort
Montag	10:00	11:00	Zappelgruppe 0-2 Jahre	Spiegelsaal
	18:15	19:15	Pilates A/B (Kurs)	Spiegelsaal
	19:00	20:15	Allgemeine Gymnastik für Frauen	Halle
	19:00	20:30	Flag Football	Rasenplatz
	20:00	21:00	Männer Fit (Kurs)	Spiegelsaal
	20:15	21:15	Power Gymnastik	Halle
Dienstag	10:30	11:30	Aktiv bis 100 (Kurs)	Vereinsraum
	15:00	16:00	Volleyball, Turnen und mehr ab 6 Jahre	Halle
	18:45	19:45	Elements Training, gesteigerte Performance / Beweglichkeit (Kurs)	Spiegelsaal
	20:00	21:00	Body Complete-Rücken/Bauch (Kurs)	Spiegelsaal
Mittwoch	14:15	15:30	Powerhour Kids für Grundschul Kinder	Halle
	15:30	16:15	Eltern-Kind-Turnen für 1-2 Jahre	Halle
	16:15	17:00	Eltern-Kind-Turnen für 2-3 Jahre	Halle
	19:30	20:30	Zumba Fitness (Kurs)	Spiegelsaal
	19:30	20:30	Die „Oldies“, Gymnastik für Senioren (im Sommer ab 19:00 am Sportplatz)	Halle
	20:30	22:00	„Borzeler“, Sport u. Spiel für Männer (im Sommer ab 19:30 am Sportplatz)	Halle
Donnerstag	08:00	09:15	Hatha Yoga (Kurs)	Spiegelsaal
	10:00	11:00	Rückenfreundlich für Alle (Kurs)	Spiegelsaal
	15:30	16:30	Turnen für Vorschulkinder 3-5 Jahre	Halle
	18:45	19:45	Elements Training, gesteigerte Performance / Beweglichkeit (Kurs)	Spiegelsaal
Freitag	09:00	10:00	Bodytoning (Kurs)	Spiegelsaal
	14:00	17:00	Nordic Walking (im Sommer ab 16:00 Uhr)	Parkplatz Domherrnwald
	18:00	19:00	Best of Fitness (Kurs)	Spiegelsaal
Samstag	09:00	11:00	Elements Training, gesteigerte Performance / Beweglichkeit (Kurs)	Spiegelsaal

Abteilung Handball

Ansprechpartner: Thomas Müller Tel.: 06192/28467

Tag	Uhrzeit		Gruppe (alle Trainingseinheiten in der Halle)
Montag	16:00	17:00	Handball Mini-Mini (Kinder 3-4 Jahre)
	17:00	19:00	Handball mJD (Jungen 11 - 12 Jahre)
Dienstag	16:00	17:30	Handball mJE (Jungen 9 - 10 Jahre)
	17:30	19:00	Handball mJC (Jungen 13 - 14 Jahre)
	19:00	20:30	Handball mA
	20:30	22:00	Handball H1 H3
Mittwoch	17:00	18:30	Handball wJE (Mädchen 9 - 10 Jahre)
	18:00	19:30	Handball wJD (Mädchen 11 - 12 Jahre)
	19:00	20:30	Ballsport
Donnerstag	16:00	18:00	Handball mJD (Jungen 11 - 12 Jahre)
	18:00	19:30	Handball mJC (Jungen 13 - 14 Jahre)
	19:00	20:30	Handball mJB (Jungen 15 - 16 Jahre)
	20:30	22:00	Handball Damen
Freitag	14:30	15:30	Handball G-Jgd (Kinder ab 5 Jahre)
	15:30	16:45	Handball F-Jgd (Kinder 6 - 8 Jahre)
	16:45	18:30	Handball wJC (Mädchen 13 - 14 Jahre)
	18:30	20:00	Handball AH
Samstag	9:30	11:00	Handball wJF (Mädchen 6 - 8 Jahre)
	11:00	12:30	Handball wJE (Mädchen 9 - 10 Jahre)

Abteilung Tischtennis

Ansprechpartner: Robin Schubart Tel.: 015734903910

Tag	Uhrzeit		Gruppe (alle Trainingseinheiten in der Halle)
Montag	19:30	23:00	Systemtraining für Erwachsene und Jugendliche
Freitag	18:00	20:00	Nachwuchstraining für Kinder und Jugendliche
	20:00	23:00	Erwachsenentraining und Heimspiele

Abteilung Radsport

Ansprechpartner: Olaf Bertko Tel.: 06192/8070578

Tag	Uhrzeit		Gruppe	Ort
Dienstag	18:00	20:30	MTB Touren in 4 Gruppen / Level (Anfänger, Tour, Sport, E-Bike)	Parkplatz Sportplatzstr.13

Es ist jederzeit möglich, zu den angegebenen Zeiten in die Sporthalle zu gehen und sich den Turn- bzw. Spielbetrieb anzuschauen. Für nähere Informationen stehen die oben genannten Ansprechpartner oder die in der Halle anwesenden Übungsleiter zur Verfügung. (Kurse sind kostenpflichtig). An den Wochenenden finden in der Halle Handballpunktspiele statt.

gez. für den Vorstand der TGS Langenhain:

K.Peterle, Mitglied des Vorstandes

E-Mail: vorstand@tgs-langenhain.de