



# Sportangebot der Turnabteilung des TuS 1886 Sundern e.V.



## 1. Sport und Spiel für Kinder u. Jugendliche

2 Kurse Eltern-Kindturnen	Freitag	16.00-17.00 17.00-18.00	Johannesschule (nur auf Anfrage)	A.Lübke
Kleinkinderturnen 3 Jahre	Montag	16.30-17.30	Johannesschule (nur auf Anfrage)	J. Schindler
Kleinkinderturnen 4 Jahre	Mittwoch	16.30-17.30	Johannesschule (nur auf Anfrage)	S. Scholz S. Schmoranzer
Kleinkinderturnen 5 Jahre	Mittwoch	17.30-18.30	Johannesschule (nur auf Anfrage)	S. Scholz S. Schmoranzer
1. Schuljahr 2. Schuljahr	Donnerstag	17.00-18.00 18.00-19.00	Dreifachhalle/Schulzentrum (nur auf Anfrage)	A. Lübke S.Scholz
ab 3. Schuljahr	Dienstag	18.00-19.00	Dreifachhalle/Schulzentrum (nur auf Anfrage)	A. Klute T. Gördes
ab 5. Schuljahr	Dienstag	19.00-20.00	Dreifachhalle/Schulzentrum	A. Klute T. Gördes
Fördergruppe Gerätturnen	Dienstag	17.00-19.00	Dreifachsporthalle (nur auf Anfrage)	N. Klocke C.Nestler
Gerätturnen	Dienstag	17.00-19.00	Dreifachhalle/Schulzentrum (nur auf Anfrage)	K. Siedhoff
Gerätturnen	Donnerstag	17.00-19.00 17.00-19.00	Dreifachhalle/Schulzentrum (nur auf Anfrage)	Siedhoff Klocke Nestler

## 2. Sport für Erwachsene

Sport am Vormittag Walking/Nordic-Walking	Dienstag Freitag	08.30-10.00 09.00-10.00	Gymnastikraum/Schulzentrum Treffpunkt "Auf dem Stück"	M. Genesis B. Feische
Allround-Fit	Mittwoch	19.30-20.30	Gymnastikraum/Schulzentrum	K. Emig E. Hüttemeister
Fitgym-Aerobic	Dienstag	18.30-19.45	Halle 4/Schulzentrum	M. Genesis
Funktionsgymnastik	Montag	18.45-19.45	Gymnastikraum/Schulzentrum (nur auf Anfrage)	B. Feische
Allround-Fit	Donnerstag	19.00-20.15	Halle 4/Schulzentrum	M. Genesis
Senioren-sport	Donnerstag	18.00-19.00	Halle 4/Schulzentrum	B. Sanchez
Allround-Fit 50+	Montag	09.00-10.00	Gymnastikraum/Schulzentrum	B. Sanchez
Fitgym für Junggebliebene	Montag	11.00-12.00	Gymnastikraum/Schulzentrum	B. Sanchez

## 3. Rehabilitationssport für Erwachsene (mit Verordnung vom Arzt, nur auf Anfrage)

Lungensport 1 Lungensport 2	Dienstag Donnerstag	10.30-11.30 16.30-17.45	Gymnastikraum/Schulzentrum Halle 4/Schulzentrum	B. Feische
Reha-Orthopädie 4 Reha-Orthopädie 5	Mittwoch	10.00-11.00 16.00-17.00	Sankt Franziskus Seniorenheim	M. Genesis
Reha-Orthopädie 2 u. 3	Mittwoch	17.00-18.00 18.00-19.00	Gymnastikraum/Schulzentrum	K. Emig
Reha-Orthopädie 1 Reha-Diabetes	Montag	10.00-10.45 17.30-18.45	Gymnastikraum/Schulzentrum Sporthalle Marienschule	B. Sanchez
2 Herz-sportgruppen	Montag	20.00-21.30	Dreifachhalle/Schulzentrum	B. Sanchez B. Feische

Infos u. Anmeldung M.Kaiser 02393/170015

[m-m.kaiser@web.de](mailto:m-m.kaiser@web.de)

Frühjahr 2025