

# Sportprogramm

## Turnabteilung



TSG 1885 Augsburg-Lechhausen e.V.  
Schillstr. 105-109  
86169 Augsburg

0821-701007  
info@tsg-augsburg.de

### Turnen

AP.: Brigitte Ripperger, Tel.: 0821-722606

#### KINDER: Gymnastik-Turnen-Tanzen

<b>Montag</b>	17:00-18:00	Rhythm. Gymn. ab ca. 4 J.	Michaela	TSG-Gymnastikraum
	18:00-19:30	Rhythm. Gymn. ab ca. 7-9 J.	Christine	TSG-Gymnastikraum
	17:30-19:00	Rhythm. Gymn. ab ca. 9-11 J.	Uli & Theresa	TSG-Gymnastikraum
	18:00-19:30	Rhythm. Gymn. ab ca. 11-12 J.	Theresa	TSG-Gymnastikraum
	18:00-19:30	Rhythm. Gymn. ab ca. 12-14J.	Uli	TSG-Gymnastikraum

Je nach Vorkenntnissen kann, nach Absprache mit den Trainerinnen, in einer anderen Altersgruppe trainiert werden.

<b>Dienstag</b>	16:00-17:00	Mutter/Vater/Kind Turnen	Julia, Diana, Eugen	TSG-Halle
	17:30-18:30	Kleinkinderturnen 4-6 J.	David, Michael Claudia, Arno	TSG-Halle

18:00-20:00	Rhythm. Gymnastik Leistungsgruppe K	Uli & Theresa	Goethe-Schule
-------------	--	---------------	---------------

<b>Donnerstag</b>	15:00-16:00	Mutter/Vater/Kind Turnen	Sarah, Gerlinde, Ramona	TSG-Halle
	16:00-17:00	Mutter/Vater/Kind Turnen	Nadine	TSG-Halle

17:00-18:00	Rhythm. Gymnastik	Theresa	TSG-Halle
-------------	-------------------	---------	-----------

<b>Freitag</b>	18:00-19:30	Geräteturnen Mädchen ab 6 J.	Hanna	TSG-Halle
	16:00-18:00	Rhythm. Gymnastik Leistungsgruppe K - Übungen	Theresa	TSG-Halle

18:00-19:30	Geräteturnen Buben ab 6 J.	Stefan, Alexander, Heribert	TSG-Halle
18:00-19:00	Tanzzwerge ab ca. 5 J.	Bernadette	TSG-Gymnastikraum
18:00-19:00	Dancing Kids ab ca. 7 J.	Marina	TSG-Gymnastikraum
18:00-19:30	Dancing Teens ab ca. 9 J.	Uli	TSG-Halle
17:00-18:30	Tanzgruppe Jugend	Anna	TSG-Halle

#### Erwachsene: Aerobic - Gymnastik - Fitness

<b>Montag</b>	19:30-20:30	Aerobic	Uli Korb	TSG-Gymnastikraum
---------------	-------------	---------	----------	-------------------

	20:30-21:30	Gymnastik & Tanz		Uli Korb	TSG-Gymnastikraum
<b>Dienstag</b>	17:30-18:30	Body-Fit		Gabi Bergmann	TSG-Gymnastikraum
	19:00-20:00	Männnergymnastik		Martin Eck	TSG-Halle
<b>Mittwoch</b>	18:00-19:00	Power-Step-Aerobic		Uli Korb	TSG-Gymnastikraum
<b>Donnerstag</b>	10:00-11:00	Gymnastik 60+		Brigitte Ripperger	TSG-Halle
	18:30-19:30	Step-Aerobic		Michaela Korb-Mayr	TSG-Gymnastikraum
	19:30-20:30	Fitnessgymnastik f. Sie & Ihn		Petra Buchner	TSG-Halle
<b>Freitag</b>	19:00-20:30	Gymnastik & Tanz		Uli Korb	TSG-Halle & Gym.raum
	19:30-21:00	Turnen		Alexander Rühl	TSG-Halle

## Laufend Kurse - auch für Nichtmitglieder

Kursbeginn bitte in der Geschäftsstelle erfragen unter 0821-701007; info@tsg-augsburg.de

<b>Montag</b>	09:00-10:00	Wirbelsäulen & Faszientraining		Brigitte Krollmann	TSG-Gymnastikraum
<b>Donnerstag</b>	17:15-18:15	Wirbelsäulen & Faszientraining		Brigitte Krollmann	TSG-Gymnastikraum
<b>Dienstag</b>	16:00-17:00	Mutter/Vater/Kind Turnen		Julia, Diana, Eugen	TSG-Halle
<b>Donnerstag</b>	15:00-16:00	Mutter/Vater/Kind Turnen	Sarah,	Gerlinde, Ramona	TSG-Halle
	16:00-17:00	Mutter/Vater/Kind Turnen		Nadine	TSG-Halle

## Gesundheitssport

<b>Dienstag</b>	18:00-19:00	Wirbelsäulengymnastik präventiv		Gisela Weber	TSG-Halle
<b>Mittwoch</b>	14:00-15:00	Wirbelsäulengymnastik präventiv		Gisela Weber	TSG-Gymnastikraum

## Rehasport

Anmeldung in der Geschäftsstelle erforderlich. Tel.: 0821-701007, info@tsg-augsburg.de

<b>Dienstag</b>	16:15-17:15	ganzheitl. Gymnastik für Senioren geeignet auch f. Diabetiker		Gabi Bergmann	TSG-Gymnastikraum
	19:00-20:00	Koronarsport nur mit ärztlicher Verordnung Zustimmung v. Arzt erforderlich		Gabi Bergmann Inge Häuslmeier	TSG-Halle
<b>Mittwoch</b>	08:45-09:30	sanfte Rückenfitness Osteoporose & Wirbels.gymn. m. Verordnung		Sabine Spohr	TSG-Gymnastikraum
	09:45-10:30	sanfte Rückenfitness Osteoporose & Wirbels.gymn. m. Verordnung		Sabine Spohr	TSG-Gymnastikraum