



Übungsstundenangebote des TuS Höchen

Turnen - Gymnastik - Tanz - Fitness

Kinderkurse:

Eltern-Kind-Turnen (1-4 Jahre mit Eltern)	freitags, 15.15 bis 16.45 Uhr Übungsleiterin: Susanne Graff
Vorschulkinder (4 – 6 Jahre)	dienstags, 16.00-17.30 Uhr (Übungsl.: Emilia Ehlen), mittwochs, 15.30-17.00 Uhr (Übungsl.: Jason Güssow)
Gerätturnen allgemein (Mädchen ab 6 Jahre)	Kann zurzeit leider nicht stattfinden, da wir keine/n Übungsleiter/in haben.
Kids in Action (Mädchen u. Jungen ab 6 Jahre)	montags, 17.30 bis 18.30 Uhr in geraden Kalenderwochen Übungsleiterin: Melina Lauer
Gerätturnen Leistungsgruppe Mädchen	donnerstags, 18.00 bis 19.30 Uhr Übungsleiterinnen: Sabine Sorg, Sophia Kohns
Gymnastik/Tanz Mädchen (5-8 Jahre)	freitags, 16.45 bis 18.00 Uhr
Gymnastik/Tanz Mädchen (9-16 Jahre)	freitags, 18.00 bis 19.00 Uhr Übungsleiterinnen: A. Glössner, E. Baldauf, K. Hilpert

Erwachsenenkurse:

Fitness-Treff für Sie und Ihn	montags, 19.00 bis 20.00 Uhr Übungsleiterin: Tanja Bollmann
Fitness am Morgen für Senioren	mittwochs, 10.00 bis 11.00 Uhr Übungsleiterin: Tanja Bollmann
Step-Aerobic	mittwochs, 18.30 bis 19.30 Uhr Übungsleiterin: Brigitte Faber
Bodyforming (Bauch/Beine/Po)	mittwochs, 19.30 bis 20.30 Uhr Übungsleiterin: Brigitte Faber
Tanzgruppe JAMAKEMA	freitags, 19.00 bis 21.00 Uhr Übungsleiterin: Gianna Fiack

Volleyball

dienstags, 17.30 bis 20.00 Uhr

Alle diese Übungsstunden finden in der Glanhalle Höchen statt.

Nordic-Walking-Gruppe

Wintersaison

donnerstags, 18.30 Uhr,
Treffpunkt: Brückweiher Jägersburg
Parkplatz Hotel Peters

Sommersaison (ab Mai)

donnerstags, 18.30 Uhr
Treffpunkt: TuS-Sportanlage
am Höcher Turm

Übungsleiterin: Judith Hornberger

Bogenschießen

Alle Altersklassen

dienstags und donnerstags, 18.00 bis 20.00 Uhr,
und sonntags, 10.00 bis 12.00 Uhr
TuS-Sportanlage am Turm (im Sommerhalbjahr)

Im Winterhalbjahr sonntags, 10.00-12.00 Uhr,
in der Glanhalle Höchen

Abteilungsleiter und Trainer: Robert Legrom

Kontakt: WEB-Seite (<https://www.tus-hoechen.de>) und die E-Mail-Adresse (info@tus-hoechen.de)