



Kursangebot

Zeiten	Montag			Dienstag			Mittwoch	Donnerstag				Freitag			Zeiten			
	neue Halle	alte Halle		neue Halle	alte Halle	Sonstige Sportstätten	alte Halle	neue Halle	alte Halle	Sonstige Sportstätten	Ort	neue Halle	alte Halle					
15:00	Rücken-gymnastik <small>Nadine Wülfchen-Heim</small>											Leichtathletik (6-7-jährige)		15:00				
15:30												im Sommer ab 16:30 Uhr auf dem Sportplatz		15:30				
16:00				Turnen (Senioren)	Gitte Händel	Tanzen, Springen, Flitzen (KiGa-Kinder)	B.Braunung A. Rädiger					Leichtathletik (8-9-jährige)		16:00				
16:30	Kinderturnen (3-5-jährige)			Leichtathletik (9-12-jährige) <small>im Sommer ab 17:30 Uhr auf dem Sportplatz</small>	Anja Schittko			Mutter-Vater-Kind-Turnen Kurs 1 (2 bis 4 Jahre)**	Anja Schittko			im Sommer ab 17:30 Uhr auf dem Sportplatz	Koronarsport (mit ärztlicher Verordnung)	Volker Göpel	16:30			
17:00	Kinderturnen (5-7/8-jährige)	Miguel de Vries Lorena Schittko							Mutter-Vater-Kind-Turnen Kurs 2 (2 bis 4 Jahre)**	Anja Schittko						17:00		
17:30							Koronarsport (mit ärztlicher Verordnung)	Volker Göpel				Plates (17:45 - 18:45 Uhr) Neue Zeit, neue DL			17:30			
18:00		Volleyball (Liga)				Leichtathletik* (Jugendliche)			TAI CHI CHUAN	Brigit Rüschoer		Yoga für Kinder Neuer Ort	Heike Gräfling KITA Sonnenblume	Basketball (Kinder ab 8 Jahre)	Steffen Winglefeld	18:00		
18:30	Badminton (Jugendl. und junge Erwachsene)		Silke Ihlenfeld													18:30		
19:00				Aerobic	Susanne Händel			Qi-Gong	Brigit Rüschoer	Gymnastik Frauen 1	Susanne Händel	Rücken-gymnastik	Gitte Händel	Leichtathletik* (Jugendliche)		19:00		
19:30														TAI CHI CHUAN (für Einsteiger) ab 19:15 Uhr!	Brigit Rüschoer	Basketball (Jugendliche)	Steffen Winglefeld	19:30
20:00		Bodyforming						Powerworkout	Susanne Godenau			Yoga	Heike Gräfling					20:00
20:30	Gesundheits-training (Für Sie und Ihn)		Susanne Godenau															20:30
21:00		Karolin Warschkow																21:00
21:30																		21:30
22:00																		22:00

Stand: 22.10.2017

- = Angebote für Kinder und Jugendliche
- = Angebote für Erwachsene (unterstrichen)

Alte/Neue Halle Sportplatz

- = Am Wierichskamp 5, Glessen
- = Zur Glessener Höhe, Glessen

Sängerheim KiTa Sonneblume

- = Brauweiler Str. Ecke "Am Mühlenteich", Glessen
- = An der Abtmühle 12, Glessen

- *LA-Training für Jugendliche auch samstags und sonntags zwischen 11:30 und 13 Uhr am Sportplatz.
- **Kinder unter zwei Jahren können in ihrem eigenen Interesse leider noch nicht mitturnen.

Turn- und Sportverein 1976/86 Glessen e.V.
 Zum Glessener Bach 26a
 50129 Bergheim
 Tel. 02238 / 44 82 938
 tsv.glessen@t-online.de
 www.facebook.com/tsv-glessen

Vorstand nach § 26 BGB:
 Richard Beckschulte (1. Vorsitzender)
 Gaby Schlesinger (2. Vorsitzende)
 Heike Sasse (Kassenwartin)
 Vereinsregister Nr. 12 VR 489 AG Bergheim

Bankverbindung:
 Kreissparkasse Köln,
 IBAN DE64370502990127001555
 BIC COKSDE33XXX