



TSG Tübingen Gesundheitssport (Fitness-, Präventions- und Reha-Sport-Angebote)

... alle Informationen unter www.tsg-tuebingen.de | Telefon 07071 8609 190

(Stand 05.12.2023)

Nr.	Kurs	Sporthalle	Zeit
Montag			
1	Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	10:15 - 11:45
2	Zumba®	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:00 - 19:00
3	Sport nach Krebs	Sporthalle Uhlandstaße	18:15 - 19:00
4	Rücken & Gelenke	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:15 - 19:00
5	Functional Fitness (Männer)	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:45
6	Functional Fitness	Turnhalle Aischbachschule	18:30 - 20:00
7	Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 19:30
8	TSG-Gymnastik	Hermann-Hepper-Turnhalle	19:00 - 20:00
9	Rücken & Gelenke	Sporthalle Uhlandstaße	19:15 - 20:00
10	TSG-Gymnastik	Sporthalle Waldhäuser-Ost	20:15 - 21:15
Dienstag			
11	Fit & Bewegt (Frauen)	Turnhalle Aischbachschule	18:30 - 19:30
12	Hatha-Yoga	Ehrmann-Sportzentrum	19:00 - 20:30
13	TSG-Gymnastik	Turnhalle Philosophenweg	20:00 - 21:15
14	Zumba®	Gymnastikhalle Waldhäuser-Ost	20:30 - 21:30
Mittwoch			
15	Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 11:00
16	Fit & Bewegt	Ehrmann-Sportzentrum	11:00 - 12:00
17	Fit & Bewegt (inklusive)	Ehrmann-Sportzentrum	17:00 - 18:00
18	Fit & Bewegt (im Freien)	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:15
19	TSG-Gymnastik (M Ü70)	Turnhalle Aischbachschule	18:00 - 19:30
20	TSG-Gymnastik	Ehrmann-Sportzentrum	19:30 - 20:30
21	Tanztraining	Ehrmann-Sportzentrum	19:30 - 20:30
Donnerstag			
22	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 10:45
23	Tanztraining	Gymnastikhalle Waldhäuser-Ost	18:00 - 19:00
24	Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	18:00 - 19:30
25	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:00
26	Pilates	Französische Schule	18:15 - 19:15
27	Functional Fitness	Turnhalle Hügelschule	18:30 - 20:00
28	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	19:15 - 20:00
Freitag			
29	Functional Fitness	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 20:00

freie Plätze unter www.tsg-tuebingen.de