



S.S.G. (Sport. Spaß. Gesundheit.)

Kursangebot auch für Nichtmitglieder. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

... das komplette Angebot unter www.tsg-tuebingen.de | Telefon 07071 8609 190

(Stand 07.04.2022)

Kurs	Sporthalle	Zeit
Montag		
Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	10:15 - 11:30
Latin-Dance-Fitness	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:00 - 19:00
Sport nach Krebs	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:00 - 18:45
Rücken & Gelenke	Spielhalle Uhlandstraße (Gymnastikraum)	18:15 - 19:00
Fit & Bewegt (Männer)	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:45
Functional Fitness	Aischbachschule	18:30 - 19:30
Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 19:30
Dienstag		
Fit & Bewegt (Frauen)	Aischbachschule	18:30 - 19:30
Hatha-Yoga	Ehrmann-Sportzentrum	19:15 - 20:30
Zumba®	Gymnastikraum Waldhäuser Ost	20:30 - 21:30
Mittwoch		
Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 11:00
Wirbelsäulengymnastik	Ehrmann-Sportzentrum	11:00 - 12:00
Fit & Bewegt inklusiv	Ehrmann-Sportzentrum	17:00 - 18:00
Fit & Bewegt im Freien	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:15
Zumba®	Ehrmann-Sportzentrum	19:30 - 20:30
Donnerstag		
Rücken&Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 10:45
Tanztraining	Gymnastikraum Waldhäuser Ost	18:00 - 19:00
Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	18:00 - 19:15
Rücken&Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:00
Pilates	Französische Schule	18:15 - 19:15
Fit & Bewegt (Männer)	Hügelschule	18:30 - 19:30
Rücken&Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	19:15 - 20:00
Freitag		
Functional Fitness	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 20:00

Bei den **Kursen in rot** ist derzeit nur eine Aufnahme auf die Warteliste möglich.