

Sportangebot TuS St. Arnual



Vor Trainingsteilnahme muss eine Anmeldung erfolgen. Weitere Infos auf unserer Homepage www.tus-st-arnual.de

Unsere Trainingsstätten:

[Scharnhorsthalle \(Halle 1\)](#), [Wackenberghalle \(Halle 2\)](#), [Hohe Wacht \(Halle 3\)](#), [Im Freien \(Halle 0\)](#), [Sporthalle des Otto-Hahn-Gymnasiums \(Halle 4\)](#)

Sparte	Termin	Halle	Kontakt
--------	--------	-------	---------

Für Kinder und Jugendliche

Eltern-Kind-Turnen (0 – 4 Jahre)	Di 16:00 – 17:45	1/0	ELKI@tus-st-arnual.de
Kleinkinderturnen (3 – 6 Jahre)	Do 16:00 – 18:00	1	06805-1615
Turnen Anfänger (3 – 6 Jahre)	Do 16:00 – 18:00	1	0179-4654678 ab 16.30Uhr
Leistungsturnen	Mi 16:00 – 18:00 Fr 17:00 – 20:00	1 1	0179-4654678 ab 16.30Uhr
Judo (5 – 9 Jahre)	Di 15:45 – 17:00 Fr 15:45 – 17:00	1 1	judo@tus-st-arnual.de
Judo (ab 10 Jahre)	Di 17:15 – 18:30 Fr 17:15 – 18:30	1 1	judo@tus-st-arnual.de
Parkour (ab 8 Jahren)	Do 15.00 – 17.00	2	parkour@tus-st-arnual.de
Parkour (ab 10 Jahren)	Do 18.00 – 20.00	1	parkour@tus-st-arnual.de

Für Erwachsene

Judo	Di 18:30 – 20:00 Fr 18:30 – 20:00	1 1	judo@tus-st-arnual.de
Volleyball	Mo 20:00 – 22:00 Do 20:00 – 22:00	1 1	0681-853937 udo.vater33@gmail.com
Hobby Fußball	Mo 20:00 – 22:00	2/0	0162-4151723 tus-st-arnual@schlagges.de
Nordic Walking	Mo 17:00 – 18:30 Mi 17:00 – 18:30	0 0	0681-9384494
Wirbelsäulengymnastik	Mi 20:00 – 21:30	2	0681-9543954
Aktiv und Fit	Di 14:30 – 15:45	1	0681-51155
Yoga	Mo 18.00 – 19.00	1	katharinazumbadance@gmail.com
Zumba	Di 19:00 – 20:00	4	katharinazumbadance@gmail.com
Selbstverteidigung für Frauen	nach Ankündigung	1	info@tus-st-arnual.de

Reha-/Gesundheitssport

Wirbelsäulengymnastik	Mi 20:00 – 21:30	2	0681-9543954
Lungensport	Mo 14:00 – 15:30 Di 18:00 – 20:00 Do 09:30 – 11:00 Fr 13:30 – 15:00	2 1 2 2	06893-5574
Parkinson-/Seniorengruppe Ab 01.07.2023	Di 9:00 – 10:00	1	0681-3839637 asch.heidi@web.de
PAVK/Gefäßsport	Mo 16:00 – 17:30	3	06893-5574