



TuS Iznang  
Corinna Detzel  
Tel. 07732-972159  
vorstand@tus-iznang.de



**Pluspunkt  
Gesundheit**  
DEUTSCHER TURNER-BUND

**GYMWELT**  
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

| Tag / Uhrzeit     | Angebot   | Ort                             | Übungsleiter*in                                   | Kontakt                | Kommentar  |
|-------------------|---|---------------------------------|---|------------------------|--|
| <b>Montag</b>     |   |                                 |   |                        |  |
| 09:00 - 10:00 Uhr | Fit in die Woche für Senioren ab 60             | Sporthalle Mooswald             | Bärbel Keppler                                    | 07732 54045            | gemischte Gruppe   |
| 15:30 - 16:30 Uhr | Kinderturnen 4 bis 6-jährige                    | Sporthalle Mooswald             | Carina Dettling / Melanie Bohner / Carina Brunner | carina.dettling@gmx.de |  |
| 16:30 - 18:00 Uhr | Turn Training Jungs                             | Sporthalle Mooswald             | Carina Brunner                                    | carina_koller@web.de   |  |
| 17:00 - 18:30 Uhr | Leichtathletik U12                              | Sportanlagen Mooswald           | Jule Gebhart / Malin Richter                      | 07732 8236293          | nach Ostern Sportanlagen Mooswald<br>ab Herbst Sporthalle Mooswald |
| 18:30 - 19:30 Uhr | Wohlbefinden durch Bewegung                     | Sporthalle Mooswald             | Ulli Merkel                                       | 07732 972224           | gemischte Gruppe   |
| 20:00 - 21:30 Uhr | Männer Fitness                                  | Sporthalle Mooswald             | Ehrfried Deschner                                 | 0177 2300567           |  |
| <b>Dienstag</b>   |   |                                 |   |                        |  |
| 17:30 - 18:30 Uhr | Leichtathletik U14                              | Sportanlagen Mooswald           | Emma Meser-Pauner / Janne Hoffmann                | 0162 8233563           | ganzzjähriges Outdoor Training                                     |
| 18:30 - 20:00 Uhr | Leichtathletik U16+                             | Sportanlagen Mooswald           | Giannina Bartholz                                 | 0160 5675592           | nach Ostern Sportanlagen Mooswald<br>ab Herbst Sporthalle Mooswald |
| 18:30 - 20:00 Uhr | Freizeitsport Basketball Damen                  | Sportanlagen Mooswald           | Lena Knapp  | 07732 9589958          | April bis Oktober  |
| 20:00 - 21:30 Uhr | Freizeitsport Basketball Damen                  | Sportanlagen Mooswald           | Lena Knapp  | 07732 9589958          | November - März  |
| 20:00 - 21:30 Uhr | Freizeitsport Badminton                         | Sporthalle Mooswald             | Holger Neubart                                    | 0170 3052648           |  |
| <b>Mittwoch</b>   |   |                                 |   |                        |  |
| 09:00 - 10:00 Uhr | Fitnessgymnastik                                | Sporthalle Mooswald             | Petra Bödecker                                    | 07732 9435517          | gemischte Gruppe   |
| 10:15 - 11:15 Uhr | Bewegungsstunde für Senioren ab 70 Jahren       | Sporthalle Mooswald             | Petra Bödecker                                    | 07732 9435517          | gemischte Gruppe   |
| 15:00 - 16:00 Uhr | Eltern und Kund Gruppe 1                        | Sporthalle Mooswald             | Wiebke Speiermann                                 | 0176 24246487          |  |
| 16:00 - 17:00 Uhr | Eltern und Kund Gruppe 2                        | Sporthalle Mooswald             | Wiebke Speiermann                                 | 0176 24246487          |  |
| 19:00 - 20:00 Uhr | BMW - Bauch muss weg                            | Sporthalle Mooswald             | Judith Stader                                     | 07732 4152             | von April bis Oktober  |
| 19:15 - 20:15 Uhr | BMW - Bauch muss weg                            | Sporthalle Mooswald             | Judith Stader                                     | 07732 4152             | von Novembr bis März   |
| 19:30 - 20:30 Uhr | Functional Training Circle                      | Sporthalle Mooswald             | Corinna Detzel                                    | 0177 2380119           | gemischte Gruppe   |
| <b>Donnerstag</b> |   |                                 |   |                        |  |
| 09:00 - 10:00     | Faszientraining                                 | Sporthalle Mooswald             | Petra Bödecker                                    | 07732 9435517          | gemischte Gruppe   |
| 14:30 - 16:00 Uhr | Nordic Walking                                  | div. Treffpunkte bitte erfragen | Bärbel Keppler                                    | 07732 54045            | gemischte Gruppe   |
| 15:45 - 16:30 Uhr | Basketball für Vor- und Grundschüler 5-10 Jahre | Sportanlagen Mooswald           | Chris Bart-Williams / Marie Missalek              | 0044 7766 026978       | ab September 2024<br>wird als Kurs zzgl. Kursgebühr angeboten      |
| 16:30 - 18:00 Uhr | Zirkus / Akrobatik                              | Sportanlagen Mooswald           | Susanne Westbrock                                 | 07732 9453050          |  |
| 17:00 - 18:30 Uhr | Leichtathletik U12/U14                          | Sportanlagen Mooswald           | Emma Meser-Pauner / Janne Hoffmann                | 0162 8233563           | nach Ostern Sportanlagen Mooswald<br>ab Herbst Sporthalle Mooswald |
| 18:00 - 19:00 Uhr | Pilates   | Sporthalle Mooswald             | Maria Rauch                                       | 07732 53307            |  |
| 18:30 - 20:00 Uhr | Leichtathletik U16+                             | Sportanlagen Mooswald           | Giannina Bartholz                                 | 0160 5675592           | nach Ostern Sportanlagen Mooswald<br>ab Herbst Sporthalle Mooswald |
| 19:00 - 20:00 Uhr | Fit und gesund Gymnastik für unsere Senioren    | Sporthalle Mooswald             | Sonja Nehlsen                                     | 07732 55618            | November bis März  |
| 19:30 - 20:30 Uhr | Fit und gesund Gymnastik für unsere Senioren    | Sporthalle Mooswald             | Sonja Nehlsen                                     | 07732 55618            | April bis Oktober  |
| <b>Freitag</b>    |   |                                 |   |                        |  |
| 16:30 - 17:30 Uhr | Leichtathletik U8/U10                           | Sportanlagen Mooswald           | Marina Keppler/Julia Goldhammer                   | 0177 6509716           | nach Ostern Sportanlagen Mooswald<br>ab Herbst Sporthalle Mooswald |
| 17:30 - 19:00 Uhr | Turn Training Jungs                             | Sporthalle Mooswald             | Carina Brunner                                    | carina_koller@web.de   |  |
| 19:00 - 20:00 Uhr | Krafttraining Leichtathletik Leistungsgruppe    | Sporthalle Mooswald             | Giannina Bartholz                                 | 0160 5675592           |  |
| 19:00 - 20:30 Uhr | Freizeitsport Basketball Herren                 | Sporthalle Mooswald             | Frank Guth  | 0170 9204030           |  |
| <b>Samstag</b>    |   |                                 |   |                        |  |
| 10:00 - 12:00 Uhr | Zirkussport                                     | Sporthalle Mooswald             | Susanne Westbrock / Paul Koch                     | 07732 9453050          | 14-tägig   |
| 09:00 - 10:00 Uhr | Lauftraining Leichtathletik Leistungsgruppe     | Sportanlagen Mooswald           | Giannina Bartholz                                 | 0160 5675592           |  |