



# Turn- und Sportverein Hammenstedt e.V.

## Angebot



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11:15-12:15	Rückenfit				
15:00					
15:30					
16:00		Ball- und Bewegungsschule ab 5 Jahre (ab Herbst)	Eltern-Kind-Turnen		
16:30					
17:00		Ball- und Bewegungsspiele ab 8 Jahre (ab Herbst)	Tabata		
17:30					
18:00		Zumba (ab Herbst)	Turnen für Ältere	Line-Dance	Tischtennis
18:30	Wirbelsäulengymnastik				
19:00		Tischtennis		Beachvolleyball	
19:30	Darts				
20:00		Fußball	Männerturnen (Volleyball)		
20:30					
21:00					
21:30					

April - Oktober: Tennis, Boule, Beachvolleyball

Kinder + Jugend      Gesundheitssport      Fitness u. Workout      Basisangebot