

## Turn- und Sportplan 15. November 2025 – 28. Februar 2026

### Montag

|               |                                                    |                             |
|---------------|----------------------------------------------------|-----------------------------|
| 09.00 – 10.00 | Wirbelsäulengymnastik/Bewegen und Stabilisieren    | O.-Steiner-Halle            |
| 10.00 – 11.00 | Wirbelsäulengymnastik/Bewegen und Stabilisieren    | O.-Steiner-Halle            |
| 16.00 – 17.30 | Eltern-Kind-Turnen (2 – 4 Jahre)                   | Schulsporthalle             |
| 16.00 – 17.30 | Kinderturnen (ab 7 J.)<br><b>z. Zt. ausgebucht</b> | Schulsporthalle             |
| 17.30 – 19.00 | Nordic Walking                                     | nach Vereinbarung (siehe 1) |
| 18.00 – 20.00 | Leichtathletik (ab 10 Jahre)                       | O.-Steiner-Halle            |
| 19.00 – 20.00 | Herzsport                                          | Schulsporthalle             |
| 18.30 – 19.30 | Yoga                                               | Waldorfschule Otterberg     |
| 20.00 – 22.00 | Fitnesssport für Männer                            | O.-Steiner-Halle            |

### Dienstag

|               |                                 |                   |
|---------------|---------------------------------|-------------------|
| 08.30 – 10.00 | Nordic Walking                  | nach Vereinb. (1) |
| 16.00 – 17.30 | Kleinkinderturnen (4 – 7 Jahre) | Schulsporthalle   |
| 17.30 – 19.00 | Leichtathletik (6 – 10 Jahre)   | O.-Steiner-Halle  |
| 19.30 – 20.30 | Callanetics                     | O.-Steiner-Halle  |

### Mittwoch

|               |                       |                  |
|---------------|-----------------------|------------------|
| 09.00 – 10.30 | Fremdbelegung         | O.-Steiner-Halle |
| 17.00 – 18.00 | Frauengymnastik       | O.-Steiner-Halle |
| 18.10 – 19.10 | Piloxing (Kursangeb.) | O.-Steiner-Halle |
| 18.30 – 20.30 | Leichtathletik        | Schulsporthalle  |
| 19.30 – 21.00 | Aerobic (50+)         | O.-Steiner-Halle |

## Turn- und Sportplan 15. November 2025 – 28. Februar 2026

### Donnerstag

|                |                                    |                  |
|----------------|------------------------------------|------------------|
| 16.00 – 17.30  | Geräteturnen                       | Schulsporthalle  |
| 16.00 – 17.30  | Eltern-Kind-Turnen (2 – 4 Jahre)   | Schulsporthalle  |
| 15.30 – 16.30  | Showtanz für Kids (5 – 9 Jahre)    | O.-Steiner-Halle |
| 16.30 – 18.00  | Showtanz für Teens (9 – 15 Jahre)  | O.-Steiner-Halle |
| 17.30 – 19.30  | Showtanz und Fitness (ab 15 Jahre) | O.-Steiner-Halle |
| Nach Absprache | Lauftreff (2)                      | ab Kerweplatz    |
| 19.30 – 20.30  | Callanetics                        | O.-Steiner-Halle |

### Freitag

|               |               |                  |
|---------------|---------------|------------------|
| 19.00 – 20.30 | Tanzsport (3) | O.-Steiner-Halle |
|---------------|---------------|------------------|

### Samstag

|               |                   |                  |
|---------------|-------------------|------------------|
| ab 8.00       | Lauftreff         | ab Kerweplatz    |
| 09.00 – 10.00 | Yoga (Kursangeb.) | O.-Steiner-Halle |

- (1) Kontakt Martina Bold 0 63 01-3 08 85  
 (2) Kontakt Ferdinand Germann 0 63 01-3 23 48  
 (3) Kontakt Steffen Grützner 0 63 01-3 78 40

Im **Schaukasten** am Eingangsbereich zur Oskar-Steiner-Halle und im Internet unter [www.tus-otterbach.de](http://www.tus-otterbach.de) finden sie weitere Infos über den TUS Otterbach und sein breitgefächertes Turn- und Sportangebot.

## Unsere Angebote

- ▶ Aerobic
- ▶ Callanetics
- ▶ Eltern-Kind-Turnen
- ▶ Fitness-Sport für Männer
- ▶ Frauengymnastik
- ▶ Geräteturnen
- ▶ Herzsport
- ▶ Kinderturnen
- ▶ Kleinkinderturnen
- ▶ Kursangebote
- ▶ Lauftreff
- ▶ Leichtathletik
- ▶ Nordic Walking
- ▶ Piloxing (Kursangebot)
- ▶ Showtanz für Kids und Teens
- ▶ Showtanz und Fitness
- ▶ Sportabzeichen
- ▶ Tanzsport
- ▶ Wirbelsäulengymnastik/Bewegen und Stabilisieren
- ▶ Yoga (Kursangebot)

## Monatlicher Mitgliedsbeitrag

|                                                                               |                          |
|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre, Studenten, Rentner, Herzsport und Behinderte | 4,00 €                   |
| Erwachsene                                                                    | 6,00 €                   |
| Alleinerziehende mit aktiven Kindern/Jugendlichen                             | 8,00 €                   |
| Ehepaare ohne aktive Kinder                                                   | 10,00 €                  |
| Familienbeitrag                                                               | 12,00 €                  |
| Kursgebühren                                                                  | siehe jeweiliges Angebot |

## Fakten, Fakten, Fakten

- Den TUS Otterbach erreichen Sie unter:  
**Turn- und Sportverein Otterbach e. V.**  
**Sternberger Straße 21**  
**67731 Otterbach**  
oder im Internet unter:  
[www.tus-otterbach.de](http://www.tus-otterbach.de)  
[info@tus-otterbach.de](mailto:info@tus-otterbach.de)
- Der TUS Otterbach ist mit ca. 1000 Mitgliedern der größte Verein in Otterbach.
- Ideell und finanziell wird er von seinem Förderverein unterstützt.
- Rund 1/3 aller TUS-Mitglieder sind Kinder und Jugendliche; die weiblichen Mitglieder sind mit 2/3 aller Vereinsmitglieder die stärkste Gruppe.
- Über 20 Übungsleiter, Trainer und Betreuer garantieren Woche für Woche über 50 Sportstunden für Fitness, Gesundheit, Breiten- und Freizeitsport, Wettkampf- oder Leistungssport.
- Interessierte können unsere Sportangebote **einen Monat lang** bei vollem Versicherungsschutz testen. Einfach hingehen, mit den Übungsleiter:innen sprechen und mitmachen.
- Die vereinseigene und moderne »**Oskar-Steiner-Halle**« des TUS Otterbach ist eine für Sport, Freizeitveranstaltungen, Seminare und Tagungen zeitgemäß ausgestattete Halle.  
Vermietung über Ferdinand Germann  
**Anmeldung mindestens 4 Wochen vorher**  
Telefon: 0 63 01-3 23 48

## Vorstandsmitglieder

|                    |                        |                    |
|--------------------|------------------------|--------------------|
| Hermann-J Hartmann | Vorsitzender           | 0 63 01-84 25      |
| Karsten Hubing     | stv. Vorsitzender      | 0 63 01-25 09      |
| Sandra Jung        | stv. Vorsitzende       | 0 63 01-6 09 75 66 |
| Silke Diehl        | Sport- und Spielwartin | 0176-84 17 27 27   |
| Ingrid Mummert     | Schatzmeisterin        | 0 63 01-3 07 49    |
| Marion Grützner    | Schriftführerin        | 0 63 01-3 78 40    |
| Marco Garbe        | Jugendwart             | 0157-56 32 72 94   |

## Ausschussmitglieder

|                  |                       |                    |
|------------------|-----------------------|--------------------|
| Martina Bold     |                       | 0 63 01-3 08 85    |
| Bärbel Braun     |                       | 0 63 01-3 08 94    |
| Uschi Burger     | Mitgliederwartin      | 0 63 01-3 02 42    |
| Roswitha Geib    |                       | 0 63 01-7 96 40 35 |
| Steffen Grützner | Öffentlichkeitsarbeit | 0 63 01-3 78 40    |
| Heidi Korn       |                       | 0 63 01-34 13      |
| Johann Schock    |                       | 0 63 01-3 06 09    |
| Swetlana Schock  |                       | 0 63 01-3 06 09    |
| Erika Zapotoczny |                       | 0 63 01-99 28      |

## Übungsleiter

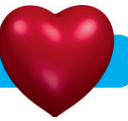
|                             |                            |                         |
|-----------------------------|----------------------------|-------------------------|
| Aerobic 50+                 | Bärbel Braun               | 0 63 01-3 08 94         |
| Callanetics                 | Ingrid Mummert             | 0 63 01-3 07 49         |
| Eltern-Kind-Turnen          | Heidi Korn                 | 0 63 01-34 13           |
| Frauengymnastik             | Stephanie Najafzadeh       | 0174-2 47 16 40         |
| Herzsport                   | Erika Zapotoczny           | 0 63 01-99 28           |
| Geräteturnen                | Camilla Kipp               | 0 63 01-7 99 79 27      |
|                             | Anne Fleschler             | 0176-55 61 61 55        |
| Kleinkinderturnen           | Heidi Korn                 | 0 63 01-34 13           |
|                             | Camilla Kipp               | 0 63 01-7 99 79 27      |
| Leichtathletik              | <b>Hermann-J. Hartmann</b> | <b>0 63 01-84 25</b>    |
|                             | Marco Garbe                | 0157-56 32 72 94        |
|                             | Oliver Geib                | 01520-1 98 47 28        |
| Männersport, Lauftreff      | Ferdinand Germann          | 0 63 01-3 23 48         |
| Nordic-Walking              | Martina Bold               | 0 63 01-3 08 85         |
| Piloxing                    | Stephanie Najafzadeh       | 0174-2 47 16 40         |
| Showtanz für Kids und Teens | Silke Diehl                | Silke-hartmann89@web.de |
|                             | Sandra Jung                | Jung1989@t-online.de    |
|                             | Lina Fix                   | lina_kappesser@web.de   |
| Showtanz und Fitness        | Petra Jung                 | 0176-53 85 16 21        |
|                             | Silke Diehl                | Silke-hartmann89@web.de |
| Tanzsport für Erw.          | Kontakt: St. Grützner      | 0 63 01-3 78 40         |
| Wirbelsäulengymnastik       | Martina Bold               | 0 63 01-3 08 85         |
| Yoga                        | Maria Mai                  | 0 63 01-85 19           |



SPORT MIT



FÜRS



TUS Otterbach

# Winter-Sportplan

15. November 2025 –  
28. Februar 2026

- Gesundheit und Fitness
- Freizeit- und Leistungssport
- Spaß und Geselligkeit