

Turn- und Sportplan 15. November 2024 – 28. Februar 2025

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	Geräteturnen (ab 7 J.)	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 19.45 – 21.00	Yoga (2 Kurse)	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

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
19.30 – 20.30	Piloxing (Kursangebot)	Schulturnhalle

Turn- und Sportplan 15. November 2024 – 28. Februar 2025

Donnerstag

16.00 – 17.30	Geräteturnen	Schulsporthalle
16.00 – 17.30	Eltern-Kind-Turnen (2 – 4 Jahre)	Schulsporthalle
16.30 – 17.30	Showtanz für Kids (5 – 9 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 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
- ▶ Gerätturnen
- ▶ Herzsport
- ▶ Kinderturnen
- ▶ Kleinkinderturnen
- ▶ Kursangebote
- ▶ Lauftreff
- ▶ Leichtathletik
- ▶ Nordic Walking
- ▶ Piloxing (Kursangebot)
- ▶ Showtanz für Kids
- ▶ 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
info@tus-otterbach.de
- ▶ Der TUS Otterbach ist mit über 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 dem 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
- ▶ Neben der Oskar-Steiner-Halle befindet sich die gemütliche Vereinsgaststätte **»Schlossbergstube«** mit 40 Plätzen und einem Nebenzimmer für 18 Personen, großer Freiterrasse mit herrlicher Aussicht und Biergarten. Die Halle selbst bietet Platz für 80 – 400 Personen.
Pächter: Luca Winterkamp
Telefon: 0 63 01-718 718
Ruhetag: Montag/Dienstag
www.schlossbergstube-otterbach.de

Vorstandsmitglieder

Hermann-J Hartmann	Vorsitzender	0 63 01-84 25
Karsten Hubing	stv. Vorsitzender	0 63 01-25 09
Karl Burger	stv. Vorsitzender	0 63 01-3 02 42
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
Robert Bold		0 63 01-3 08 85
Bärbel Braun		0 63 01-3 08 94
Roswitha Geib		0 63 01-7 96 40 35
Steffen Grützner		0 63 01-3 78 40
Heidi Korn		0 63 01-34 13
Swetlana Schock		
Erika Zapotoczny		0 63 01-99 28
Uschi Burger	Kooptiertes Ausschussmitglied und Mitgliederwartin	0 63 01-3 02 42

Übungsleiter

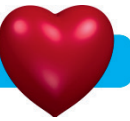
Aerobic	Bärbel Braun	0 63 01-3 08 94
Callanetics	Ingrid Mummert	0 63 01-3 07 49
Eltern-Kind-Turnen	Heidi Korn	0 63 01-34 13
Frauengymnastik	Stephanie Najafzadeh	0174-2 47 16 40
Herzsport	Erika Zapotoczny	0 63 01-99 28
Geräteturnen	Camilla Kipp Heidi Korn Anne Fleschler	0 63 01-7 99 79 27 0 63 01-34 13 0176-55 61 61 55
Kleinkinderturnen	Heidi Korn Camilla Kipp	0 63 01-34 13 0 63 01-7 99 79 27
Leichtathletik	Hermann-J. Hartmann Marco Garbe Oliver Geib	0 63 01-84 25 0157-56 32 72 94 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	Silke Hartmann Sandra Jung Lina Kappesser	Silke-hartmann89@web.de Jung1989@t-online.de lina_kappesser@web.de
Showtanz und Fitness	Petra Jung Silke Hartmann	0176-53 85 16 21 0176-84 17 27 27
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 2024 –
28. Februar 2025

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