



Überblick Sportprogramm ab Januar 2024 bis März 2024



Kinder / Jugend

Montag	Eltern und Kind Turnen	1-3 Jahre	16:00-17:00	Halle Grundschule Kaan	Krzysztof Borkowski
Dienstag	Mädchen Spiel+Spass u.v.m.	ab 5 Jahre	16:00-17:00	Halle Grundschule Kaan	Cynthia Basiak
	Mädchen Spiel+Spass u.v.m.	ab 8 Jahre	17:00-18:00	Halle Grundschule Kaan	Cynthia Basiak
Mittwoch	Kinder Tischtennis	6-10 Jahre	16:00-17:30	Halle Grundschule Kaan	Patrick Oberhauser / Marlene Mahle
	Jugend Tischtennis	11-17 Jahre	16:00-17:30	Halle Grundschule Kaan	Patrick Oberhauser / Marlene Mahle
	Vorschulgruppe	3-5 Jahre	16:30-17:30	Halle FCS Augärtenstr.	Martin Schlabach
Freitag	Kinder Leichtathletik	6-12 Jahre	16:45-17:45	Halle Grundschule Kaan	Vanessa Klein
	Jungen Turnen	ab 8 Jahre	17:45-19:00	Halle Grundschule Kaan	Torsten Klein

Erwachsene

Montag	Hot Iron	17:30-18:30	Halle Grundschule Kaan	Thomas Freudenberg
	Damen Funktionsgymnastik 50+	20:00-21:30	Halle Grundschule Kaan	Judith Drakidis
Dienstag	Herren Funktionsgymnastik 60+	18:30-19:30	Halle Grundschule Kaan	Frank Hoffmann
	Lauftraining	18:00-19:30	SiegArena	Laufabteilung@tuskaan.de
	Pilates	19:30-20:30	Halle Grundschule Kaan	Karla Meier
Mittwoch	Ballsport (Volleyball)	17:45-18:45	Halle Grundschule Kaan	Klaus Krieger
	Leichtathletik	16:30-17:30	Halle FCS Augärtenstr.	Kerstin Spill
	Yoga	18:45-19:45	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de
	Damen Aerobic, Stepp, Gym.	20:00-21:30	Halle Grundschule Kaan	Lea Marie Becker
Donnerstag	Reha Orthopädie (mit ärztl. Verordnung)	16:30-17:15	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de
	Damen Funktionsgymnastik 55+	17:30-18:30	Halle Grundschule Kaan	Karla Meier
	Reha Herzsport (mit ärztl. Verordnung)	18:45-20:15	Halle Grundschule Kaan	Elke Stötzel
	Lauftraining	18:00-19:30	(wechselnde Orte)	Laufabteilung@tuskaan.de
Damen + Herren Tischtennis	20:15-22:00	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de	
Freitag	Reha Orthopädie (mit ärztl. Verordnung)	15:00-15:45	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de
	Reha Orthopädie (mit ärztl. Verordnung)	15:45-16:30	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de
	Bodyworkout für Herren anschl. Ballsport	19:00-20:15	Halle Grundschule Kaan	Klein/Wilsmann
	Nordic Walking	17:00-18:30	Start: Sportplatz Kaan	Christine Prade
Samstag	Reha Orthopädie (mit ärztl. Verordnung)	9:00-9:45	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de
	Reha Orthopädie (mit ärztl. Verordnung)	10:00-10:45	Halle Grundschule Kaan	bschoenling@web.de

bei Interesse und Fragen einfach melden unter Kursangebot@tusKaan.de
oder auf unserer Homepage: www.tuskaan.de