

# Sportprogramm

Sportart	Übungsleiter	Ort und Zeit
Basketball für Jugendliche ab 12 Jahre	Lüttgens, Arno	Do. 18:00 Uhr - 20:00 Uhr, Mzh
Bewegung und Entspannung	Grüneich, Denise	Mo. 20:00 Uhr - 21:30 Uhr, Gh
BOP (Bodyworkout)	Umschlag, Yvonne	Mo. 17:30 Uhr - 19:00 Uhr, Mzh
DanceFit	Umschlag, Yvonne	Do. 20:00 Uhr - 21:30 Uhr, Gh
Eltern- und Kindturnen	Langel, Birgit	Do. 16:00 Uhr - 17:00 Uhr, Mzh Do. 17:00 Uhr - 18:00 Uhr, Mzh
Erlebnisswelt Sport / Kinderturnen ab 6 Jahre	Steenebrügge, Udo	Fr. 14:30 Uhr - 16:00 Uhr, Mzh Fr. 16:00 Uhr - 17:00 Uhr, Mzh
Fit und gesund	Grüneich, Denise	Mi. 20:00 Uhr - 21:30 Uhr, Gh
Hatha Yoga	Buchholz, Wolfgang	Di. 20:15 Uhr - 21:45 Uhr, Gh, (z.Z.Aufn.Stopp)
Lauf-Treff	Stephan, Matthias	Mi. 18:30 Uhr - 19:30 Uhr, S
Moderner Kindertanz 7 bis 9 Jahre ab 10 Jahre	Umschlag, Yvonne Umschlag, Yvonne	Mi. 16:00 Uhr - 17:00 Uhr, Gh Mo. 16:30 Uhr - 17:30 Uhr, Mzh
Rückenfitness	Jenniges-Merz, Uschi	Di. 18:00 Uhr - 19:00 Uhr, Gh Di. 19:00 Uhr - 20:00 Uhr, Gh
Seniorengymnastik für Frauen und Männer	Umschlag, Yvonne	Do. 16:00 Uhr - 17:00 Uhr, Gh
Tischtennis für Damen und Herren	Schiemann, Thomas	Mo. 19:00 Uhr - 22:00 Uhr, Mzh
Tischtennis – Jugend ab 8 J.	Völker, Marco	Di. 16:30 Uhr – 18:00 Uhr, Gh Fr. 17:00 Uhr – 19:00 Uhr, Mzh
Vitalgymnastik	Krämer, Daniela	Di. 20:00 Uhr - 21:30 Uhr, Mzh
Volleyball - Mixed	Goetz, Mario	Mi. 19:30 Uhr - 22:00 Uhr, Mzh
Wirbelsäulengymnastik	Grüneich, Denise	Do. 08:30 Uhr - 09:30 Uhr, Gh

Mzh: Mehrzweckhalle Meindorf Gh: Gymnastikhalle Meindorf S: am Sportplatz Meindorf / Sieg  
Stand: 11.01.2019

**TuS Meindorf e.V., Liebfrauenstraße 56, 53757 Sankt Augustin,  
Tel. 02241/313010 E-Mail: [info@tus-meindorf.de](mailto:info@tus-meindorf.de)**