

## TSV Berge-Westerbauer 1879 e. V.

### Kursangebote & Stundenübersicht (Stand Mai 2026)

Uhrzeit/Wochentag		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>Vormittag</b>	09:00-09:45 Uhr	Orthopädie		Lungensport			
	10:00-10:45 Uhr	Orthopädie					
	10:00-11:00 Uhr						FitMix
	11:00-11:45 Uhr			Orthopädie			
	11:45-12:45 Uhr					Halt Dich fit	
<b>Nachmittag</b>	15:15-16:15 Uhr					Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre) - GS Vogelsang	
	16:00-16:45 Uhr		Lungensport				
	16:30-17:15 Uhr				Orthopädie		
	16:30-17:30 Uhr					Kinderturnen (4-6 Jahre) - GS Vogelsang	
	17:00-17:45 Uhr		Lungensport				
	17:30-18:15 Uhr	Orthopädie					
	17:45-18:45 Uhr				RückenFit		
<b>Abend</b>	18:00-19:00 Uhr			Herzsport ab Juli 2026			
	18:30-19:30 Uhr		Zumba				
	19:00-20:00 Uhr				Step-Aerobic		
	19:15-20:15 Uhr			FitMix			

Farblegende	grün	orange	blau	Neu/in Planung		
	Breitensport im BiB-Center	Rehasport im BiB-Center	Kinder- und Familienangebot in der Sporthalle Grundschule Gevelsberg-Vogelsang	Yoga für Kids (ab September 2026)	Yoga für Erwachsene (ab September 2026)	Rehasport Neurologie