

TSV Berge-Westerbauer 1879 e. V.

Kursangebote & Stundenübersicht (Stand August 2026)

Uhrzeit/Wochentag		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Farblegende
Vormittag	09:00-09:45 Uhr	Orthopädie (Reha)		Lungensport (Reha)				Magenta
	10:00-10:45 Uhr	Orthopädie (Reha)		Orthopädie (Reha)				Sonderprogramm mit begrenzter Laufzeit
	10:00-11:00 Uhr						FitMix	Grün
	11:00-11:45 Uhr			Orthopädie (Reha)				Breitensport im BiB-Center
	11:45-12:45 Uhr					Halt Dich fit		Orange
	12:00-12:45 Uhr					Neurologie (Reha) (Start am 25.09.26)		Rehasport im BiB-Center
Nachmittag	15:15-16:15 Uhr					Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre) - GS Vogelsang		Blau
	16:00-16:45 Uhr		Lungensport (Reha)					Kinder- und Familienangebot in der Sporthalle Grundschule Gevelsberg-Vogelsang
	16:30-17:15 Uhr			Yoga für Kids (Start am 09.09.26)				
	16:30-17:30 Uhr					Kinderturnen (4-6 Jahre) - GS Vogelsang		
	17:00-17:45 Uhr		Lungensport (Reha)					
	17:30-18:15 Uhr	Orthopädie (Reha)						
	17:45-18:45 Uhr				RückenFit			
Abend	18:00-19:00 Uhr			Herzsport (Reha)				Neu/inPlanung
	18:30-19:30 Uhr	Yoga Erwachsene Anfänger (Start am 07.09.)	Zumba					Rehasport Diabetes und PAVK
	19:00-20:00 Uhr	Intervalltraining (15.06. bis 31.08.)			Step-Aerobic			
	19:15-20:15 Uhr			FitMix				