

# STARTE DURCH



**IM NEUEN JAHR  
MIT UNSEREN  
SPORTANGEBOTEN**



**TuS Schwarz-Weiß Brauweiler 1951 e.V.**  
Mathildenstr. 1  
50259 Pulheim.

[www.tus-brauweiler.de](http://www.tus-brauweiler.de)  
[info@tus-brauweiler.de](mailto:info@tus-brauweiler.de)



## Wir haben freie Plätze:

### Montag:

- 18 – 19 Uhr Strong Nation, Mehrzweckhalle Dansweiler
- 19.15 – 19.45 Uhr Circl Mobility, Mehrzweckhalle Dansweiler

### Dienstag:

- 9 – 10 Uhr Yogalates **Online**, unser Homesport-Angebot per Zoom
- 18.30 – 19.30 Uhr Latin Dance Fitness, Kinder- und Jugendhaus Zahnrad
- 20 – 21 Uhr Fitness/Workout, alte Dreifachturnhalle Kastanienallee

### Mittwoch:

- 18 – 19.30 Uhr Line Dance für Anfänger, TuS-Treff Donatusstraße
- 19 – 20 Uhr Strong Nation Weights, LVR-Schule Donatusstraße
- 20 -22 Uhr Bodyweight-Training **für Männer**, Turnhalle Jahnstraße

### Donnerstag:

- 16.30 – 17.30 Circl Mobility, TuS-Treff Donatusstraße
- 18 – 19 Uhr Hula-Hoop-Fitness, Kinder- und Jugendhaus Zahnrad
- 19 – 20 Uhr Hula-Hoop-Fitness, Kinder- und Jugendhaus Zahnrad
- 18.30 – 19.30 Uhr Kaha, alte Dreifachturnhalle Kastanienallee
- **Neuer Kurs: Rückenfit II, 19.30 – 20.30 Uhr, alte Dreifachturnhalle Kastanienallee**

### Freitag:

- 17.30 – 18.30 Uhr Innere Kraft, TuS-Treff Donatusstraße

Bei Interesse bitte einfach melden unter 02234-6036540 oder [info@tus-brauweiler.de](mailto:info@tus-brauweiler.de).

Auf unserer Homepage [www.tus-brauweiler.de](http://www.tus-brauweiler.de) finden Sie auch ein interessantes Kursangebot für Nichtmitglieder.