

SPORTANGEBOTE - Erwachsene

www.tus-brauweiler.de



Kurs Fitness/Gesundheits-
sport mit Kursbeitrag³⁾
Kurs (mit Fit-Plus -
Zuzahlung: zur Zeit ausgesetzt²⁾)
Präventionskurs³⁾
Reha-Sport
mit ärztl. Verordnung
Fitness Breitensport¹⁾
Leichtathletik - Breitensport¹⁾

Montag

Fit für 100
9:30 - 10:30 ev. Gemeindesaal
Fit für 100
10:45 - 11:45 ev. Gemeindesaal
Tänzerische Fitness
11:00 - 12:00 TuS Treff
Reha-Neurologie
16:00 - 17:00 Donatusschule
Reha-WBS
17:00 - 18:00 Donatusschule
Rückenfit
17:15 - 18:15 TuS Treff
Strong Nation®
18:00 - 19:00 Halle Dansweiler
Circl Mobility®
19:15 - 19:45 Halle Dansweiler
Rückenfit
18:30 - 19:30 TuS Treff
Ballsport für Frauen
20:00 - 21:30 Neue Halle
Männerfitness
20:00 - 22:00 Alte Halle

Dienstag

Yogalates online
9:00 - 10:00 digital per Zoom
Reha-Diabetes
9:30 - 10:30 TuS Treff
Vital & Fit
11:00 - 12:00 TuS Treff
Walking
15:00 - 16:00 Parkplatz Forsthaus
Pilates
17:15 - 18:15 TuS Treff
Pilates
18:15 - 19:15 TuS Treff
Reha-WBS
17:30 - 18:30 Donatusschule
Reha-Herzsport
18:30 - 19:30 Donatusschule
Reha-Herzsport
19:30 - 21:00 Donatusschule
Lauftreff
18:00 - 19:00 Parkplatz Forsthaus
Latin Dance Fitness
18:30 - 19:30 Zahnrad
QiGong
19:00 - 20:00 Halle Dansweiler
Yoga
19:30 - 21:00 TuS Treff
Fitness/Workout
20:00 - 21:00 Alte Halle

Mittwoch

Walking
09:00 - 10:00 Parkplatz Forsthaus
Qi Gong
9:30 - 10:30 TuS Treff
Fit für 100
9:30 - 10:30 ev. Gemeindesaal
Fit für 100
10:45 - 11:45 ev. Gemeindesaal
Rückenfit
18:00 - 19:00 Halle Jahnstr.
Vinyasa Yoga
18:00 - 19:00 evka-Familienzentrum
Zumba®
18:00 - 19:00 Zahnrad
Line Dance (Anfänger)
18:00 - 19:30 TuS-Treff
Line Dance (Fortgeschrittene)
19:30 - 21:00 TuS-Treff
Step-Fitness
19:00 - 20:00 Halle Jahnstr.
Body Fit
20:00 - 21:00 Donatusschule
Bodyweight-Training
20:00 - 22:00 Turnhalle Jahnstraße

Donnerstag

Pilates
9:00 - 10:00 TuS Treff
Vinyasa Yoga
10:00 - 11:00 TuS Treff
Circl Mobility®
16:30 - 17:30 TuS Treff
Reha-Knie- und Hüft-TEP
17:30 - 18:30 Donatusschule
Reha-WBS
18:30 - 19:30 Donatusschule
Hula-Hoop-Fitness
18:00 - 19:00 Zahnrad
Hula-Hoop-Fitness
19:00 - 20:00 Zahnrad
Lauftreff
18:00 - 19:00 Parkplatz Forsthaus
Kaha®
18:30 - 19:30 Alte Halle
Rückenfit II
19:30 - 20:30 Alte Halle
QiGong
19:30 - 20:30 Uhr TuS Treff
Reha-Herzsport
19:30 - 21:00 Donatusschule

Freitag

Achtsam und Fit ins WE
10:00 - 11:00 TuS-Treff
Aroha®
17:30 - 18:30 Halle Jahnstr.
Innere Kraft
17:30 - 18:30 Uhr TuS-Treff

Stand: Januar 2026

Kurzfristige Abweichungen sind möglich, den jeweils aktuellen Plan finden Sie auf unserer Homepage.

¹⁾Breitensportangebote: Grundbeitrag
Angebote für Vereinsmitglieder

²⁾Kurse mit Fit-Plus-Zuzahlung: Grundbeitrag + 70,00 €/Jahr
Angebote für Vereinsmitglieder

³⁾Kurse mit Kursbeitrag: Preis pro Kursstafel auf Anfrage
Kursgebühr für Nichtmitglieder, für Mitglieder frei oder Zuzahlung