SPORTANGEBOTE - Erwachsene

www.tus-brauweiler.de

Kurs Fitness/Gesundheits-sport mit Kursbeitrag[3)]

Kurs (mit Fit-Plus - Zuzahlung: zur Zeit ausgesetzt[2)])

Präventionskurs[3)]

Reha-Sport mit ärztl. Verordnung

Fitness Breitensport[1)]

Leichtathletik - Breitensport[1)]

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fit für 100 9:30 - 10:30 ev. Gemeindesaal	Yogalates **online** 9:00 - 10:00 digital per Zoom	Walking 09:00 - 10:00 Parkplatz Forsthaus	Pilates 9:00 - 10:00 TuS Treff	Yoga meets Pilates 8:45 - 9:45 TuS-Treff
Fit für 100 10:45 - 11: 45 ev. Gemeindesaal	Reha-Diabetes 9:30 - 10:30 TuS Treff	Qi Gong 9:30 - 10:30 TuS Treff	Vinyasa Yoga 10:00 - 11:00 TuS Treff	Achtsam und Fit ins WE 10:00 - 11:00 Tus Treff
Tänzerische Fitness 11:00 - 12:00 TuS Treff	Vital & Fit 11:00 - 12:00 TuS Treff	Fit für 100 9:30 - 10:30 ev. Gemeindesaal	Reha-WBS 11:15-12:15 TuS Treff	Aroha® 17:30 - 18:30 TuS-Treff
Reha-Neurologie 16:00 - 17:00 Donatusschule	Walking 15:00 - 16:00 Parkplatz Forsthaus	Fit für 100 10:45 - 11:45 ev. Gemeindesaal	Circl Mobility® 16:30 - 17:30 TuS Treff	
Reha-WBS 17:00 - 18:00 Donatusschule	Pilates 17:15 - 18:15 TuS Treff	Faszien Yoga 11:00 - 12:00 Uhr TuS Treff	Kaha® 16:30-17:30 Donatusschule	
Rückenfit 17:15 - 18:15 TuS Treff	Pilates 18:15 - 19:15 TuS Treff	Rückenfit 18:00 - 18:55 Halle Jahnstr.	Reha-Knie-und-Hüft-TEP 17:30-18:30 Donatusschule	
Rückenfit 18:30 - 19:30 TuS Treff	Reha-WBS 17:30 - 18:30 Donatusschule	Vinyasa Yoga 18:00 - 19:00 evka-Familienzentrum	Lauftreff 18:00-19.00 Parkplatz Fortshaus	
Circl Mobility® 18:00-19:00 Halle Dansweiler	Reha-Herzsport 18:30 - 19:30 Donatusschule	Zumba® 18:00 - 19:00 Zahnrad	Hula-Hoop Fitness 18:30-19:30 Alte Halle	
Ballsport für Frauen 20:00 - 21:30 Neue Halle	Reha-Herzsport 19:30 - 21:00 Donatusschule	Line Dance (Anfänger) 18:00 - 19:30 TuS-Treff	Reha-WBS 18:30 - 19:30 Donatusschule	
Männerfitness 20:00 - 22:00 Alte Halle	Lauftreff 18:00 - 19:00 Parkplatz Forsthaus	Line Dance (Fortgeschrittene) 19:30 - 21:00 TuS-Treff	Rückenfit II 19:30 - 20:30 Alte Halle	
	Latin Dance Fitness 18:30 - 19:30 Zahnrad	Step-Fitness 19:00 - 20:00 Halle Jahnstraße	QiGong 19:30 - 20:30 Uhr TuS Treff	
	QiGong 19:00 - 20:00 Halle Dansweiler	Body Fit 20:00 - 21:00 Donatusschule	Reha-Herzsport 19:30 - 21:00 Donatusschule	
	Yoga 19:30 - 21:00 TuS Treff	Bodyweight-Training 20:00 - 22:00 Turnhalle Jahnstraße	Ballsport Frauen 20:30-21:30 Alte Halle	
	Fitness/Workout 20:00 - 21:00 Alte Halle			

Stand:September 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 Kursstaffel auf Anfrage
Kursgebühr für Nichtmitglieder, für Mitglieder frei oder Zuzahlung

TuS SW Brauweiler 1951 e.V.
Mathildenstr. 1 · 50259 Pulheim

Telefon: 02234 60 36 540

info@tus-brauweiler.de
www.tus-brauweiler.de