

MONTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
Functional Training
17:00-18:00 Uhr (Halle 3)
Mountainbike (8-17 Jahre)**
17:00-17:55 Uhr (Bikepark/Buchklingentail)
Parkour*
18:15-19:30 Uhr (Halle 4)

DIENSTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
MTB Trick & Spaß (8-11 Jahre)
17:00-18:00 Uhr (Bikepark)
Ultimate Circuit Training
18:00-19:00 Uhr (Halle 4)

MITTWOCH
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
Mountainbike (8-11 Jahre)**
15:00-16:30 Uhr (Bikepark)
SpinPower (ab 14 Jahre)*
17:05-17:55 Uhr (IC-Raum)
Badminton
18:00-19:30 Uhr (Halle 3)
Tanzkurs für Jugendliche
17:45-19:00 Uhr, ab 28. Januar 2026 (R1, 1. OG WSBZ.)

DONNERSTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
MTB Downhill-Training
16:30-18:00 Uhr (Wald)
Punch & Protect
19:00-20:00 Uhr (ab 16. April für 5 Wochen, Halle 2)

\* mit Junior-Tarif Teilnahme möglich

\*\* Anmeldung für diese MTB-Kurse über [jwaehner@ueberwaldsport.de](mailto:jwaehner@ueberwaldsport.de)

FREITAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
StepGroove Teens (Stepptanz)
16:00-17:00 Uhr (Raum 1)

SAMSTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
9:00-17:00 Uhr
Mountainbike (8-11 Jahre)**
10:30-11:50 Uhr (Waldschwimmbad)
Mountainbike (11-17 Jahre)**
12:00-14:00 Uhr (Waldschwimmbad)

SONNTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
9:00-17:00 Uhr

FEIERTAGE
TSG-Center im HSC (Full Package)
9:00-17:00 Uhr

**AST-NEWS**

Exklusive Einblicke ins AST findest du auf unserer Instagram-Seite [@actionsportteam\\_tsg](https://www.instagram.com/actionsportteam_tsg)

MEHR INFOS HIER 


