



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)**
17:15-18:45 Uhr (Bikepark/Buchklingentrail)
Parkour*
18:15-19:30 Uhr (Halle 4)

DIENSTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
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
PAUSE 19:00-20:00 Uhr (Halle 2)

* mit Junior-Tarif Teilnahme möglich

** Anmeldung für diese MTB-Kurse über jwaehner@ueberwaldsport.de

FREITAG
TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr
MTB Trick & Spaß (8-11 Jahre)
14:30-15:30 Uhr (Bikepark)
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  

