



Kursplan Action-Sport-Team (ab September 2026)

Hector Sport-Centrum · Waidallee 2/1 · Weinheim · Telefon: 06201/99950 · E-Mail: ast@tsg-weinheim.de · www.tsg-weinheim.de

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr	12:00-18:30 Uhr	12:00-18:30 Uhr	12:00-18:30 Uhr
Functional Training	Ultimate Circuit Training	Mountainbike (8-11 Jahre)**	MTB Downhill-Training
17:00-18:00 Uhr (Halle 3)	18:00-19:00 Uhr (Halle 4)	15:00-16:30 Uhr (Bikepark)	16:30-18:00 Uhr (Wald)
Mountainbike (8-17 Jahre)**		SpinPower (ab 14 Jahre)*	Punch & Protect
17:15-18:45 Uhr (Bikepark/Buchklingentrail)		17:05-17:55 Uhr (IC-Raum)	PAUSE 19:00-20:00 Uhr (Halle 2)
Parkour*		Badminton	
18:15-19:30 Uhr (Halle 4)		18:00-19:30 Uhr (Halle 3)	
		Tanzkurs für Jugendliche	
		17:45-19:00 Uhr, ab 28. Januar 2026 (R1, 1. OG WSBZ.)	
			* mit Junior-Tarif Teilnahme möglich ** Anmeldung für diese MTB-Kurse über jwaehner@ueberwaldsport.de
FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG	FEIERTAGE
TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)	TSG-Center im HSC (Full Package)
12:00-18:30 Uhr	9:00-17:00 Uhr	9:00-17:00 Uhr	9:00-17:00 Uhr
Dance Fusion	Mountainbike (8-11 Jahre)**	AST-NEWS	
16:00-17:00 Uhr (Raum 1)	10:30-11:50 Uhr (Waldschwimmbad)	Exklusive Einblicke ins AST findest du auf unserer Instagram-Seite @actionsportteam_tsg	
MTB Trick & Spaß (8-11 Jahre)	Mountainbike (11-17 Jahre)**	MEHR INFOS HIER 	
17:00-18:00 Uhr (Bikepark)	12:00-14:00 Uhr (Waldschwimmbad)		