

Sommerferienprogramm 2026 des TuS Esingen e. V.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
20.07.-24.07.2025	09.30-10.30 Uhr Kurs Pilates für Anfänger (VH) 10.30-11.30 Uhr Rückenfit (VH) 11.30-12.30 Uhr Kurs Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel: 01515-1105942 15.00-16.00 Uhr Seniorengymnastik (VH) 15.15-16.15 Uhr Eltern und Kind Turnen (KFR) 18.00-18.45 Uhr Gymnastik (KFR) 18.20-19.30 Uhr Walking (EW) 18.50-19.50 Uhr Rückenfit (KFR)	09.00-09.45 Uhr Fitness-Cocktail (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-11.45 Uhr Rückenfit (VH) 16.00-17.30 Uhr Kinderturnen für Alle (KFR) 16.15-17.15 Uhr Eltern-Kind-Turnen (JSS) 17.15-18.15 Uhr Kinderturnen ab 3 Jahre 18.45-19.30 Uhr Fitness-Gymnastik (JSS) 19.30-21.00 Uhr Fitness mal anders / Zirkeltraining (KFR)	08.30-09.30 Uhr Walking (EW) 13.15-14.30 Uhr Kurs Yoga-Mix (VH) 15.30-16.30 Uhr Osteoporose (VH) 16.00-17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen (GFR) 18.00-19.30 Uhr Sportabzeichen (SP) 18.00-19.15 Uhr Walking (EW) 18.30-19.30 Uhr Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel.: 0176-48551075 19.00-19.45 Uhr Fitness-Gymnastik (KFR) 19.45-20.45 Uhr Rückenfit (VH)	09.00-09.45 Uhr Seniorengymnastik (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-12.00 Uhr Kurs Yin-Yoga am Morgen (VH) 16.15-17.15 Uhr Eltern-Kind-Turnen (JSS) 17.30-18.45 Uhr Kurs Yoga-Mix (VH) 18.30-20.00 Uhr Fitnesstraining Erw. (SP / KFR) 20.00-20.45 Uhr Bauch-Beine-Po-Gym. (KFR)	09.00-10.30 Uhr Yoga (VH)
27.07.-31.07.2026	10.30-11.30 Uhr Rückenfit (VH) 11.30-12.30 Uhr Kurs Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel: 01515-1105942 15.00-16.00 Uhr Seniorengymnastik (VH) 18.00-18.45 Uhr Gymnastik (KFR) 18.50-19.50 Uhr Rückenfit (KFR)	09.00-09.45 Uhr Fitness-Cocktail (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-11.45 Uhr Rückenfit (VH) 18.45-19.30 Uhr Fitness-Gymnastik (JSS) 19.30-21.00 Uhr Fitness mal anders / Zirkeltraining (KFR)	08.30-09.30 Uhr Walking (EW) 16.00-17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen (GFR) 18.00-19.30 Uhr Sportabzeichen (SP) 18.30-19.30 Uhr Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel.: 0176-48551075 19.00-19.45 Uhr Fitness-Gymnastik (KFR)	leider kein Angebot	09.00-10.30 Uhr Yoga (VH)
03.08.-07.08.2026	10.30-11.30 Uhr Rückenfit (VH) 11.30-12.30 Uhr Kurs Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel: 01515-1105942 15.00-16.00 Uhr Seniorengymnastik (VH)	09.00-09.45 Uhr Fitness-Cocktail (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-11.45 Uhr Rückenfit (VH)	08.30-09.30 Uhr Walking (EW) 18.30-19.30 Uhr Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel.: 0176-48551075	leider kein Angebot	09.00-10.30 Uhr Yoga (VH)
10.08.-14.08.2026	09.30-10.30 Uhr Kurs Pilates für Anfänger (VH) 10.30-11.30 Uhr Rückenfit (VH) 11.30-12.30 Uhr Kurs Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel: 01515-1105942 15.00-16.00 Uhr Seniorengymnastik (VH) 18.20-19.30 Uhr Walking (EW)	09.00-09.45 Uhr Fitness-Cocktail (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-11.45 Uhr Rückenfit (VH)	08.30-09.30 Uhr Walking (EW) 15.30-16.30 Uhr Osteoporose (VH) 18.00-19.15 Uhr Walking (EW) 18.30-19.30 Uhr Pilates (VH) nur mit Anmeldung Tel.: 0176-48551075 19.45-20.45 Uhr Rückenfit (VH)	09.00-09.45 Uhr Seniorengymnastik (VH) 09.45-10.45 Uhr Rückenfit (VH) 10.45-12.00 Uhr Kurs Yin-Yoga am Morgen (VH) 17.30-18.45 Uhr Kurs Yoga-Mix (VH)	09.00-10.30 Uhr Yoga (VH)

EW = Esinger Wohld (Schlagbaum beim Waldkindergarten)
 VH = Vereinsheim, Knicktwiete

SP = Sportplatz bei der Klaus-Groth-Schule, Steenloskamp
 JSS = Sporthalle Joh.-Schwennesen-Sch., Am Schützenplatz

GFR = große Fritz-Reuter-Halle, Königsberger Straße / Eingang Schulhof
 KFR = kleine Fritz-Reuter-Halle, Königsberger Straße / Eingang ABC-Weg

Von Mo. 03.08.2026 bis Mi. 19.08.2026 (einschließlich) sind die JSS-Halle am Schützenplatz sowie die große Fritz-Reuter-Halle (Königsberger Straße) wegen Grundreinigung und der Einschulungsfeiern gesperrt; der Sport fällt dann aus!
Die kleine Fritz-Reuter-Halle ist von Mo.03.08.2026 bis So. 16.08.2026 (einschließlich) gesperrt.