

Trainingsplan - Turnen - (E-Mail: turnen@tus-ruesselsheim.de)

			Abteilungsleiterin: Ingrid Stopper 06142 - 20 96 49			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
17:30 - 18:30 Stabil + Mobil (Seniorinnen) Schillerschule Petra Kott TU.09	17:00 - 18:00 Eltern-Kind-Turnen {ab ca. 1 Jahr} {Kind muss laufen können} Grundschule Innenstadt Saba Haile-Micael TU.01	18:30 - 19:30 Fit + Mobil {Gymnastik} Max-Planck-Schule/Gymn. Sabine Schneider TU.08	17:00 - 18:30 Turnen {5 - 9 Jahre} Schillerschule NN TU.03			
18:30 - 19:45 Rücken Fit für Frauen u. Männer Schillerschule Petra Kott TU.13	18:00 - 19:00 Kleinkindturnen {3 - 5 Jahre} Grundschule Innenstadt Saba Haile-Micael TU.02		18:30 - 20:00 Turnen - Gerät Großsporthalle /Trainingsraum VI Anita Schuchmann / Alexander Schuchmann TU.05			
18:00 - 20:00 Turnen - Gerät Großsporthalle Rüsselsheim Trainingsraum V Anita Schuchmann / Alexander Schuchmann TU.05	19:00 - 21:00 Trampolin {ab 8 Jahre} Großsporthalle/Halle 1 Adrian Schuchmann TU.04		18:30 - 20:00 Zumba (Kurs) Schillerschule Mariana Ferreira Conde TU.Kurs			
19:00 - 20:30 After Work Fitness Max-Planck-Schule/Gymn. Inga Riecke TU.07						