



Gesundheitssport

(Fitness-, Präventions- und Reha-Sport-Angebote)

Anmeldung und Infos unter www.tsg-tuebingen.de
Telefon 07071 7909204



(Stand 2026)

Nr.	Kurs	Sporthalle	Zeit
Montag			
1	Fit & Bewegt (early-bird)	Ehrmann Sportzentrum	07:00 - 07:45
2	Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	10:15 - 11:45
3	Zumba®	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:00 - 19:00
4	Sport nach Krebs	Sporthalle Uhlandstraße	18:15 - 19:00
5	Rücken & Gelenke	Hermann-Hepper-Turnhalle	18:15 - 19:00
6	Functional Fitness (Männer)	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:45
7	Functional Fitness	Turnhalle Aischbachschule	18:30 - 20:00
8	Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 19:30
9	TSG-Gymnastik	Hermann-Hepper-Turnhalle	19:00 - 20:00
10	Rücken & Gelenke	Sporthalle Uhlandstraße	19:15 - 20:00
11	TSG-Gymnastik	Sporthalle Waldhäuser-Ost	20:15 - 21:15
Dienstag			
12	Fit & Bewegt (Frauen)	Turnhalle Aischbachschule	18:30 - 19:30
13	Hatha-Yoga	Ehrmann-Sportzentrum	19:00 - 20:30
14	TSG-Gymnastik	Turnhalle Philosophenweg	20:00 - 21:15
15	Zumba®	Gymnastikhalle Waldhäuser-Ost	20:30 - 21:30
Mittwoch			
16	Achtsam in den Morgen	Ehrmann-Sportzentrum	08:00 - 09:00
17	Pilates	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 11:00
18	Fit & Bewegt	Ehrmann-Sportzentrum	11:00 - 12:00
19	Fit & Bewegt (inklusiv)	Ehrmann-Sportzentrum	17:00 - 18:00
20	Fit & Bewegt (im Freien)	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:15
Donnerstag			
21	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	10:00 - 10:45
22	Tanztraining	Gymnastikhalle Waldhäuser-Ost	18:00 - 19:00
23	Hatha-Yoga	Gymnastikraum Philosophenweg	18:00 - 19:30
24	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	18:15 - 19:00
25	Pilates	Französische Schule	18:15 - 19:15
26	Functional Fitness	Turnhalle Hügelschule	18:30 - 20:00
27	Rücken & Gelenke	Ehrmann-Sportzentrum	19:15 - 20:00
Freitag			
28	Functional Fitness	Ehrmann-Sportzentrum	18:30 - 20:00