

ANGEBOTSÜBERSICHT

Fußball

Abteilungsleiterin: Daniela Badermann
Jugendwart: Sebastian Guy
E-Mail: fussball@tus-appen.de
Mobil 0151-50619473
Mobil 0151-54382692

Erwachsene:		Trainer/Übungsleiter	
1. Herren	Mo./Mi./Di./Do. 19.30 - 21.00	SP	M. Jürgensen
1. Frauen	Di./Do. 19.30 - 21.00	SP	Claudia Langmaack
1. Alte Herren Ü32	Di. 19.30 - 21.00	SP	Denis von Appen
1. Senioren	Mi. 19.30 - 21.00	SP	Marcel Müller
Kinder / Jugendliche:			
1. B-Jun. 2010/2011	Mo./Mi./Do. 18.00 - 19.30	SP	S. Helfenstein / M. Ritzrau
1. C-Jun. 2012	Mo./Mi. 18.00 - 19.30	SP	K. Kraft
1. D-Jun. 2013	Di./Do. 17.00 - 18.30	SP	S. Schnelle
2. D-Jun. 2014/2015	Mo./Do. 17.30 - 19.00	SP	D. Cyriaks / N. Martens / C. Strachwitz
1. E-Jun. 2016	Mo./Do. 17.00 - 18.30	SP	H. Martens / E. Werner
1. F-Jun. 2017/2018	Mo./Mi. 17.00 - 18.30	SP	F. Werner / L. Dreeßen
1. G-Jun. 2019/2020	Mi. 17.00 - 18.00	SP	S. Guy / S. Kordas / P. Pohl
Spielgruppe 2020/2021	Mi. 16.30 - 17.30	SP	P. Martens / H. Koeberer
		SP	J. Guy

Tennis

Abteilungsleiter: Jan-Hendrik Hebisch
Jugendwart: Nico Martens
Sportwart: Timo Badermann
E-Mail: tennis@tus-appen.de
Mobil: 0176-31651207
Mobil: 0152-06720813
Mobil 0176-21155802

Trainingszeiten nach Absprache

Handball

Abteilungsleiter: Mario Schneider		E-Mail: handball@tus-appen.de	
Jugendwart: Kay Maader		Mobil 0171-7838341	
Herren	Di./Do. 20.30 - 22.00	S	M. Schneider / C. Möhle
Damen	Do. 20.30 - 22.00	S	M. Schneider / K. Krüll
B-Jugend weiblich 2009	Di. 19.30 - 20.30	S	M. Gripp / C. Möhle
	Do. 19.00 - 20.30	S	
B-Jugend weiblich 2010	Mi. 18.30 - 20.00	M	C. Jürges / D. Griese
	Do. 19.00 - 20.30	S	
C-Jugend männlich	Di. 18.15 - 19.30	S	M. Schneider / L. Teichmann
	Do. 17.30 - 19.00	S	
D-Jugend männlich	Di. 18.15 - 19.30	S	M. Schneider / B. Peters
	Do. 17.30 - 19.00	S	
C/D-Jugend weiblich	Di. 18.15 - 19.30	S	K. Krüll / M. Schneider
	Do. 17.30 - 19.00	S	
E-Jugend gemischt 2015/16	Di. 17.00 - 18.15	S	K. Maader / S. Brüschen
	Do. 16.00 - 17.30	S	
	Fr. 17.00 - 17.30	K	
Minis (6-8 Jahre)	Di. 16.30 - 18.00	T	K. Maader
Super Minis (4-6 Jahre)	Di. 16.30 - 18.00	T	K. Maader

Judo

Abteilungsleiterin: Cathrin Brohm
E-Mail: judo@tus-appen.de
 Kinder ab 6 J /Fortgeschrittene Mo. 17.00 - 18.30 S
 Mi. 17.00 - 18.30 S
 Jugendliche/Erwachsene Fr. 18.30 - 20.30 S

Fitness/Turnen

Abteilungsleiterin: Birgit Bull
Jugendwartin: Nina Maaß
E-Mail: fitness@tus-appen.de

Erwachsene:		Trainer/Übungsleiter	
Fit in die Woche I #	Mo. 09.00 - 10.00	T	Birgit Bull
Fit in die Woche II #	Mo. 10.00 - 11.00	T	Birgit Bull
Rückengymnastik	Mo. 18.00 - 19.00	T	Birgit Bull
Bauch-Beine-Po	Mo. 19.00 - 20.00	T	Marion Bastubbe
Zumba	Mo. 20.00 - 21.00	T	Marion Bastubbe
Bodyforming.	Mi. 09.00 - 10.00	T	Silke Wagner
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 10.00 - 11.00	T	Silke Wagner
Rücken SM System	Mi. 18.00 - 19.00	T	Birgit Engelbrecht
Pilates #	Mi. 18.00 - 19.30	Sch	Birgit Bull
Fitness-Coaching	Mi. 20.00 - 21.00	T	Andreas Gentzel
Seniorengymnastik	Do. 09.30 - 10.30	T	Bärbel Pein
Yoga	Do. 17.00 - 18.30	T	Daniela Bandick
Fitness-Mix	Do. 19.00 - 20.00	T	Birgit Bull
Fitness-Mix Easy	Do. 20.00 - 21.00	T	Birgit Bull
Ballett für Erwachsene	Fr. 13.30 - 14.30	T	Jan Michael Vehstedt
Sportabzeichen Mai bis Okt.	Fr. 17.00 - 18.30	SP	B. Engelbrecht/J. Stahl

Kinder

Gerätturnen / Airtrack 6-9 J.	Mo. 16.00 - 18.00	S	Birgit Engelbrecht
Gerätturnen / Airtrack ab 10 J.	Mo. 17.00 - 18.00	S	Birgit Engelbrecht
Allgemeines Kinderturnen 3-5 J.	Di. 15.00 - 16.00	S	Bärbel Pein
Allgemeines Kinderturnen ab 6 J.	Di. 16.00 - 17.00	S	Bärbel Pein
Kleinkinderturnen 2-5 Jahre	Mi. 15.30 - 17.00	T	Kristina Rose
Zumba Kids	Do. 16.00 - 17.00	T	Marion Bastubbe
Krabbel-Turnen 0-3. Geb.	Fr. 9.30 - 11.00	T	Andreas Müller
Ballett (3-4 Jahre)	Fr. 15.00 - 15.50	T	Jan Michael Vehstedt
Ballett (5-7 Jahre)	Fr. 15.50 - 16.40	T	Jan Michael Vehstedt
Ballett (8-13 Jahre)	Fr. 16.40 - 17.30	T	Jan Michael Vehstedt
Sportabzeichen Mai bis Okt.	Fr. 17.00 - 18.30	SP	B. Engelbrecht/J. Stahl

Badminton

Abteilungsleiter: Andreas Zietlow
Sportwart: Gonne Martens
E-Mail: badminton@tus-appen.de

Erwachsene Mo. Mi. Fr. 20.00 - 22.00 S

Tischtennis

Abteilungsleiter: Nils Heidmann
E-Mail: tischtennis@tus-appen.de

Erwachsene Di./Fr. ab 19.30
 (Fr. nach Absprache auch ab 18.00) T
 Kinder / Jugendliche Di. 18.00 - 19.30 T T.Tischendorf