

# Sportangebot TSV Sprötze e.V.

Folgende Sportarten nicht enthalten: Inliner, Tennis  
Stand: 06/2025

Vereinshaus: Königsstr. 25, 21244 Sprötze  
Sporthalle Grundschule: Lehrer-Schwägermannstr. 1, 21244 Sprötze



UHR	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH		
	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle
8			08:30 - 09:30 <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1-3 Jahre						
9	09:00 - 10:00 <b>Fit &amp; Aktiv</b> Senioren			09:00 - 10:00 <b>Krabbelmäuse</b> 6-12 Monate					
10		KURS: 10:30 - 11:30 <b>Rückbildung</b> Termine erfragen		10:00 - 11:00 <b>Sportflöhe</b> 12-18 Monate			10:00 - 11:00 <b>Osteoporose</b> Senioren	10:00 - 11:00 <b>Fit mit Baby</b> Mutti mit Baby	
11							11:00 - 12:00 <b>Hockerguppe</b> Senioren		
12									
13									
14	14:15 - 15:00 <b>Jazz und Hip Hop</b> 6-8 Jahre		14:30 - 15:30 <b>Kinderturnen-Kids</b> ab 7 Jahre						
15	15:00 - 15:45 <b>Kindertanz</b> 4-5 Jahre		15:30 - 16:30 <b>Kinderturnen-Minis</b> 5-6 Jahre		KURS: 15:30 - 16:15 <b>Kinderyoga 3-6 J.</b> Termine erfragen		15:30 - 16:15 <b>Kindertanz</b> 3-4 Jahre		
16		15:45 - 16:45 <b>Tanzzwerge</b> 1,5-3 Jahre			KURS: 16:15 - 17:00 <b>Kinderyoga 6-8 J.</b> Termine erfragen	16:00 - 17:30 <b>Kinderturnen</b> 3,5 - 5 Jahre	16:15 - 17:00 <b>Show Dance</b> 5-8 Jahre		16:00 - 17:30 <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1-3 Jahre
17	16:30 - 17:30 <b>Jazz und Hip Hop</b> 8-10 Jahre		17:00 - 18:15 <b>Judo</b> 5-11 Jahre	17:15 - 18:15 <b>Langhantel</b> Erwachsene			17:00 - 18:00 <b>Show Dance</b> 9-12 Jahre		
18	17:30 - 18:30 <b>Jazz und Hip Hop</b> ab 11 Jahre		18:15 - 19:45 <b>Judo</b> ab 12 Jahre	18:30 - 19:30 <b>ZUMBA</b> Erwachsene		18:30 - 19:30 <b>Rückengymnastik</b> Damen	18:20 - 19:20 <b>Seniorengymnastik</b> Damen	18:30 - 19:30 <b>Total-Body-Workout</b> Erwachsene	
19	18:45 - 19:45 <b>Tabata</b> Erwachsene	19:00 - 19:45 <b>Rücken Aktiv</b> Herren		19:30 - 20:30 <b>Functional HIIT</b> Erwachsene	19:00 - 20:00 <b>Pilates</b> Erwachsene	19:30 - 20:30 <b>Rückengymnastik</b> Damen und Herren	19:30 - 20:30 <b>Langhantel</b> Erwachsene		19:00 - 20:00 <b>Pilates Mix</b> Termine erfragen
20	20:00 - 21:00 <b>Vinyasa Yoga</b> Erwachsene	20:00 - 21:00 <b>Yin Yoga</b> Erwachsene	20:00 - 22:00 <b>Ballsport</b> Erwachsene		20:15 - 21:15 <b>Power Yoga</b> Erwachsene				
21									
22									

Folge uns bei Instagram und Facebook:  
@TSVSproetze

# Sportangebot TSV Sprötze e.V.

Folgende Sportarten nicht enthalten: Inliner, Tennis  
Stand: 06/2025

Vereinshaus: Königsstr. 25, 21244 Sprötze  
Sporthalle Grundschule: Lehrer-Schwägermannstr. 1, 21244 Sprötze



UHR	DONNERSTAG			FREITAG			SAMSTAG	SONNTAG
	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus EG
8				08:15 - 09:00 <b>Rückenflow</b> Erwachsene				
9		KURS: 09:00 - 10:30 <b>Kundalini Yoga</b> Termine erfragen			KURS: 09:00 - 10:00 <b>Babies in Bewegung</b> Termine erfragen		09:00 - 10:00 <b>TRX Complete</b> <b>Workout</b> Erwachsene	
10				10:00 - 11:00 <b>Mama Fit</b> Fitness Mutti mit				10:00 - 11:00 <b>Bodystyling</b> Erwachsene
11				11:00 - 12:00 <b>Mama Fit</b> Fitness Mutti mit				
12								
13								
14	Sommer: 18:30 - 19:30 / Winter: 14:30 - 15:30 <b>Nordic Walking</b> Treffen vorm Vereinshaus							
15								
16		KURS: 16:30 - 17:30 <b>Kinderyoga 8-10 J.</b> Termine erfragen	16:00 - 17:00 <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1-3 Jahre					
17			17:00 - 18:00 <b>Eltern-Kind-Turnen</b> 1-3 Jahre					
18	17:45 - 18:45 <b>Seniorengymnastik</b> Herren			17:30 - 18:15 <b>TRX Power Express</b> Erwachsene				
19	19:00 - 20:00 <b>BBP Fitmix</b> Erwachsene	19:00 - 20:00 <b>Yoga</b> Männer	18:30 - 20:00 <b>Ballsport</b> Erwachsene	18:30 - 19:30 <b>Hula-Power-Mix</b> Damen				
20		20:15 - 21:15 <b>Yoga am Abend</b> Erwachsene	Turnhalle Kattenberg 19:30 - 22:00 <b>Jazz Dance</b> <b>In the Mood</b> Erwachsene					
21								
22								

Folge uns bei Instagram und Facebook:  
@TSVSproetze