

TUS Thomasberg/Ittenbach e.V.

präsentiert sein Sportprogramm

2007



Sportstätten

Ittenbach:

Turnhalle Grundschule (ITT)

Sportplatz (SPO) „An der Beckersbitze“

Thomasberg:

Sporthalle „Am Limperichsberg“ (THO)

www.tus-thomasberg-ittenbach.de

Stand Nov. 2007

Turnen, bewegen für Kinder und Jugendliche

Krabbelkinder

ab Laufalter	Mi.	09:00 - 10:00	THO	Cilly Langschwager
ab 2 Jahre	Mi.	10:00 - 11:00	THO	Cilly Langschwager
ab 2 Jahre	Mi.	11:00 - 12:00	THO	Cilly Langschwager

Eltern-Kind-Turnen

ab Laufalter	Mo.	16.00 - 17.00	THO	Sabine Poppe
ab Laufalter	Fr.	10:00 - 11:00	THO	Sabine Poppe
ab Laufalter	Di.	16:00 - 17:00	ITT	N.N.
ab 2 Jahre	Di.	17:00 - 18:00	ITT	N.N.

Kleinkinder

3 bis 5 Jahre	Di.	15:30 - 16:30	THO	Susanne Schmoll
3 bis 4 Jahre	Mo.	15:30 - 16:30	ITT	Ania Servos

Fit für Kids

5 bis 6 Jahre	Do.	15:00 - 16:00	THO	Langschwager
4 bis 5 Jahre	Do.	16.00 - 17.00	THO	Langschwager

Vorschulkinder

5 bis 6 Jahre	Mo.	14:30 - 15:30	ITT	Ania Servos
---------------	-----	---------------	-----	-------------

Fit + Fun - Mädchenturnen

ab 6 Jahre	Mo.	15:00 - 16:00	THO	Sabine Poppe
ab 6 Jahre	Mo.	16.30 – 17.30	ITT	Ania Servos

Power-Sport für Jungen

ab 1.Schuljahr	Fr.	15:00 - 16:00	THO	
ab 3. Schuljahr	Fr.	16.00 – 17.00	THO	Thomas Langschwager

Fragen?

Turnen Thomasberg	Cilly Langschwager	02244 - 5767
Turnen Ittenbach	Ute Neuhöffer	02223 - 903280

Gymnastik - Aerobic - Bauch + Beine + Po - Dance Aerobic - Kids in Action

Aerobic für Kinder

Di.	16:30 - 17:30	THO !	„Happy Kids“ 3 + 4. Schuljahr ! Neubeginn nach den Osterferien und nur nach vorheriger Anmeldung ! 02223 / 299 231 !
Do.	17:00 - 18:00	THO	„Little Angles“ ab 7 Jahre
Fr.	16.30 - 17.15	ITT.	Kreativer Kindertanz 4 – 5 Jahre
Fr.	17.15 – 18.00	ITT.	“Aerobic 4 Kids” 6 – 8 Jahre

Dance - Aerobic / Bauch + Beine + Po für Jugendliche

Di.	17:30 - 19:00	THO	„Dance for Fans“ 11 – 13 Jahre
-----	---------------	-----	--------------------------------

Damengymnastik

Mo.	9:45 - 10:45	THO	Ute Möhler (mit geringer Zuzahlung)
Di.	19:00 - 20:30	THO	Waltraud Doppelhammer
Di.	20:30 - 22:00	THO	Elke Waldhaus

Aerobic / Bauch + Beine + Po für Erwachsene

Mo.	19:00 - 20:30	ITT	Sabine Poppe
Di.	19:45 - 21:15	ITT	Nicole Zensen
Mo.	20:30 - 22:00	THO	Sabine Poppe

Gymnastik 50+ (m/w)*

Do.	10:30 – 11:30	THO	Isa Schmidt
Di.	15:00 – 16:00	ITT	Isa Schmidt

Fragen?

Aerobic

- für Kinder	Langschwager	02244 -	57 67
Gymnastik*	Isa Schmidt	02244 -	21 36
Abtl. Leiterin	Erika Wüstermann für Tho.	02244 –	17 81
Abtl. Leiterin	Barbara Berger für Ittenbach	02244 –	91 21 15

Ballett + Lauftreff + Jazz

Ballett

Wird im Augenblick nicht mehr angeboten

Jazz Dance für Jugendliche und Erwachsene

Fr. 19:00 - 20:00 ITT mit Beatrice Masala

Lauftreff für Jung und Alt

Lauftreff Siebengebirge (www.lauftreffsiebengebirge.de)

Offener Lauftreff für alle Laufbegeisterten und die, die es werden möchten.

Termine: Mo + Mi. 18:30 + Sa. 16:00 + So. 08:00 Uhr,
ganzjährig bei jeder Witterung.

Treffpunkt: unterer städtischer Parkplatz Margarethenhöhe

Leitung: Monika Zander 02224/ 2324

monika.zander@lauftreffsiebengebirge.de

Gleichzeitig werden auch (Nordic) Walking- Gruppen angeboten (außer Sonntags)
Regelmäßige Sportabzeichenabnahme für die Disziplinen Walking und Nordic- Walking.

Fragen?

Lauftreff:	Monika Zander	0 22 24 – 23 24
Ballett:	Beatrice Masala	0 22 23 - 900 739

Leichtathletik + Sportabzeichen + Einradfahren

Leichtathletik

Schüler/innen / Von den Osterferien bis zu den Herbstferien immer auf dem Sportplatz, ansonsten in Halle ITT

6 und 7 Jahre	Mi	15:00 - 16:00	B. Berger + Tom Hüttig
8 und 9 Jahre	Mi	16:00 - 17:00	B. Berger + Tom Hüttig
10 Jahre und älter	Mi	17:00 - 18:15	Markus Irrgang
Wettkampfgruppe	Mi	18:15 – 20:00	Markus Irrgang
Wettkampfgruppe	Mo	18:00 - 20:00	Markus Irrgang

Sporthalle CJD im Winter / Nach Ostern Sportplatz Oberpleis!

Sportabzeichen

Immer montags ab 18:30 auf der Sportanlage in Oberpleis
Vorbereitung, Abnahme Mai - September, außer Ferien,
Leitung: Waltraud Doppelhammer

Einradfahren

Indoor-Training

Anfänger	Mo. 17:00 - 18:30	THO	Schreiber-Krüger
Fortgeschrittene	Do. 18:00 - 19:00	THO	Deller / Siepmann
Outdoor-Training	Sa/So siehe Aushänge		

Fragen?

LA	Jürgen Götdecke-Stellmann	Tel. 02244 – 8 06 44
Sportabzeichen:	Waltraud Doppelhammer	Tel. 02244 – 51 07
Einrad:	Andreas Deller	Tel. 02244 – 90 12 22
	Marc Siepmann	Tel. 02244 – 53 04

Fitness und Gesundheit

Konditionsgymnastik / Basketball für Männer

Mo. 18:30 - 20:30 THO Karl-Heinz Lindlar, R. Schiefer

Faustball für Männer

Fr. 20:00 - 22:00 ITT Dr. Rudolf Thyssen

Hobbyfußball für Männer

Mi. 20:00 - 22:00 SPO Michael Heider

Fitnessgymnastik und Fußball

Do. 17:30 - 19:30 ITT Werner Schneider

Volleyball für Männer und Frauen (Mixed)

Do. 20:30 - 22:00 THO Uwe Liebe-Beyer 02223-24021

Fitness und Basketball

Mo. 20:30 - 22:00 ITT Markus Würker, 02223-279451

Tischtennis + Handball

Tischtennis

Schüler und Jugend

Mi. 17:00 - 19:00 THO mit Reiner Dahm

Fr. 17:00 - 19:00 THO mit Reiner Dahm

Erwachsene

Mi. 19:00 - 22:00 THO mit Bruno Stephan

Fr. 19:00 - 22:00 THO mit Bruno Stephan

+++++

Handball

im Rahmen der HSG Siebengebirge/Thomasberg

Jugend	Alter	Training
Spielgruppe	m/w 5 - 6 Jahre	gemischt 1 x Woche
Mini	m/w 7 - 8 Jahre	gemischt 1 x Woche
E-Jugend	m/w 8 - 10 Jahre	gemischt 1 x Woche
D-Jugend	m/w 11 - 12 Jahre	2 x Woche
C-Jugend	m/w 13 - 14 Jahre	2 x Woche
B-Jugend	m/w 15 - 16 Jahre	2 x Woche
A-Jugend	m/w 16 - 18 Jahre	2 x Woche

Erwachsene

Herren und Damen

Trainingszeiten auf Anfrage 02244 - 870 293 oder Geschäftsstelle

E-Mail: tus.hsg.info@t-online.de

Mehr Infos unter www.siebengebirge-thomasberg.de

Fragen?

Tischtennis:	Reiner Dahm	02244 - 87 02 73
Handball:	Peter Bellinghausen	02244 - 87 02 93
Geschäftsstelle:		02244 - 90 10 12

Vorstand TuS Thomasberg/Ittenbach e.V.

1. Vorsitzender: Hans Freiherr	Tel. 02244 – 73 97
2. Vorsitzender: Peter Bellinghausen	Tel. 02244 – 87 02 93
2. Vorsitzender: Reiner Dahm	Tel. 02244 – 87 02 73
Kassiererin: Elke Seitz	Tel. 02244 – 8 06 10
Schriftführerin: Isa Schmidt	Tel. 02244 – 21 36
Presse: Kirsten Schreiber-Krüger	Tel. 02244 – 87 00 51
Kinderturnen: Cilly Langschwager	Tel. 02244 - 57 67
Gymnastik/Turnen: Erika Wüstermann	Tel. 02244 - 17 81
Abteilung Ittenbach + Breitensport + Ballett : Barbara Berger	Tel. 02244 – 91 21 15
Leichtathletik: Jürgen Götdecke-Stellmann	Tel. 02244 - 8 06 44
Tischtennis: Bruno Stephan	Tel. 02244 - 60 39
Handball: Peter Bellinghausen	Tel. 02244 – 87 02 93

Leitung Geschäftsstelle:

Postadresse: Hüscheider Weg 72 53639 Königswinter
Telefon: 02244 - 90 10 12 , Fax 90 10 13,
E-Mail: tus.hsg.info@t-online.de
Internet www.tus-thomasberg-ittenbach.de

Mitgliederverwaltung: 02244 / 939 777

E-Mail-Anschrift: tus@langschwager.net

Bankverbindung: Voba Bonn Rhein Sieg BLZ 38060186
Spendenkonto 2700838032, Mitgliedskonto: 2700838024

Seit dem 01.11.2005 können Mitglieder des TuS Thomasberg-Ittenbach die Angebote des TuS Siebengebirge kostenfrei mitnutzen!