



BREITENSPORT IN BORGHOLZHAUSEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		Erwachsene		
9.30-11.00 Nordic Walking am Vormittag Treff-Info Tel.: 5194	NEU: Outdoor-Sport		18.00-19.15 FitMix II Turnhalle Nord	17.45-19.00 Tischtennis Jugendliche + Erwachsene pausiert derzeit Bei Interesse bitte melden
14.30-15.30 Sitzgymnastik Seniorinnen Bürgerhaus	9.15 Guten Morgen Lauftreff Ravensberger Stadion	10.15-11.30 Yoga Bürgerhaus		19.00-20.00 Badminton ab 11 Jahre Turnhalle Nord
17.30-18.30 Jazztanz Revival Turnhalle Nord	19.00 Outdoor - Fitness Ravensberger Stadion	17.00-18.30 Mach mit-Bleib fit! Seniorinnen Turnhalle Nord	NEU: Outdoor-Sport	
19.00 – 20.30 Ausgleichssport Volleyball Herren ab 40 Sporthalle	 Herzsport	18.30-20.00 Ausgleichssport Volleyball Herren 60plus Turnhalle Nord	18.30 von Ostern bis Oktober Radausfahrten in gemütlichem Tempo Ravensberger Stadion	20.00-22.00 Badminton Turnhalle Nord
18.30-20.00 Yoga + Entspannung für den Rücken Turnhalle Nord	18.30-19.30 Herzsport I Dienstag Turnhalle Nord	19.00-20.00 Fitness für Mollige Gymnastikraum	19.00 Lauftreff am Abend Ravensberger Stadion	20.30-22.00 Gymnastik + Volleyball Sporthalle
20.00-22.00 Gymnastik Damen Turnhalle Nord	19.30-20.30 Herzsport II Dienstag Turnhalle Nord	20.00-21.15 Tabata & StepAerobic Turnhalle Nord	19.00 Nordic Walking am Abend Ravensberger Stadion Info: 0172 9776994	Samstag
20.30-22.00 Fitness Männer Ü 40 Sporthalle	20.30-22.00 FitMix I Turnhalle Nord		19.15-20.30 Volleyball Hobbygruppe Turnhalle Nord	NEU: Outdoor-Sport
			20.30-22.00 Rückenfitness Turnhalle Nord	10.30 Lauftreff Ravensberger Stadion
		Kinder		
	16.00 - 17.30 Turnzwerge ca. 1 bis 2 ½ Jahre Kinder sollten allein laufen können Turnhalle Nord	15.15 - 16.30 3. + 4. Schuljahr Turnen + Spiele Turnhalle Nord	14.30 - 15.45 ca. 4 ½ bis 6 Jahre Turnen + Spiele Turnhalle Nord	15.30 - 16.45 Kinder turnen mit Eltern 2 ½ bis 4 ½ Jahre Turnhalle Nord
		16.30-17.30 4. + 5. Schuljahr Turnen + Spiele Turnhalle Nord	15.45-17.00 1. + 2. Schuljahr Turnen + Spiele Turnhalle Nord	16.45 – 18.00 Jazztanz für Kinder 8 - 10 Jahre Turnhalle Nord
				Breitensport Ansprechpartnerin: Helga Zurmühlen 05425 5194 oder die Übungsleiter/-innen direkt in den Gruppen

Mehr als
40x SPORT
jede Woche

Das gibt's ?!



dienstags 16.00 – 17.30 Uhr
Handball-Minis

Toller Teamgeist bei Training und Spielefest

NEU

6x Outdoor-Sport

Gruppen: siehe rechts
Info unter 0160 6854022



donnerstags 18.30 Uhr
Plätze frei!

Geführte Radausfahrten
in gemütlichem Tempo
Treff: Ravensberger Stadion
von Ostern bis Oktober

Welche Gruppe ist die richtige für mich?

UNSER TIPP
SPORTANGEBOT
aussuchen + ausprobieren.

Eine Schnupperstunde ist jederzeit möglich.

Trotz sorgfältiger Planung kann sich ein Sportangebot ändern oder vorübergehend pausieren.
Wir bitten um Verständnis. Nähere Infos gibt's bei den Ansprechpartnern.

Änderungen vorbehalten

Wir fördern die Integration von Geflüchteten
CRICKET



Freitag
20.30-22.00
Herren
Sporthalle

Info unter: 01525 3375842

Mit freundlicher
Unterstützung von



HANDBALL



Immer im Sommer:
Piumer Beach Cup

JUGEND

A- bis E-Jugend
Mannschaften
JSG

Werther Borgholzhausen

Handball Jugend
Ansprechpartner unter:
<http://jsgwertherborgholzhausen.de>

SENIOREN | MINIS

Dienstag
16.00 - 17.30
Minis
Sporthalle

Dienstag
20.30-22.00
Damen
Sporthalle

Dienstag
19.00 - 20.30
Herren I
Sporthalle

Donnerstag
20.30-22.00
Herren I + II
Sporthalle

Handball Senioren + Minis
Ansprechpartner
Friedhelm Piel
05425 1845



SPORT & FITNESS Sportangebote

gibt's auch im Internet: www.tus-borgholzhausen.de



Seit 1897

Unsere Postanschrift

Turn- und Sportverein
Ravensberg e.V. Borgholzhausen
Postfach 1231
33826 Borgholzhausen

E-Mail:
kontakt@tus-borgholzhausen.de

Unsere Ansprechpartner/-in

Breitensport	Helga Zurmühlen	05425 5194
Handball Cricket	Friedhelm Piel	05425 1845
Jazztanz	Helga Zurmühlen	05425 5194
Mitgliedschaft Beiträge	Harald Meierand	05425 933535

Mit freundlicher Unterstützung von

Laufshop
running – walking



Britta + Andreas Ewert

E-Mail post@ewy.de | Web www.ewy.de | Phone 05425 7228
Shop Mittelstraße 3 · 3829 Borgholzhausen



Sportangebote

Kinder
Jugendliche
Erwachsene



SPORT & FITNESS

Turn- und Sportverein
Ravensberg e.V. Borgholzhausen