

<b>KUNG FU</b>				
Mittwoch:	16.00 - 17.00	Jan-Erik	Kids ca. 5-8 Jahre	Studio I
Mittwoch:	17.00 - 18.00	Jan-Erik	Jugendliche ab ca. 8 Jahre	Studio I
<b>MIXED MARTIAL ARTS (MMA)</b>				
Mittwoch:	18.00 - 19.30	Jan-Erik	Jugendliche + Adults	Studio I
<b>KRAV MAGA</b>				
Dienstag:	19.30 - 21.00	Jan-Erik	ab ca. 13 Jahre + Adults	Studio I
<b>TAEKWONDO - HTU/DTU (einziger vom DOSB anerkannter Verband!)</b>				
Dienstag:	16.30 - 18.00	Jannik	Wettkampftraining	Studio I
Donnerstag:	16.00 - 17.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre, Beginner	Studio I
Donnerstag:	17.00 - 18.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre, Fortgeschrittene	Studio I
Donnerstag:	18.00 - 19.30	Jannik	ab ca. 12 Jahre + Adults, alle Level	Studio I
Freitag:	17.30 - 18.30	Oskar	Wettkampf Beginner	Studio I
Samstag:	12.00 - 14.00	Jannik	Training nach Vereinbarung	Studio I
Sonntag:	16.00 - 17.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre Beginner	Studio I
Sonntag:	17.00 - 18.00	Jannik	Kids ab ca. 5 Jahre Fortgeschrittene	Studio I
Sonntag:	18.00 - 19.30	Jannik	ab ca. 12 Jahre + Adults alle Level	Studio I
<b>KICKBOXEN - HKBV/WAKO (einziger vom DOSB anerkannter Verband!)</b>				
Montag:	18.00 - 19.30	Stephan	Basics (ab ca. 12 J.)	Studio I
Montag:	19.30 - 21.30	Stephan	Fortgeschrittene	Studio I
Mittwoch:	19.30 - 21.30	Stephan	Fortgeschrittene/Wettkampftraining	Studio I
Donnerstag:	19.30 - 21.00	Stephan	Basics (ab ca. 12 J.)	Studio I
Freitag:	16.15 - 17.30	Judith&Sandra	Kids von ca. 7 J. bis 12 J.	Studio I
Samstag:	10.00 - 12.00	Stephan	Wettkampftraining nach Vereinbarung	Studio I
<b>K1 / BOXEN / THAIBOXEN</b>				
Freitag:	18.30 - 20.30	Ali	Jugend ab ca.12 J.+ Adults, Beginner / Thai Boxen/Boxen	Studio I
Sonntag:	17.00 - 19.00	Ali	jedes Alter / Thai Boxen/Boxen	Vereinsheim
<b>CAPOEIRA</b>				
Montag:	19.00 - 21.00	Patrik	ab ca. 14 Jahre	Wieseck FES Pausen-/Partyraum
Donnerstag:	19.00 - 21.00	Patrik	ab ca. 14 Jahre	Wieseck FES Pausen-/Partyraum
<b>JUDO</b>				
Montag:	16.30 - 18.00	Oleg	Beginner, jedes Alter (ab 15.11.2021)	Studio I
Montag:	18.00 - 20.00	Oleg	Fortgeschrittene, jedes Alter	Georg-Büchner-Schule (GBS)
Dienstag:	18.00 - 20.00	Oleg	Wettkampftraining, Jugend	Georg-Büchner-Schule (GBS)
Dienstag:	20.00 - 21.30	Oleg	Beginner+Fortgeschrittene Jugend	Georg-Büchner-Schule (GBS)
Mittwoch:	18.00 - 20.00	Oleg	Fortgeschrittene, Jugend/jedes Alter	Georg-Büchner-Schule (GBS)
Freitag:	17.00 - 19.00	Oleg	Jugend	Georg-Büchner-Schule (GBS)
<b>PARKOUR</b>				
Mittwoch:	18.30 - 20.00	Jan	jedes Alter, ab ca. 12 J.	Turnhalle WSO
Sonntag:	15.30 - 16.45	Jan + Moritz	Kids, ab ca. 5 J. bis ca. 9 J.	Turnhalle WSO
Sonntag:	16.45 - 18.00	Jan + Moritz	Jugendliche, ab ca. 10 J.	Turnhalle WSO
Sonntag:	18.00 - 19.30	Jan + Niklas	Jugendliche + Erwachsene ab ca. 13 Jahren + Trampolin	Turnhalle WSO
<b>KAMPFSPORT-INTEGRATIONSGRUPPE</b>				
Dienstag:	19.00 - 20.30	Tarik	Erwachsene	Vereinsheim
Donnerstag:	20.00 - 21.30	Tarik	Erwachsene	Vereinsheim

**POLE-SPORT FITNESS / POLE-DANCE + AERIAL-HOOP + AERIAL SILK + TWERXOUT + CHAIRDANCE**

**WIR HABEN UNSER FITNESS- und GESUNDHEITSKURS- ANGEBOT ERHEBLICH AUSGEWEITET**

**BEACHTET BITTE DIE ANKÜNDIGUNGEN: WWW.TSG-GIESSEN.DE**

Für die **GESUNDHEITS-, FITNESS- + SONDERKURSE** gelten besondere Teilnahmebedingungen!

EINE Schnupperstunde ist kostenlos (nicht eine pro Kurs!!!), danach ist eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich oder alternativ kann eine 10er-Karte für € 70 (Polesport/Hoop/Silk) € 110) über deinen Eversports-Account online erworben werden.

**BANDS FIT + YOGA + AEROBIC + PILATES + RÜCKEN-FIT + FASZIENTRAINING + KETTLEBELL + TRAMPOLIN + STRETCHING**

Kursbeschreibungen, Zeiten und Infos: [www.tsg-giessen.de](http://www.tsg-giessen.de) und Sonderflyer

**LEHRKRÄFTE / TRAINER**

*Jede Schule ist so gut wie ihre Lehrer! Unsere Lehrkräfte und Trainer sind absolute Fachleute ihrer Sparten und Begriffe in der Szene!*

**ALLE Kurse werden betreut! LERNT SIE KENNEN - SCHNUPPERT MAL!** (HP: Startseite / Über uns / Unser Team)

**UNTERRICHTS- + TRAININGSORTE (Karte + Wegbeschreibungen s. HP)**

**VEREINSHEIM** der TSG Blau-Gold Gießen: *An der Hessenhalle 1-3, 35398 Gießen (neben "Denn's Biomarkt", über "Müller's Waschpark")*

**STUDIO I:** KAMPFSPORT-CENTER der TSG: Steinstraße 81 (Fetzer-Gebäude), 35390 Gießen (Eingang im Hof)

**POLE-STUDIO:** Marburger Straße 13 (Eingang neben Turgut-Markt) – 330qm, 2 Unterrichtsräume, 20 Pole/Stangen, Hoop/Ringe

**Parkmöglichkeit für beide Studios auf dem Hof des Fetzer-Gebäudes, Steinstraße 81**

**TURNHALLE WSO:** (Wirtschaftsschule am Oswaldsgarten): Georg-Schlosser-Straße 20, 35390 Gießen (Eingang Turnhalle Wirtschaftsschule am Oswaldsgarten (WSO) nur noch über die Tür an der Nordanlage (Ecke Einfahrt Parkhaus Neustädter Tor / gegenüber Feuerwehr)

**WIESECK FES:** Gymnastik-/Partyraum der Friedrich-Ebert-Schule, Haus C, Am Eichelbaum 69, 35396 Gießen-Wieseck

**TURNHALLE LUS:** (Ludwig-Uhland-Schule), Aulweg 120 / Eingang Paul-Meimberg-Straße, 35392 Gießen

**TURNHALLE GBS:** (Georg-Büchner-Schule), Egerländer Str. 5, 35396 Gießen

**TURNHALLE PFINGSTWEIDE:** Sportfeld 27, 35398 Gießen / Klein-Linden

Hier gibt es alle aktuellen Daten + Infos, auch die genauen **WEGBESCHREIBUNGEN (Startseite/UNTERRICHTSORTE)**

**POST-Anschrift (kein Unterricht, keine Besuche, Verwaltung, nur Briefe): TSG Blau-Gold Gießen, Bernhard Zirkler, Goethestraße 10, 35390 Gießen**

**Bitte beachten: Einschreibe-Briefe und Briefe die an die Unterrichtsorte adressiert sind, werden nicht zugestellt!**

**Tanz-Hotline: 0641 71818 (Bernhard Zirkler, Vorsitzender) E-Mail: [tsg-giessen@gmx.de](mailto:tsg-giessen@gmx.de)**

Über 900 Boys + Girls tanzen, turnen und kämpfen bei uns in über 170 Kursen, die großen Schwestern machen sich fit mit **POLE-DANCE + TWERXOUT** und die Muttis tanzen **ZUMBA** und machen **FITNESS** und **YOGA** – das könnt ihr auch! Kommt einfach vorbei und probiert es aus! Einfach zu den infrage kommenden Kursen **ohne Anmeldung** zum Schnuppern kommen, unverbindlich und kostenfrei (außer Pole-Dance)

Unterricht: wöchentlich (in den Schulferien und an Feiertagen eingeschränkt), jede Gruppe zu jeder Zeit, wann und was Du willst!

(Als Mitglied **keine** Beschränkung auf einen bestimmten Kurs, gilt auch für Sonderkurse und Pole-Dance !!!)

mit viel Spaß für wenig Geld (Beitrag nur € 25,- im Monat, egal wo und wie oft ihr in der Woche teilnehmt)

fast jeden Tag, und wenn Du Lust hast: Auftritte, Turniere und Battles möglich -**bei uns seid ihr richtig und wichtig!**

**Als Mitglied können ALLE infrage kommenden Kurse ohne Zusatzkosten belegt werden!**

**Der Einstieg in die Kurse ist jederzeit mit Anmeldung über Eversports möglich – Zum Schnuppern einfach kommen!**

