



# Kursplan 2021 UTSG

## Wir bewegen Menschen!



Senioren-gymnastik	Montag	18.00 – 19.00	Anbau CWS Mensa	Uschi Olbrich
Pilates Kransberg	Montag	16.45 – 17.45	Kursraum /Pfarrhaus kath. Kirche Kransberg	Heike Adami
Gymnastik Kransberg	Montag	18.00 – 19.00	Kursraum / Pfarrhaus kath. Kirche Kransberg	Heike Adamai
Zumba	Montag	19.30 – 20.30	BGH Michelbach	Addy Rojas
Jumping	Montag	19.30 – 20.30	Kindergarten Schlappmühler Pfad	Lisa-Marie Probst
Wirbelsäulengymnastik	Dienstag	18.00 – 19.00	ONLINE Zoom ID 881 7378 7925	Christine Marx
Yoga	Dienstag	18.00 - 19.00	BGH Merzhausen / Rauschpennhalle	Shobha Muncke
Step	Dienstag	19.00 – 20.00	Kindergarten „ Hand in Hand“ / Familienzentrum	Anna-Ayse Guel
Kindershowtanz	Dienstag	18.00 – 20.00	BGH Michelbach	Claudia Wiesler/ Leonie
Showtanz	Dienstag	20.00 – 22.00	BGH Michelbach	Claudia Wiesler/ Leonie
Gesund und Trainiert - Fit ins Alter	Dienstag	19.00 - 20.00	CWS Turnhalle (neu) Mozartstraße Usingen	Herta Otto
Rücken- und Bodyfit für Jedermann	Dienstag	20.15 - 21.15	CWS Turnhalle (neu) Mozartstraße Usingen	Rolf Otto

Stand 05.12.2021

Anmerkung:

Teilnahme aufgrund Coronaregeln/Stand 25.11.2021: 2 G-Regel (Geimpft/Genesen)

**\* Jumping unbedingt Anmeldung aufgrund Platzkapazität**  
 BITTE VORHER INFORMIEREN! Vielen Dank für Ihr Verständnis.



# Kursplan 2021 UTSG

Wir bewegen Menschen!



Sportart	Tag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter
Warmup Walking Frauengymnastik	Mittwoch	08.50 – 09.30	Anbau CWS Mensa	Uschi Olbrich
Frauengymnastik	Mittwoch	09.30 – 10.30	Anbau CWS Mensa	Uschi Olbrich
Seniorengymnastik	Mittwoch	10.45 – 11.45	Anbau CWS Mensa	Uschi Olbrich
Rückentrimm für Sie und Ihn	Mittwoch	19.00 – 20.15	Marstallhalle Mozartstraße Usingen	Ulla Lehl
Ganzkörperfitness für Frauen	Donnerstag	19.00 – 20.00	CWS Turnhalle (neu) Mozartstraße Usingen	Herta Otto
Jumping *	Donnerstag	19.00 - 20.00	Kindergarten Schlappmühler Pfad	Lisa-Marie Probst
Bodystyling	Freitag	18.00 - 19.00	BGH Wernborn / Eichkopfhalle	Anna Ayse Guel
Wassergymnastik für Jedermann	Samstag	08.30 – 09.30	Taunusbad Usingen	Uschi Olbricht

Stand 05.12.2021

Anmerkung:

Teilnahme aufgrund Coronaregeln/Stand 25.11.2021: 2 G-Regel (Geimpft/Genesen)

**\* Jumping unbedingt Anmeldung aufgrund Platzkapazität**  
 BITTE VORHER INFORMIEREN! Vielen Dank für Ihr Verständnis.