GS Am Hasenberg Stand 05.05.2026

großer Gymnastikraum (150m²) ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum ----- großer Gymnastikraum

	9:00	9:15	9:30	9:45	**10:00**	10:15	10:30	10:45	**11:00**	11:15	11:30	11:45	**12:00**	12:15	12:30	12:45	**13:00**	13:15	13:30	13:45	**14:00**	14:15	14:30	14:45	**15:00**	15:15	15:30	15:45	**16:00**	16:15	16:30	16:45	**17:00**	17:15	17:30	17:45	**18:00**	18:15	18:30	18:45	**19:00**	19:15	19:30	19:45	**20:00**	20:15	20:30	20:45	**21:00**	21:15	21:30	21:45	**22:00**
Montag					**SG Anspach Turnen**																												**SG Anspach Turnen**						**SG Anspach Turnen**					**SG Anspach Turnen**									
					Fitness- und Gesundheit																												Fitness und Gesundheit						Fitness und Gesundheit					Fitness und Gesundheit									
Dienstag	**SG Hausen Turnen**						**SG Hausen Turnen**																										SG Hausen Turnen							SG Hausen Turnen					**SG Hausen Turnen**								
	Wirbelsäulengymnastik						Rehasport																										Feldenkrais							Rückenfitness					Fitnessgymnastik								
Mittwoch					**SG Hausen Turnen**																					**SG Anspach Turnen**						**SG Hausen**									SG Hausen Turnen					**SG Hausen Turnen**							
					Wellnessgymnastik																					Rehabilitationssport						Tischtennis									Rückenpower					Gesundheitsgym. Damen							
Donnerstag			**SG Hausen Turnen Gymnastik**																												**SG Anspach Turnen**						SG Hausen Turnen					SG Hausen Turnen			SG Hausen Tanz								
								04.06.2026 - SG Hausen Tischtennis																							Rehabilitationssport						L & B					Pilates			Gardetraining								
Freitag																				**ARS H. Burgstaller**			**13.45 - 15.15**												**SG Hausen Turnen**						**SG Hausen Turnen**					**SG Anspach Turnen**							
																																			Beckenboden						Rückengymnastik					Fitness und Gesundheit							
Samstag					**SG Hausen Turnen** Gymnastik																																																
	30.05.2026 - SG Anspach Stressbewältigung im Schulalltag																																																				
																											21.11.2026 - Volkshochschule Bad Homburg																										
																											In zwei Stunden um die Welt																										
Sonntag																																																					

kleiner Gymnastikraum (105m²) ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum ----- kleiner Gymnastikraum

	9:00	9:15	9:30	9:45	**10:00**	10:15	10:30	10:45	**11:00**	11:15	11:30	11:45	**12:00**	12:15	12:30	12:45	**13:00**	13:15	13:30	13:45	**14:00**	14:15	14:30	14:45	**15:00**	15:15	15:30	15:45	**16:00**	16:15	16:30	16:45	**17:00**	17:15	17:30	17:45	**18:00**	18:15	18:30	18:45	**19:00**	19:15	19:30	19:45	**20:00**	20:15	20:30	20:45	**21:00**	21:15	21:30	21:45	**22:00**
Montag																																			**SG Hausen Turnen**																		
																																			Reha-Sport																		
Dienstag																																	**SG Hausen Turnen**								**SGA Leichtathletik**						**SG Hausen Turnen**						
																																	Reha-Sport								Fitness für Körper und Geist						Gardetraining (ab 15. Oktober 2025)						
Mittwoch																													**SG Hausen Turnen**						**SG Hausen Turnen**								**SG Anspach Turnen**										
																													Yoga bei Krebs						Yoga								Fitness und Gesundheit										
Donnerstag																													**SG Hausen Turnen**								**SG Anspach Turnen**																
																																					Fitness und Gesundheit																
Freitag																																	**SG Anspach Turnen**																				
																																	Gymnastik und Tanz																				
Samstag					**VHS am 18.04.2026 und 09.05.2026 "Adlerstark" jew. von 10.00 - 14.30 Uhr**																																															
					VHS am 24.10.2026 10.00 - 14.00 Uhr und 25.10.2026 10.00 - 14:30 Uhr																																															
Sonntag																																																					

SG Anspach Leichtathletik
SG Anspach Turnen
SG Anspach Tischtennis
SG Anspach Badminton
SG Hausen Tischtennis
SG Anspach Handball
SG Hausen Basketball
SG Hausen Turnen
SG Westerfeld Mädchenfußball/Volleyball
FC Neu-Anspach
SG Hausen Ballsport
SG Hausen SOMA
BSC - Bogensportclub
Radfahrvereinigung