

TuS Xanten

Schüler/Jugend	Kerstin Meckes	Montag	19.00 – 20.00	Hallenbad
	Kerstin Meckes	Donnerstag	17.00 – 19.00	Hallenbad

TRIATHLON

Abteilungsleitung: Ringo Haupt, Passweg 7, 46509 Xanten (02801/9202)

Schwimmen	Montag	20.00 – 21.00	Hallenbad
Radfahren	Samstag	10.00	Treffpunkt: Kreuzung (Ampel) Ärzehaus / Lüttingerstrasse / Varusring

Langlauf nach Absprache

BADMINTON

Abteilungsleitung: Anna Rixen, Alter Rheinweg 38, 46509 Xanten (02801/987340)

Jugendtraining: U12 und Anfänger	Montag	17.15 – 18.45	Halle Bahnhofstraße
U17 und Fortgeschrittene	Montag	18.00 – 19.30	Halle Bahnhofstraße
freies Training	Montag	19.00 – 22.00	Halle Bahnhofstraße
freies Training	Mittwoch	19.00 – 21.30	Halle Lüttingen

TISCHTENNIS

Abteilungsleitung: Fabian Welbers, Klever Str. 37, 46509 Xanten (0157 55838774)

Alle Trainingseinheiten finden in der Turnhalle Gymnasium statt.

Jugend,	Martin Artz (0176 99994978)	Dienstag	16.45 – 18.45
Fortgeschrittene		Freitag	16.45 – 18.45
Jugend:	Fabian Welbers (0157 55838774)	Mittwoch	17.00 – 19.00
Anfänger			
Erwachsene	Fabian Welbers (0157 55838774)	Dienstag	19.00 – 22.00
		Freitag	19.00 – 22.00

RADSPORT

Abteilungsleitung: Martin Janßen (0170 1805414)

Rennrad	Mittwoch	18.15	Treffpunkt: Eiscafe Santin (April bis Oktober)
	Sonntag	10.00	Treffpunkt: Eiscafe Santin (ganzjährig)
Mountainbike	Mittwoch	18.45	Treffpunkt: Eiscafe Santin (ganzjährig)

HERZSPORT

Abteilungsleitung: Detlef Tittel, Am Feldrain 42, 46519 Alpen (02802/3501)

Damen/Herren	Donnerstag	18.00 – 20.00	Halle Bahnhofstraße
---------------------	------------	---------------	---------------------

Kampfsport

Ansprechpartner: **Boxen** Hans – Jürgen Schrans **0162 8487906**
Taekwondo Halil Sürücü **0172 2559741**

Boxen	Samstag	12.00 – 13.30	Halle Gymnasium
	Dienstag	17.00 – 18.30	Gymnastikhalle Gymnasium
Taekwondo / Kick- / Thaiboxen			
Jugend und Erwachsene	Samstag	10.00 – 12.30	Halle Bahnhofstraße
Taekwondo			
Jugend	Dienstag	17.00 – 18.30	Gymnastikhalle Gymnasium
Thaiboxen + Boxen			
Jugend und Erwachsene	Dienstag	18.30 – 19.30	Gymnastikhalle Gymnasium
Thaiboxen			
Jugend und Erwachsene	Dienstag	17.00 – 18.00	Halle Gymnasium
Taekwondo			
Kinder / Jugend	Dienstag	18.00 – 19.00	Halle Gymnasium
Erwachsene	Dienstag	19.00 – 20.00	Halle Gymnasium

TURNEN

Abteilungsleitung: Christoph Wonning, Heinrich-Lensing-Str. 35, 46509 Xanten (02801/6559)

Kinderturnen- Info: Susanne und Christoph Wonning (02801/6559)

Eltern-Kind Turnen – Kinder 2 – 4 Jahre	Freitag	16.00 – 17.00	Halle Bemmelstraße
	Christoph und Susanne Wonning		
Kinder ab 4 Jahre	Freitag	17.00 – 18.00	Halle Bemmelstraße
	Christoph und Susanne Wonning		
Kinder ab 6 Jahre	Donnerstag	16.00 – 17.00	Halle Bemmelstraße
	Christoph und Susanne Wonning		
Kinder ab 8 Jahre	Donnerstag	17.00 – 18.00	Halle Bemmelstraße
	Christoph und Susanne Wonning		
Projektgruppe „Turnen“ ab 12 Jahre	Donnerstag	18.00 – 19.00	Halle Bemmelstraße
Jugendliche und Erwachsene	Bei Interesse gerne Anfrage: Wonning		

Gymnastik

Damen/Herren	Wolfertz (02801/1353)	Montag	19.40 – 20.40	Halle Bemmelstraße
Damen ab 60	Papendorf (02801/4270)	Dienstag	17.30 – 19.00	Halle Bemmelstraße
Damen	Wolfertz (02801/1353)	Donnerstag	19.30 – 20.30	Halle Bemmelstraße

Spiele/Gymnastik

Herren	Kuhlmann (Info Wonning)	Freitag	18.30 – 20.00	Halle Bemmelstraße
Herren	Mosters (02801/706114)	Freitag	20.00 – 21.30	Halle Bemmelstraße

Rückentraining

Damen/Herren	Kappel (02801/1220)	Mittwoch	17.30 – 18.30	Halle Bemmelstraße
Damen/Herren	Kappel (02801/1220)	Mittwoch	18.30 – 19.30	Halle Bemmelstraße

Step - Aerobic

Damen	Kuse (02801/1345)	Dienstag	19.00 – 20.00	Halle Bemmelstraße
--------------	-------------------	----------	---------------	--------------------

Bodyfit / allgemeine Fitness / Funktional-Fitness / alle gemischt

Bodyfit	Kuse (02801/1345)	Dienstag	20.00 – 21.00	Halle Bemmelstraße
Funktional Fitness/	Fox (02801/31926172) /	Donnerstag	19.00 – 20.00	Halle Bemmelstraße
Allgem. Fitness	Theunissen (0174 4817222)			

Volleyball (ohne Beteiligung an Spielrunden)

Jugend	Fischer (01577 9680983)	Montag	18.30 – 20.00	Halle Lüttingen
Damen/Herren	Fischer (01577 9680983)	Montag	20.00 – 22.00	Halle Lüttingen
Damen/Herren	Fischer (01577 9680983)	Mittwoch	20.15 – 22.00	Halle Gymnasium

Basketball

Herren	Paaßen (02801/7009136)	Donnerstag	20.00 – 21.30	Halle Gymnasium
---------------	------------------------	------------	---------------	-----------------

Bauchtanz

Damen	Weier-Kremer (02801/705370)
--------------	-----------------------------

Trainingszeiten unter: www.djimona.de

Schach

Ansprechpartner: Nils Gudat (0176 81688892), gespielt wird im Haus Michael 2. Etage (bitte klingeln)

Schüler	Freitag	18.00 – 19.30
Erwachsene	Freitag	ab 19.00

HANDBALL

Abteilungsleiter: Christoph Glenk, Kapellchenweg 14, 46509 Xanten (0151 40520924)

Minis 3+4 Jahre Beckers-Rützel (0172 2134996)	Freitag	16.30 – 17.30	Halle Bahnhofstraße
Minis 5-6 Jahre Svenja Hemmers	Freitag	16.30 – 17.30	Halle Bahnhofstraße
Gem. Jugend F/7-8Jahre Hannah Evers	Freitag	17.30 – 19.00	Halle Bahnhofstraße
W. Jugend E/9-10Jahre Rafael Hellhorst	Dienstag	17.45 – 19.15	Halle Bahnhofstraße
W. Jugend C/13-14Jahre Beckers-Rützel (0172 2134996)	Mittwoch	17.00 – 19.00	Halle Bahnhofstraße
M. Jugend E/9-10Jahre Staymann (0162 6940759)	Dienstag	16.30 – 18.00	Halle Bahnhofstraße
M. Jugend D/11-12 Jahre Dörper	Dienstag	19.00 – 20.30	Halle Bahnhofstraße
M. Jugend B/15-16 Jahre Höptner (02801/90783)	Dienstag Donnerstag	20.30 – 22.00 20.00 – 21.30	Halle Bahnhofstraße Halle Bahnhofstraße
Frauen Labrenz / Zabel	Mittwoch Freitag	19.00 – 20.30 19.00 – 20.30	Halle Bahnhofstraße Halle Bahnhofshaller
Männer 1 Dietz	Dienstag Freitag	20.30 – 22.00 20.30 – 22.00	Halle Bahnhofstraße Halle Bahnhofstraße

FITNESSRAUM

Koordinator: Friedhelm Forth, Augustusring 5, 46509 Xanten (02801/4389)

Angebot: Probetraining - zu erfragen bei Friedhelm Forth
freie Termine / Zeiten unter - Email: vorstand@tus-xanten.de

OFFENE ANGEBOTE

➤ **Sport in den Ferien** Bitte Presseinformationen beachten

Nähere Informationen erhalten Sie bei den entsprechenden Abteilungsleitern.
Änderungen sind aus unterschiedlichen Gründen möglich.

MITGLIEDERVERWALTUNG

Verantwortlich: Adelheid Gehrman, Maria von Burgund Str. 14, 46509 Xanten (02804/1270)

Schriftliche Anmeldungen können während der Übungsstunden und über den Abteilungsleiter vorgenommen werden. Dabei bitten wir aus Verwaltungsgründen um eine Einzugsermächtigung.
Die Mitgliedsbeiträge werden halbjährlich eingezogen, sie betragen zurzeit:

Schüler/Jugend	7,00 Euro	pro Monat
Erwachsene	10,00 Euro	pro Monat
Familien	18,00 Euro	pro Monat

Abmeldungen sind nur in schriftlicher Form bis zum 15. Juni oder 15. Dezember eines jeden Jahres möglich.

Anschrift: Adelheid Gehrman, Maria von Burgund Str. 14, 46509 Xanten
Email: a.gehrmann@tus-xanten.de