

## Aktivitäten in Worms

Verein, Organisation, Einrichtung:

**TuS Wachenheim 1900 e.V.**

Ansprechperson: Carmen Dangmann

E-Mail: Carmen.Dangmann@t-online.de

Telefon / mobil 0176 47715874

### **Bewegungsangebot 1**

#### Morgengymnastik für Jedermann

Dieses Angebot soll sich an alle bewegungsfreudige Personen richten, die sich gerne im Freien bewegen möchten. Zur Unterstützung kann ein Stuhl genommen werden, um die Übungen im Sitzen vorzunehmen.

28.05.2025 09:30 - 10:30 Uhr

04.06.2025 09:30 - 10:30 Uhr

11.06.2025 09:30 - 10:30 Uhr

18.06.2025 09:30 - 10:30 Uhr

25.06.2025 09:30 - 10:30 Uhr

20.08.2025 09:30 - 10:30 Uhr

27.08.2025 09:30 - 10:30 Uhr

03.09.2025 09:30 - 10:30 Uhr

10.09.2025 09:30 - 10:30 Uhr

24.09.2025 09:30 - 10:30 Uhr

Harxheimer Str. 2

67591 Wachenheim

### **Bewegungsangebot 2**

#### Rückenfit

Das Rückenfit Angebot soll sich an alle Damen mit Bewegungsdrang im Freien richten, die etwas Gutes für ihren Rücken machen wollen

05.06.2025 19:00 - 20:00 Uhr

12.06.2025 19:00 - 20:00 Uhr

26.06.2025 19:00 - 20:00 Uhr

03.07.2025 19:00 - 20:00 Uhr

21.08.2025 19:00 - 20:00 Uhr

28.08.2025 19:00 - 20:00 Uhr

11.09.2025 19:00 - 20:00 Uhr

25.09.2025 19:00 - 20:00 Uhr

Harxheimer Str. 2

67591 Wachenheim

### **Bewegungsangebot 3**

#### **Spiel und Spaßgruppe für Kinder ab 6 Jahren**

Bei diesem Angebot sollen nicht nur die turnerischen Fähigkeiten im Vordergrund stehen, sondern viel Spaß. Mit Gruppenspielen im Freien sollen die Kinder gemeinsame Aufgaben bewältigen. Das Turnen steht nicht unbedingt im Vordergrund.

02.06.2025 16:30 - 17:30 Uhr

16.06.2025 16:30 - 17:30 Uhr

23.06.2025 16:30 - 17:30 Uhr

30.06.2025 16:30 - 17:30 Uhr

18.08.2025 16:30 - 17:30 Uhr

25.08.2025 16:30 - 17:30 Uhr

01.09.2025 16:30 - 17:30 Uhr

15.09.2025 16:30 - 17:30 Uhr

Harxheimer Str. 2

67591 Wachenheim

### **Bewegungsangebot 4**

#### **Aerobic mit Bauch-Beine-Po**

Es wird ein abwechslungsreiches Training mit flotter Musik angeboten, das die Ausdauer verbessern und gezielt Bauch, Beine und Po kräftigen soll - unabhängig vom Fitnesslevel.

30.04.2025 19:15 - 20:15 Uhr

07.05.2025 19:15 - 20:15 Uhr

14.05.2025 19:15 - 20:15 Uhr

21.05.2025 19:15 - 20:15 Uhr

28.05.2025 19:15 - 20:15 Uhr

Harxheimer Str. 2

67591 Wachenheim