



Fitness + Gesundheit

Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Abt. Ltg. St. Jensen Tel. 3 43 95

Bauchtanz			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Mo.	10.00 - 11.00 Uhr	
FIT & FUN – Fitness für Jedermann/-frau			
- Reformschule	Do.	19.00 - 20.00 Uhr	
Fit, mobil und gesund (Frauen)			
- Wilhelmshoehaus	Do.	19.00 - 20.00 Uhr	
Hula Hoop-Dance			
- Reformschule	Do.	20.00 - 21.00 Uhr	
Meditatives Walking im Bergpark			
- Treffpunkt bitte erfragen (Okt. – März)	Sa.	9.30 - 10.30 Uhr	
(April – Sept.)	Fr.	19.00 - 20.00 Uhr	
Rückenfitness			
- Wilhelmshoehaus	Di.	18.30 - 20.00 Uhr	
Seniorengymnastik			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Mi.	9.30 - 10.30 Uhr	
Senioren-sport			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Mi.	10.30 - 11.30 Uhr	
Seniorengymnastik im Sitzkreis			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Di.	14.45 - 15.45 Uhr	
Wirbelsäulengymnastik			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Di.	15.45 - 16.45 Uhr	
Zeit für mich			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Mi.	19.30 - 20.30 Uhr	
Bewegungstreff			
-Parkplatz TSG Wilhelmshöhe, Stockwiesen	Mi.	10.00 - 11.00 Uhr	



Fitness Spezial

Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Kontakt: Ph. Mahnkopf-Winter Tel. 3 43 95

Pilates Level I	Mo.	18.45 - 19.45 Uhr
Pilates Level II	Mo.	20.00 - 21.00 Uhr
Pilates	Do.	8.30 - 9.30 Uhr
Pilates	Sa.	10.00 - 11.00 Uhr
Pilates		11.00 - 12.00 Uhr
Tabata	Mi.	18.00 - 19.00 Uhr
Yoga	Di.	17.00 - 18.10 Uhr
Yoga am Mittag	Mi.	12.15 - 13.15 Uhr
Yoga	Do.	17.15 - 18.15 Uhr
Yoga		18.30 - 19.30 Uhr
Yoga	Fr.	8.30 - 9.30 Uhr
Zeitgenössischer Tanz	Mo.	16.45 - 18.15 Uhr
Zumba Fitness	Mo.	20.00 - 21.30 Uhr
Zumba Gold (50+)	Di.	9.30 - 10.30 Uhr
		10.30 - 11.30 Uhr

Ballett für Kinder/Jugendliche siehe Angebot Ballett



Rehasport



Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Abt. Ltg. St. Jensen Tel. 3 43 95

Bewegung in der (Brust-)Krebs-Nachsorge			
- Reformschule	Di.	18.30 - 20.00 Uhr	
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Do.	13.30 - 14.30 Uhr	
Rehasport für Rücken und Gelenke			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Di.	15.45 - 16.45 Uhr	



Bewegungsangebote für Kinder und Jugendliche

Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Abt. Ltg. St. Jensen Tel. 3 43 95

Eltern + Kind (2 – 4 Jahre)			
- Bad Wilhelmshöhe	Mi.	17.00 - 18.00 Uhr	
- Wilhelmshoehaus	Do.	17.00 - 18.00 Uhr	
Purzelkinder (4 – 6 Jahre)			
- Bad Wilhelmshöhe	Mi.	18.00 - 19.00 Uhr	
- Wilhelmshoehaus	Do.	18.00 - 19.00 Uhr	
Kinderturnen fit & fetzig (6 – 9 Jahre)			
- Bad Wilhelmshöhe	Mi.	17.00 - 18.00 Uhr	
		18.00 - 19.00 Uhr	
HIP HOP Tanzen ab 9 Jahren			
- Kursraum im Clubhaus der TSG	Mi.	18.00 - 19.00 Uhr	
Young & fit – Fitness für Kids (9 – 12 Jahre)			
- Bad Wilhelmshöhe	Mi.	17.30 - 18.30 Uhr	
Parcour (ab 13 Jahre)			
- Waldorfschule (oben)	Mo.	18.30 - 20.00 Uhr	
Powerworkout für Mädchen (ab 13 Jahre)			
- Grundschule Kirchditmold	Di.	18.45 - 19.45 Uhr	



Kampfsport

Kontakt Ju-Jutsu: jujutsu@tsgwilhelmshoehe.de

Kontakt Taekwondo: yousefmeroglo@gmail.com

Ju Jutsu (ab 8 Jahre)			
- Reformschule	Do.	17.00 - 18.30 Uhr	
Taekwondo (Kinder/Erwachsene)			
-Kursraum im Clubhaus der TSG	Di.	18.10 - 21.10 Uhr	
Taekwondo (Kinder/Erwachsene)			
-Reformschule	Fr.	17.00 - 19.00 Uhr	



Leichtathletik

6 – 10 Jahre: leichtathletik1@tsgwilhelmshoehe.de

11 – 15 Jahre: Fabienne.Jensen@tsgwilhelmshoehe.de

Sportabzeichen: tsg.sportabzeichentraining@gmail.com

Kinder (6 – 10 Jahre)			
- Sportplatz Stockwiesen (Sommer)	Di.	16.15 - 18.30 Uhr	
- Reformschule (Winter)	Di.	16.45 - 18.45 Uhr	
Kinder / Jugend (11-15 Jahre)			
- Sportplatz Stockwiesen (Sommer)	Mi.	18.45 - 20.00 Uhr	
- Bad Wilhelmshöhe (Winter)	Mi.	18.30 - 20.00 Uhr	
LA Sportabzeichen-Training (ab 6 Jahre)			
-Sportplatz Stockwiesen (Sommer)	Fr.	16.30 - 17.30 Uhr	
-Kursraum im Clubhaus der TSG	Fr.	16.30 - 17.30 Uhr	



Ballett

Kontakt: vip.pechtold@gmx.de

Alle Klassen finden im „Tango Zero“ statt

5 – 7 Jahre	Mo.	15.00 - 16.00 Uhr
8 - 10 Jahre	Mi.	16.15 - 17.15 Uhr
ab 12 Jahre	Mo.	16.15 - 17.45 Uhr
	Mi.	17.30 - 19.00 Uhr



Schwimmkurse für Kinder (separate Anmeldung)

Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Anmeldung: Ph. Mahnkopf-Winter Tel. 3 43 95

Anfängerkurs (Seepferdchen)			
- Lehrschwimmbecken	Mo.	16.00 - 17.00 Uhr	
Wilhelmshoehaus			
Fortgeschrittene (Seehund Trixi u. Seepferdchen)			
- Lehrschwimmbecken	Mo.	17.00 - 18.00 Uhr	
Wilhelmshoehaus			



Freizeitsport

Kontakt Badminton: R. Winter Tel. 36 88 0

Kontakt Volleyball: Di S.Hoffmann s.hoffmann@arcor.de

Mo. H.W.Schmidt 0171-3809672

Badminton			
- Bad Wilhelmshöhe	Mo.	20.00 - 22.00 Uhr	
Volleyball			
- Waldorfschule	Mo.	20.00 - 21.30 Uhr	
- Reformschule	Di.	20.00 - 21.30 Uhr	

Footvolley

stevenscharf@outlook.de

Ltg. Steven Scharf 0174-7791834

Sportplatz Stockwiesen	Mo.	ab 17.00 Uhr
Uni Kassel Beachanlage	Mi.	ab 16.45 Uhr
Sportplatz Stockwiesen	Fr.	ab 16.00 Uhr
Sportplatz Stockwiesen	So.	ab 12.00 Uhr

Tennis

christabraehlerboyan@tsgwilhelmshoehe.de

Abt. Ltg. Christa Brähler-Boyan 0176-53955543

Lage: Endhaltestelle Straßenbahn Linie 1
Wilhelmshöher Allee 380

Die Plätze können nach Terminabsprache auch von Nichtmitgliedern genutzt werden (ab 01. Mai)

Fußball

Email: marki_ra@web.de

Abt. Ltg. M. Rahmann 0157-38690410

Herren 1 + 2		
- Sportplatz Schulstraße	Di.	19.00 - 21.00 Uhr
- Sportplatz Stockwiesen	Do.	19.00 - 21.00 Uhr
Frauen 1 + 2		
- Sportplatz Marbachshöhe	Mo.	19.00 - 20.30 Uhr
- Sportplatz Marbachshöhe	Do.	18.30 - 20.00 Uhr

Fußball – Jugend

Email: marcel.gries@tsgwilhelmshoehe.de

Ltg. Marcel Gries 01522-2655841

In unserer Abteilung Jugendfußball bieten wir **20 Mannschaften** männlich/weiblich von den Bambinis (Jhg. 2018) bis zur A-Jugend (Jhg. 2005/06).

Die Trainingszeiten und Ansprechpartner können über den Leiter Marcel Gries erfragt werden.

Handball

Email: thoruecker@gmx.de

Abt. Ltg. Th.Rücker 0175-7117229

Frauen			
- Bad Wilhelmshöhe	Di.	20.00 – 22.00 Uhr	
- TASK-Halle	Fr.	20.00 – 21.30 Uhr	
Herren			
- Bad Wilhelmshöhe	Mo.	18.30 – 20.00 Uhr	
- Bad Wilhelmshöhe	Do.	20.00 – 22.00 Uhr	

Handball – Jugend

Email: julia.limmeroth@googlemail.com

Ltg. Julia Limmeroth 0157-32705273

In unserer Abteilung der Handball-Jugend bieten wir **12 Mannschaften** männlich/weiblich von den Bambinis (Jhg. 2017) bis zur A-Jugend (Jhg. 2005/06).

Die Trainingszeiten und Ansprechpartner können über der Leiterin Julia Limmeroth erfragt werden.

Postanschrift

TSG Wilhelmshöhe 1883 e.V.

- Geschäftsstelle -
Kirchditmolder Str. 46,
34131 Kassel

Tel.: 0561/3 43 95

Fax: 0561/316 3669

Email: info@tsgwilhelmshoehe.de

Web.: www.tsgwilhelmshoehe.de

Beratungszeiten:

Montag:
09.00 - 12.00 Uhr
16.30 - 17.30 Uhr
Mittwoch:
09.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag:
17.00 - 18.00 Uhr
Freitag:
09.00 - 11.00 Uhr

Satzung und Beitragsordnung können auf unserer Homepage unter „Downloads“ eingesehen werden.
Stand: April 2024



TSG
Wilhelmshöhe 1883 e.V.

Der Sportverein
in
Bad Wilhelmshöhe
für ALLE

