

Sportverein Helsa 1945 e.V.

Thomas Wilhelm
Lilienstr. 1, 34298 Helsa
05605-927617
www.sportverein-helsa.de

ANSCHWUNG
FÜR FRÜHE
CHANCEN

**Unser Angebot**

Fußball
Judo
Kinderturnen mit Eltern-Kind-Turnen (ab 2 Jahren)
Losse Fit (Fitness-Übungsprogramm mit Gesundheitssport)
Rückentraining
Sportschützen (Luftpistole und Luftgewehr)
Tischtennis

Für Wen? Alter?

Fußball: Senioren- und Altherren-Mannschaften
Judo: Kinder ab 5 Jahren, Erwachsene ab 16 Jahren
Kinderturnen: 2 - 4 Jahren; 5 - 7 Jahren; 8 - 10 Jahren
Losse Fit: Sport- und Fitnessinteressierte Damen
Rückentraining: Interessierte Senioren
Sportschützen: alle, die am Schießen interessiert sind
Tischtennis: Jugend- und Seniorenmannschaften bei Damen und Herren

Wann und Wo?

Fußball: siehe SG Wickenrode/Helsa
Judo: Anfänger: montags und donnerstags von 17:30 bis 18:30 Uhr
Fortgeschrittene: montags und donnerstags von 17:30 bis 18:30 Uhr
Erwachsene: donnerstags von 19:30 bis 21:00 Uhr
Kinderturnen: dienstags ab 15:00 Schulturnhalle Helsa
Losse Fit: donnerstags 20:00 Schulturnhalle Helsa
Rückentraining: donnerstags 17:00 Seniorenzentrum Helsa
Sportschützen: montags und freitags ab 20:00 Schützenhaus