

## Ansprechpartner aller Abteilungen der TSG Mörse:

### Fußball

Fußball Herren/  
Fußball - Kinder/Jugend

### Gymnastik

Gesundheitsgymnastik/ Geschäftsstelle Tel. 05361 771598  
Kinderturnen

Freizeitsport Michael Voß Tel. 05361 773238

Karate Ingolf Pusch Tel. 05361 774323

Tanzen Dr. Karsten Holz Tel. 05361 307401  
Tanztrainerin Edith Fleißner Tel. 05361 73680

Tennis Henrik Ruess Tel. 05308 93330  
Philip Mund

TennisJugend Florian Thomas Tel. 0175 3464151  
Matthias Pütter Tel. 0151 68197023

Tennistrainer Thomas von Palubitzki Tel. 0175 5176575

# Die TSG Mörse

der Sportverein in Ihrer Nachbarschaft

## Sportprogramm 2025

Weitere Informationen in der Geschäftsstelle der TSG Mörse, bei den Abteilungsleitern oder direkt während der Übungsstunden

Geschäftsstelle: TSG Mörse  
Letzlinger Str. 26, 38442 Wolfsburg  
☎ 05361 771598

Email: [info@tsg-moerse.de](mailto:info@tsg-moerse.de)  
Internet: [www.TSG-Moerse.de](http://www.TSG-Moerse.de)

# Unsere Sportangebote

	<u>Übungszeit</u>	<u>Sportstätte</u>	<u>Übungsleiter</u>
<b><u>Gymnastik</u></b>			
Hockergymnastik	Mo. 09:00 – 10:00	Gymraum MZH	Helene Keller
*Qigong (Prävention/Kurs 10x)	Mo. 17:00 – 18:00	Gymraum MZH	Norbert Mieruch
*Tai Chi (Prävention/Kurs 10x)	Mo. 18:00 – 19:00	Gymraum MZH	Norbert Mieruch
*Tai Chi (Prävention/Kurs 10x)	Mo. 19:00 – 20:00	Gymraum MZH	Norbert Mieruch
*Tai Chi (Prävention/Kurs 10x)	Do. 18:00 – 19:00	Gymraum MZH	Norbert Mieruch
Seniorinnengymnastik	Mo. 15:30 – 16:30	MZH	Waltraut Ruppert
Wassergymnastik	Mo. 09:30 – 10:15	Heiligendorf	Waltraut Ruppert
Wassergymnastik	Mo. 10:15 – 11:30	Heiligendorf	Waltraut Ruppert
Wassergymnastik	Di. 14:00 – 15:00	Heiligendorf	Waltraut Ruppert
Wassergymnastik	Mi. 13:00 – 13:45	Heiligendorf	Waltraut Ruppert
Wassergymnastik	Mi. 13:45 – 14:30	Heiligendorf	Waltraut Ruppert
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 16:00 – 17:00	MZH (WiZeit)	Karola Gumprecht
Wirbelsäulengymnastik	Mi. 17:00 – 18:00	MZH (SoZeit)	Karola Gumprecht
Fit in den Winter (Okt-Mär)	Mi. 19:00 – 20:30	MZH	Birgit Schüttke
*Yoga (Prävention/Kurs 8x)	Di. 09:00 – 10:30	MZH Gymraum	Irina Golubeva
*Yoga (Prävention/Kurs 8x)	Di. 11:00 – 12:30	MZH Gymraum	Irina Golubeva
*Yoga (Prävention/Kurs 8x)	Mi. 10:30 – 12:00	MZH Gymraum	Irina Golubeva
*Yoga (Prävention/Kurs 8x)	Do. 13:30 – 15:00	MZH Gymraum	Irina Golubeva
<del>*Yoga (Prävention/Kurs 8x)</del>	<del>Do. 16:00 – 17:15</del>	<del>MZH Gymraum</del>	<del>Mariotta Jahr (2x/Jahr)</del>
<del>*Yoga (Prävention/Kurs 8x)</del>	<del>Do. 17:45 – 19:00</del>	<del>MZH Gymraum</del>	<del>Mariotta Jahr (2x/Jahr)</del>
Fitte Sportgruppe 50+	Di. 18:00 – 19:00	MZH	Doris Tempel
Gesundheitsgymnastik 50+	Di. 19:00 – 20:00	MZH	Doris Tempel
Aerobic/Pilates	Fr. 10:00 – 11:00	MZH	Tatjana Rott
Pilates	Fr. 11:00 – 12:00	MZH	Tatjana Rott
<b>*AOK Kooperation und *werden von den Krankenkassen bezuschusst</b>			

## Modern Sports

Jazzdance (Anfänger ab 4 J)	Sa.. 10:00 – 11:00	MZH	Sophia /Inken
Jazz-Dance (MiniMacs 9–14J)	Sa. 11:00 – 13:00	MZH	Sophia /Inken

## Sportangebote für Kinder

TurnMäuse -3 Jahre	Do. 15:00 – 16:00	MZH	Irina Schulz
TurnTaffis 3 – 6 Jahre	Do. 16:00 – 17:00	MZH	Irina Schulz
Parcour 3 – 6 Jahre	Do. 17:00 – 18:00	MZH	Irina Schulz

## Übungszeit      Sportstätte      Übungsleiter

### Freizeitsport

Senioren, aktiv WA 14tägig	Di. 10:00 – 11:00	Heiligendorf	Manuela Tarras
Radwandern April – Sept	Do. 16:00 – 18:00	Treffen MZH	
Walking Football	Fr. 16:00 – 17:30	MZH/Herzbergst	Frank Eichhof

### Fußball

Freizeitfußball (Nov-März)	Fr. 17:00 – 18:30	BSH	M. Adduci
Freizeitfußball (April – Okt)	Fr. 17:00 – 18:30	Herzbergstadion	M. Adduci

### Fußball – Bambinis/Kinder

Di/Fr 16:00 – 17:00	Herzbergstadion	April - September
Mo 16:00 – 17:00	MZH (G2)	Oktober – März
Mo/F 17:00 – 18:00	MZH (E4)	
Mi 17:00 – 18:00	MZH (E5)	
Fr 15:30 – 16:30	MZH (G2)	
Fr 16:30 – 17:30	BSH (E5)	April - September

**Fußball - Herren** - Auskunft über Trainingszeit bzw. Trainingsort siehe [www.tsg-moerse.de](http://www.tsg-moerse.de)

### Karate

Karate (Kinder)	Di 17:30 – 18:30	MZH Gymraum	Gunnar Splisteser
Karate (Kinder)	Fr. 17:30 – 19:00	MZH Gymraum	Andreas Herbst
Karate (Anfänger)	Mi 16:30 – 18:00	MZH Gymraum	Ingolf Pusch

Erwachsene + Jugend	Di. 18:30 – 20:00	MZH Gymraum	Alex Than
Erwachsene + Jugend	Do. 19:00 – 20:30	MZH Gymraum	Andreas Herbst

### Tanzen

Do. 19:00 – 21:30	MZH	E. und F. Fleißner
So. 17:00 – 21:30	MZH	E. und F. Fleißner

### Tennis

Henrik Ruess      05308 93330  
 Individuell auf den 6 Plätzen der vereinseigenen Tennisanlage

### Tennis Kinder/Jugend

Training für Kinder und Jgd. nach Absprache mit dem Jugendwart      Thomas v. Palubitzki  
 0175 5176575

### Tischtennis

Mo. 19:30 – 22:00      MZH      (Erwachsene)  
 SG Ehmen/Mörse: Trainingszeiten siehe: [www.tsg-moerse.de](http://www.tsg-moerse.de)