

Einbrunger Sport- und Freizeitverein 2022 e.V.

www.einbrunger-sportfreizeitverein.de

Kursübersicht für die Turnhalle Hilden (Horster Allee 5, 40721 Hilden) – Stand Februar 2026



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Nachmittag							
					15:00 – 16:00 Fit wie ein Turnfrosch von 4 bis 6 Jahre		
		16:30 – 17:30 Karate von 6 bis 12 Jahre			16:15 – 17:15 Teampower – Gemeinsam Stark! von 7 bis 12 Jahre		
		17:30 – 19:00 Karate von 12 bis 15 Jahre			17:30 – 18:30 Swish! Basketball für Jugendliche ab 14 Jahre		
Abend							

- Kinder / Jugendliche
- Erwachsene
- Senioren