

TuS Rondorf

Sportangebote in den Osterferien 2026

Fr 27.03. und Sa 28.03.					
Wochentag	Zeit	Sportangebot	Zielgruppe	mw	Ort
Fr	09.30-10.30	Stark ins Wochenende I	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	10.30-11.30	Stark ins Wochenende II	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	16.00-18.00	Kickboxen barrierefrei	Ab 8 J.	mw/d	GOD2
Fr	16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen I - Bewegungslandschaft	Kinder U4	mw/d	AFS
Fr	17.30-19.30	Parcour & Freerunning	Kids ab 8 J.	mw/d	AFS
Fr	19.45-22.00	VB Liga 16+	Erwachsene ab 16 J.	mw/d	AFS
Sa	11.00-12.30	Volleyball Hobby Kids (Sommerhalbjahr)	Kids und Teens ab 8 J. - 12 J.	Sa	AFS
Sa	12.30-14.00	Volleyball Hobby Teens	Teens ab 13-15 J.	Sa	AFS
Sa	14.00-16.00	Skaterhockey Teens U19	Teens ab 13 >J	mw/d	AFS
Sa	16.00-17.30	Inlineskaterhockey light Teens U13	Teens U13	mw/d	AFS
Sa	17.30-19.00	Basketball Hobby Kids U12 +	Kids und Teens ab 6 J.	mw/d	AFS
Sa	19.00-22.00	Open Gym Basketball	ab 13 J. - ca 27 J.	mw/d	AFS
Die Angebote finden teilw. Outdoor statt. Bitte erst anmelden, dann teilnehmen.					
AFS	Sporthalle Anne Frank Schule, Adenstraße 13, 50997 Köln-Hochkirchen				
GOD 2	Kleine Sporthalle 2, Johannes Gutenberg Realsschule, Kuckucksweg 4, Eingang Buchfinkenstraße, 50997 Köln-Godorf				
CAS	Casarstraße, Bayenthal				
HdF	Haus der Familie, Reiherstraße 21, 50997 Köln-Rondorf				
FvS	Sporthalle GGS Im Süden, Godorfer Str. 29, 50997 Köln-Immerdorf				
FanzZ	Städt. Kindergarten/Familienzentrum Köln-Rondorf, Rondorfer Hauptstraße 100				
FoBo	Forstbotanischer Garten, Parkplatz, Schillingroter Straße, 50996 Köln				
IGS Rod	Gesamtschule Rodenkirchen, Sürther Straße 191, 50999 Köln				
EMA	Sürther Str. 201, 50999 Köln-Rodenkirchen				
			findet statt		
			fällt aus		
			outdoor / Änderungen Zeit oder Ort		

AFS	Sporthalle Anne Frank Schule, Adenstraße 13, 50997 Köln-Hochkirchen
GOD 2	Kleine Sporthalle 2, Johannes Gutenberg Realsschule, Kuckucksweg 4, Eingang Buchfinkenstraße, 50997 Köln-Godorf
CAS	Casarstraße, Bayenthal
HdF	Haus der Familie, Reiherstraße 21, 50997 Köln-Rondorf
FvS	Sporthalle GGS Im Süden, Godorfer Str. 29, 50997 Köln-Immerdorf
FanzZ	Städt. Kindergarten/Familienzentrum Köln-Rondorf, Rondorfer Hauptstraße 100
FoBo	Forstbotanischer Garten, Parkplatz, Schillingroter Straße, 50996 Köln
IGS Rod	Gesamtschule Rodenkirchen, Sürther Straße 191, 50999 Köln
EMA	Sürther Str. 201, 50999 Köln-Rodenkirchen
	findet statt
	fällt aus
	outdoor / Änderungen Zeit oder Ort

1. Ferienwoche Mo 30.03.- Sa 05.04.					
Wochentag	Zeit	Sportangebot	Zielgruppe	mw	Ort
Mo	09.00-09.00	Yoga	18+	mw/d	HdF
Mo	09.00-10.00	Plates - Fortgeschrittene	18+	mw/d	HdF
Mo	10.00-11.00	Wirbelsäulengymnastik	18+	mw/d	HdF
Mo	11.00-12.30	NEU: Rücken-Mobil-itation	18+	mw/d	HdF
Mo	16.15-17.00	Yoga	18+	mw/d	GOD 2
Mo	17.15-18.30	NEU: Yoga für Männer	18+	mw/d	GOD 2
Mo	16.15-17.15	Selbstverteidigung U6 - Kids	Kids ab 5 J.	mw/d	AFS
Mo	17.30-19.30	Jiu Jitsu U13	Kids 6 - 12	mw/d	AFS
Mo	18.30-20.00	Jiu Jitsu 13+ und Erw.	Teens 13+ und Erwachsene	mw/d	AFS
Mo	19.00-20.30	Volleyball Hobby 13+	Ab 14 J.	mw/d	EMA
Mo	20.30-22.00	Volleyball Liga 16+	ab 16 J.	mw/d	EMA
Mo	20.30-22.00	Basketball Hobby I. Herren, 18+	Erwachsene ab 18+	m	AFS
Di	08.00-09.30	Wirbelsäulengymnastik	Erwachsene ab 70+	mw/d	HdF
Di	09.30-11.00	Sitz-/Stuhlgymnastik	Erwachsene ab 60+	mw/d	HdF
Di	11.00-12.00	Stark durch die Woche	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Di	19.30-17.00	Turnen Kids 6-12 - Bewegungslandschaft	Kids 6-12	mw/d	AFS
Di	17.00-18.00	VB (nur Sommerhalbjahr)	mixed 16+	mw/d	AFS
Di	18.00-20.00	VB Liga mixed (nur Sommerhalbjahr)	VB Liga mixed 16+	mw/d	AFS
Di	17.30-19.30	Jiu Jitsu U13	Kids 6 - 12	mw/d	GOD 2
Di	17.30-19.30	Jiu Jitsu 13+ und Erw.	Teens 13+ und Erwachsene	mw/d	GOD 2 -
Di	18.00-19.30	Nordic Walking	Erwachsene 18+	mw/d	FoBo
Di	20.00-22.00	Jedermannsport / Sport f. Ältere	Erwachsene 50+	mw/d	AFS
Mi	09.00-09.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	09.00-09.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	10.00-10.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	16.15-17.00	Mama-Baby Kids	Mutter mit Baby	mw/d	AFS
Mi	15.45-17.00	Gymnastik für den ganzen Körper	Erwachsene 18+	mw/d	FoBo
Mi	16.00-17.45	Inlineskater - Laufschiule	Kids und Teens ab 6 J.	mw/d	AFS
Mi	17.00-19.00	Capoeira Kids, Teens, Erwachsene	ab 6 J.	mw/d	HdF
Mi	17.45-19.45	Tischtennis Hobby	Teens 12+ und Erwachsene	mw/d	AFS
Mi	18.00-19.30	Rücken- und Wirbelsäulentraining	Erwachsene 18+	mw/d	GOD 2
Mi	19.00-20.30	FitFun	Erwachsene 18+	mw/d	EMA
Mi	20.00-22.00	Skaterhockey 16+ - keine Anfänger	Teens ab 16 Jahren u. Erw.	mw/d	AFS
Do	08.00-09.00	Plates	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	09.00-10.00	Fit Mix	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	10.00-11.00	Plates sanft	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	15.00-16.00	Eltern-Kind-Turnen I - Bewegungslandschaft	Eltern-Kind-Turnen I Kids 1,5-3	mw/d	AFS
Do	16.15-17.30	Kinderturnen U6 - Bewegungslandschaft	Kids 3-6H	mw/d	AFS
Do	16.15-17.45	30 + Gymnastik, Gleichgewicht, Gedächtnis	Erwachsene ab 18 J.	mw/d	GOD2
Do	17.30-20.00	Taskwondo	Kids Teens Erwachsene	mw/d	AFS
Do	18.00-20.00	Step Aerobic	Erwachsene 50+	mw/d	GOD2
Do	19.00-22.00	Volleyball Hobby -	Ab 14 J.	mw/d	EMA
Do	20.00-22.00	Basketball Hobby II-Senioren 16+	Erwachsene 18+	mw/d	AFS
Fr	09.00-10.00	Stark ins Wochenende I	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	10.30-11.30	Stark ins Wochenende II	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	16.00-18.00	Kickboxen barrierefrei	Ab 8 J.	mw/d	GOD2
Fr	16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen II - Bewegungslandschaft	Kinder U4	mw/d	AFS
Fr	17.30-19.30	Parcour & Freerunning	Kids ab 8 J.	mw/d	AFS
Fr	19.45-22.00	VB Liga 16+	Erwachsene ab 16 J.	mw/d	AFS
Sa	11.00-12.30	Volleyball Hobby Kids (Sommerhalbjahr)	Kids und Teens ab 8 J. - 12 J.	Sa	AFS
Sa	12.30-14.00	Volleyball Hobby Teens	Teens ab 13-15 J.	mw/d	AFS
Sa	14.00-16.00	Skaterhockey Teens U19	Teens ab 13 >J	mw/d	AFS
Sa	16.00-17.30	Inlineskaterhockey light Teens U13	Teens U13	mw/d	AFS
Sa	17.30-19.00	Basketball Hobby Kids U12 +	Kids und Teens ab 6 J.	mw/d	AFS
Sa	19.00-22.00	Open Gym Basketball	ab 13 J. - ca 27 J.	mw/d	AFS
Die Angebote finden teilw. Outdoor statt. Bitte erst anmelden, dann teilnehmen.					

AFS	Sporthalle Anne Frank Schule, Adenstraße 13, 50997 Köln-Hochkirchen
GOD 2	Kleine Sporthalle 2, Johannes Gutenberg Realsschule, Kuckucksweg 4, Eingang Buchfinkenstraße, 50997 Köln-Godorf
CAS	Casarstraße, Bayenthal
HdF	Haus der Familie, Reiherstraße 21, 50997 Köln-Rondorf
FvS	Sporthalle GGS Im Süden, Godorfer Str. 29, 50997 Köln-Immerdorf
FanzZ	Städt. Kindergarten/Familienzentrum Köln-Rondorf, Rondorfer Hauptstraße 100
FoBo	Forstbotanischer Garten, Parkplatz, Schillingroter Straße, 50996 Köln
IGS Rod	Gesamtschule Rodenkirchen, Sürther Straße 191, 50999 Köln
EMA	Sürther Str. 201, 50999 Köln-Rodenkirchen
	findet statt
	fällt aus
	outdoor / Änderungen Zeit oder Ort

2. Ferienwoche Mo 06.04.- Sa 11.04.					
Wochentag	Zeit	Sportangebot	Zielgruppe	mw	Ort
Mo	09.00-09.00	Yoga	18+	mw/d	HdF
Mo	09.00-10.00	Plates - Fortgeschrittene	18+	mw/d	HdF
Mo	10.00-11.00	Wirbelsäulengymnastik	18+	mw/d	HdF
Mo	11.00-12.30	Rücken-Mobil-itation	18+	mw/d	HdF
Mo	16.00-17.00	Yoga	18+	mw/d	GOD 2
Mo	17.15-18.30	Yoga für Männer	18+	mw/d	GOD 2
Mo	16.15-17.15	Selbstverteidigung U6 - Kids	Kids ab 5 J.	mw/d	AFS
Mo	17.30-19.00	Jiu Jitsu U13	Kids 6 - 12	mw/d	AFS
Mo	19.00-20.30	Jiu Jitsu 13+ und Erw.	Teens 13+ und Erwachsene	mw/d	AFS
Mo	19.00-20.30	Volleyball Hobby 13+	Ab 14 J.	mw/d	EMA
Mo	20.30-22.00	Volleyball Liga 16+	ab 16 J.	mw/d	EMA
Mo	20.30-22.00	Basketball Hobby I. Herren, 18+	Erwachsene ab 18+	m	AFS
Di	08.00-09.30	Wirbelsäulengymnastik	Erwachsene ab 70+	mw/d	HdF
Di	09.30-11.00	Sitz-/Stuhlgymnastik	Erwachsene ab 60+	mw/d	HdF
Di	11.00-12.00	Neu: Stark durch die Woche	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Di	19.30-17.00	Turnen Kids 6-12 - Bewegungslandschaft	Kids 6-12	mw/d	AFS
Di	17.00-18.00	VB (nur Sommerhalbjahr)	mixed 16+	mw/d	AFS
Di	18.00-20.00	VB Liga mixed (nur Sommerhalbjahr)	VB Liga mixed 16+	mw/d	AFS
Di	17.30-19.30	Jiu Jitsu U13	Kids 6 - 12	mw/d	GOD 2
Di	17.30-19.30	Jiu Jitsu 13+ und Erw.	Teens 13+ und Erwachsene	mw/d	GOD 2 -
Di	18.00-19.30	Nordic Walking	Erwachsene 18+	mw/d	FoBo
Di	20.00-22.00	Jedermannsport / Sport f. Ältere	Erwachsene 50+	mw/d	AFS
Mi	09.00-09.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	09.00-09.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	10.00-10.45	Wirbelsäulengymnastik (WSG)	Erwachsene 60+	mw/d	HdF
Mi	16.15-17.00	Mama-Baby Kids	Mutter mit Baby	mw/d	AFS
Mi	15.45-17.00	Gymnastik für den ganzen Körper	Erwachsene 18+	mw/d	FoBo
Mi	16.00-17.45	Inlineskater - Laufschiule	Kids und Teens ab 6 J.	mw/d	AFS
Mi	17.00-19.00	Capoeira Kids, Teens, Erwachsene	ab 6 J.	mw/d	HdF
Mi	17.45-19.45	Tischtennis Hobby	Teens 12+ und Erwachsene	mw/d	AFS
Mi	18.00-19.30	Rücken- und Wirbelsäulentraining	Erwachsene 18+	mw/d	GOD 2
Mi	19.00-20.30	FitFun	Erwachsene 18+	mw/d	EMA
Mi	20.00-22.00	Skaterhockey 16+ - keine Anfänger	Teens ab 16 Jahren u. Erw.	mw/d	AFS
Do	08.00-09.00	Plates	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	09.00-10.00	Fit Mix	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	10.00-11.00	Plates sanft	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Do	15.00-16.00	Eltern-Kind-Turnen I - Bewegungslandschaft	Eltern-Kind-Turnen I Kids 1,5-3	mw/d	AFS
Do	16.15-17.30	Kinderturnen U6 - Bewegungslandschaft	Kids 3-6H	mw/d	AFS
Do	16.15-17.45	30 + Gymnastik, Gleichgewicht, Gedächtnis	Erwachsene ab 18 J.	mw/d	GOD2
Do	17.30-20.00	Taskwondo 1 und 2	Kids Teens Erwachsene	mw/d	AFS
Do	18.00-20.00	Step Aerobic	Erwachsene 50+	mw/d	GOD2
Do	19.00-22.00	Volleyball Hobby -	Ab 14 J.	mw/d	EMA
Do	20.00-22.00	Basketball Hobby II-Senioren 16+	Erwachsene 18+	mw/d	AFS
Fr	09.00-10.00	Stark ins Wochenende I	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	10.30-11.30	Stark ins Wochenende II	Erwachsene 18+	mw/d	HdF
Fr	16.00-18.00	Kickboxen barrierefrei	Ab 8 J.	mw/d	GOD2
Fr	16.15-17.15	Eltern-Kind-Turnen II - Bewegungslandschaft	Kinder U4	mw/d	AFS
Fr	17.30-19.30	Parcour & Freerunning	Kids ab 8 J.	mw/d	AFS
Fr	19.45-22.00	VB Liga 16+	Erwachsene ab 16 J.	mw/d	AFS
Sa	11.00-12.30	Volleyball Hobby Kids (Sommerhalbjahr)	Kids und Teens ab 8 J. - 12 J.	Sa	AFS
Sa	12.30-14.00	Volleyball Hobby Teens	Teens ab 13-15 J.	Sa	AFS
Sa	14.00-16.00	Skaterhockey Teens U19	Teens ab 13 >J	mw/d	AFS
Sa	16.00-17.30	Inlineskaterhockey light Teens U13	Teens U13	mw/d	AFS
Sa	17.30-19.00	Basketball Hobby Kids U12 +	Kids und Teens ab 6 J.	mw/d	AFS
Sa	19.00-22.00	Open Gym Basketball	ab 13 J. - ca 27 J.	mw/d	AFS
Die Angebote finden teilw. Outdoor statt. Bitte erst anmelden, dann teilnehmen.					

AFS	Sporthalle Anne Frank Schule, Adenstraße 13, 50997 Köln-Hochkirchen
GOD 2	Kleine Sporthalle 2, Johannes Gutenberg Realsschule, Kuckucksweg 4, Eingang Buchfinkenstraße, 50997 Köln-Godorf
CAS	Casarstraße, Bayenthal
HdF	Haus der Familie, Reiherstraße 21, 50997 Köln-Rondorf
FvS	Sporthalle GGS Im Süden, Godorfer Str. 29, 50997 Köln-Immerdorf
FanzZ	Städt. Kindergarten/Familienzentrum Köln-Rondorf, Rondorfer Hauptstraße 100
FoBo	Forstbotanischer Garten, Parkplatz, Schillingroter Straße, 50996 Köln
IGS Rod	Gesamtschule Rodenkirchen, Sürther Straße 191, 50999 Köln
EMA	Sürther Str. 201, 50999 Köln-Rodenkirchen
	findet statt
	fällt aus
	outdoor / Änderungen Zeit oder Ort