

# TuS- NEWSLETTER



**Frohe Weihnachten und einen guten  
Start ins Neue Jahr 2023....**



*....Wünscht Euch euer*



## **AKTUELLE INFORMATIONEN**

### **GESUNDHEITSSPORT**

Neue, attraktive Angebote im neuen Jahr

### **GESUNDHEITSSPORT**

Newsletter ab dem neuen Jahr wahlweise auch über Whatsapp

### **SPORT KIDS**

Kindertanzen

### **TuS ON TOUR**

Neue Wandertouren 2023

### **FAUSTBALL**

Erfolgreiche Hinrunde und neue Trikots

# LET'S GO GESUNDHEIT!



## MITEINANDER IN EINE GESUNDE ZUKUNFT!

### Die Abteilung Gesundheitssport startet mit neuen attraktiven Angeboten ins neue Jahr.

Die jeweiligen Starttermine sind im nachfolgenden aufgelistet.

Solltest du weitere Informationen zu den Inhalten, Laufzeiten und Veranstaltungsterminen benötigen, wirst du im Bereich des Gesundheitssports fündig. Eine kostenlose Schnupperstunde ist nach vorheriger Anmeldung möglich.

09.01.2023	18:00 Uhr	<b>OUTDOOR FITNESS &amp; WALKING</b> mit Smovey® am Lago in Heinsberg
09.01.2023	20:00 Uhr	<b>SCHWUNGVOLL FIT</b> in Oberbruch. **NEU
10.01.2023	19:30 Uhr	<b>MUSCLE &amp; MIND</b> – Online-Angebot
11.01.2023	18:45 Uhr	<b>FITNESS MIX</b> in Oberbruch. **NEU
13.01.2023	17:45 Uhr	<b>POWER HOUR</b> – Online-Angebot
13.01.2023	16:00 Uhr	<b>BODY FIT</b> in Oberbruch. **NEU
16.01.2023	20:00 Uhr	<b>ZUMBA</b> in Oberbruch. **NEU
17.01.2023	17:30 Uhr	<b>KAHA®</b> - Online-Angebot
19.01.2023	19:00 Uhr	<b>BODY FIT</b> in Haaren. **NEU
25.01.2023	20:00 Uhr	<b>YOGA für Anfänger</b> in Oberbruch. **NEU

[www.tus-oberbruch.de/gesundheitskurse](http://www.tus-oberbruch.de/gesundheitskurse)

**Ab Januar 2023 informiert der Gesundheitssport  
wahlweise über seinen WhatsApp Newsletter, der Link  
zur Anmeldung folgt in Kürze**



## KINDERTANZEN NEUES ANGEBOT AB 13.01.2023



Tanzen ist ein Sport für alle!

**KINDERTANZEN -**  
Jazz/Modern/Contemporary Oberbruch  
- ab 13.01.2023 -

Du hast Lust dich zur Musik zu bewegen?! Dann bist du hier genau richtig.

Jazz/Modern/Contemporary ist eine Tanzart die uns viele kreative Freiheiten lässt. Elemente aus dem Ballett, Jazz Dance, Akrobatik usw. verschmelzen mit Theater und Performance. Ihr braucht keine Vorkenntnisse! Zusammen erarbeiten wir eine schöne Choreografie, welche wir zukünftig auf verschiedenen Veranstaltung präsentieren können.

Du bist interessiert und möchtest mehr erfahren?! Dann komm am 13.01.2023 zur kostenlosen Schnupperstunde! Sportkleidung und dicke Socken reichen völlig aus.

Freitag, 15:00 - 16:00 Uhr  
mit Laura Görtz

Stadionhalle an der Gesamtschule  
Parkstraße 21,  
52525 Heinsberg-Oberbruch

Anmeldung unter  
[sport-kids@tus.oberbruch.de](mailto:sport-kids@tus.oberbruch.de) oder 02452-9783606

49 EUR \*  
für  
10 Einheiten  
\*Nichtmitglieder 59 €



TuS Oberbruch 1909 e.V. - Sport-Kids  
[www.tus-oberbruch.de](http://www.tus-oberbruch.de)

### Freie Plätze bei den SPORT – KIDS

#### SPORT – MIDIS

Spiel, Spaß und Sport für Kinder im Alter von 4-6 Jahren

Mittwoch, 16:00 – 17:00 Uhr

Jakob-Muth-Halle, Parkstraße 16, 52525 Heinsberg-Oberbruch

#### SPORT – MAXIS

Bewegung, Spiel und Spaß für Kinder im Alter von 6-10 Jahren

Mittwoch, 17:00 – 18:00 Uhr

Jakob-Muth-Halle, Parkstraße 16, 52525 Heinsberg-Oberbruch

Bei Interesse bitte an Nadine van de Berg unter [sport-kids@tus-oberbruch.de](mailto:sport-kids@tus-oberbruch.de) wenden



## TuS ON TOUR..... Wanderungen mit Norbert

Liebe Wanderinteressierten,  
auch im Jahr 2023 lädt der TuS-Oberbruch 1909 e.V. wieder  
zu Wanderungen für Mitglieder und interessierte  
Nichtmitglieder ein.

### Vorschau auf die Wanderungen im Jahr 2023

- 08.01.2023** ...am Fuße des niederländischen Hügellandes  
(Schinnen, NL)
- 05.02.2023** ...in den Schinveldse Bossen (Gangelt)
- 05.03.2023** ...zwischen Selfkant – Hillensberg und Sittard  
(eine kombinierte Landschafts- und  
Stadtwanderung)
- 16.04.2023** ...in den Linnicher Rurauen
- 07.05.2023** ...im Millicher Bachtal (Hückelhoven)
- 11.06.2023** ...im Schwalmbruch (Swalmen, NL)

Online- Anmeldung für die Wanderung am 08.01.2023 bitte  
unter

[www.tus-oberbruch.de/onlineanmeldung-gesundheitssport/](http://www.tus-oberbruch.de/onlineanmeldung-gesundheitssport/)



## ERFOLGREICHER JAHRESABSCHLUSS FÜR DIE FAUSTBALLER

### Neue Trikots

Beim Heimspieltag am 7. Dezember wurden durch **Thomas Schmitz** die neuen Trikots übergeben.

Wir bedanken uns für die Vereinsförderung bei der **Zurich Versicherung Agentur Adams**.

In der Verbandsliga der Männer wurde der Spielbetrieb für dieses Jahr mit **Tabellenplatz 5** beendet. Am 8. Januar ist der Start der Rückrunde.

Die Mixed- Mannschaft des TuS Oberbruch hat es nach einer tollen Aufholjagd am letzten Spieltag auf **Tabellenplatz 3** geschafft und sich damit für die Endrunde qualifiziert.

Wir gratulieren beiden Mannschaften recht herzlich zu diesen tollen Erfolgen und wünschen ihnen eine erfolgreiche Rück- bzw. Endrunde.

# TuS- NEWSLETTER



**DEZEMBER 2022  
AUSGABE 17**

**TuS Oberbruch 1909 e.V.**  
Heike Rost  
Postfach 1166  
52515 Heinsberg

**Email: [info@tus-oberbruch.de](mailto:info@tus-oberbruch.de)**

