

Falls diese Nachricht nicht lesbar ist, kannst du diese Mail auch hier auf unserer Webseite finden.

Neues vom TuS Haardt 1886 e.V.

Unsere Themen heute (9/2025):

- Advent mal anders: Bewegende Dienstage beim TuS Haardt – Kurs für dich und Gutes für andere!
- Einladung zum Marionettentheater "Dornerei" mit "Peter und der Wolf beim "Haardter Advent"
- Adventstürchen beim TuS Haardt

Liebe Freunde und Mitglieder des TuS Haardt,

Im Advent lädt der TuS Haardt an allen vier Dienstagen zu ganz besonderen Übungs- und Erfahrungsstunden für Männer und Frauen ein. Freue dich auf ein abwechslungsreiches und spannendes Kursprogramm, das Körper und Geist gleichermaßen bewegt:

- **Yoga** – Entdecke mit Anette die wohltuende Kraft von Atmung, Bewegung und Entspannung.
- **5 Schlüssel für mehr Energie** – Ruth verrät dir praxisnahe Impulse für deinen Alltag: Tanke neue Energie für die dunkle Jahreszeit!
- **Faszien** – ein Wunderwerk des Körpers – Barbara zeigt, wie du das fasziale Netzwerk gezielt mobilisierst und deine Beweglichkeit steigerst.
- **Neurozentriertes Training** – Barbara und Anette führen dich ein in innovative Methoden für mehr Wahrnehmung, Kraft und Koordination.

Der „Haardter Adventzauber“ – mit einer zauberhaften Aufführung des "Dornerei" Marionettentheaters, als Beitrag des TuS Haardt!

Freut euch auf "Peter und der Wolf" am 29.11.2025 ab 16:00 Uhr in unserer Turnhalle (Einlass ab 15:30). Wie immer bürgt die "Dornerei" auch dieses mal nicht nur Kinderaugen zum Leuchten zu bringen, sondern sorgt garantiert auch bei den Großen für vorweihnachtliche Stimmung.

Wie jedes Jahr öffnet der TuS Haardt auch 2025 wieder ein ganz besonderes Adventstürchen – und das nicht irgendwo, sondern standesgemäß an unserer legendären Turnhalle im Meisental! Am 13.12. ab 17:00 Uhr heißt es wieder: „Tür auf für gute Stimmung und festliche Gemeinschaft!“

Was dich erwartet? Heiße Getränke, die deine kalten Hände (und das Herz sowieso) auftauen – von Glühwein bis Kinderpunsch. Dazu gibt's leckerste Kleinigkeiten – und natürlich die Gelegenheit zu den besten Gesprächen des Jahres. Wer schon immer wissen wollte, wie viele Schichten Sportjacken ein echter Haardter im Advent trägt, oder wie man Plätzchen isst, ohne zu krümeln – hier gibt's die

Antworten!

Wir freuen uns auf dich und einen fröhlichen Adventsabend mit dem TuS Haardt!

Liebe Grüße

Euer Vorstand

Für den „Haardter Adventzauber“ freuen wir uns wieder, die bekannte „Dornerei“ mit ihrem wunderbaren Marionettenspiel "Peter und der Wolf" in unserer Turnhalle Im Meisental 35 begrüßen zu dürfen.

Peter und der Wolf

Kinderkonzert am Faden, ab 5 Jahre

Dies ist die Geschichte eines Jungen namens Peter. Eines Tages öffnet er die Gartentüre und begegnet dem großen grauen Wolf. Das Publikum wird Peter und alle seine Freunde kennenlernen. Jeder in dieser abenteuerlichen Geschichte hat eine eigene Melodie, die von einem ganz bestimmten Instrument gespielt wird.



Los geht's mit "Peter und der Wolf" am 29.11.2025 um 16:00 Uhr. **Einlass ab 15:30 Uhr.**

Eintritt:

Mitglieder Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre: 5 Euro

Mitglieder Erwachsene ab 18 Jahre: 7 Euro

Nichtmitglieder Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre: 8 Euro

Nichtmitglieder Erwachsene ab 18 Jahre: 12 Euro

Mehr Information und Anmeldung hier [auf unserer Webseite](#).

Orange the World – ein besonderes Kursprogramm im Advent



**TuS Haardt zündet im Advent vier Kerzen an –
Bewegungs- und Erfahrungsstunden
für den guten Zweck**

An den vier Dienstagen im Advent lädt der TuS Haardt zu besonderen Übungs- und Erfahrungsstunden ein. Die Teilnahme erfolgt auf Spenderbasis.
Der Erlös kommt Aktionen zur Beendigung von Gewalt gegen Frauen und Mädchen zugute.
„Orange the World“ macht seit 1991 jährlich auf die weltweite Problematik von Gewalt gegen Frauen und Mädchen aufmerksam – in diesem Jahr vom 25. November, dem Internationalen Tag zur Beendigung der Gewalt gegen Frauen, bis zum Tag der Menschenrechte am 10. Dezember.

Das Programm im Überblick:

- ❖ 25.11.2025: Auftakt mit Yoga – geleitet von Anette Weber
- ❖ 2.12.2025: „5 Schlüssel für mehr Energie“ – mit Ruth Nivelstein (Epigenetik, Ernährung, Bewegung und Gesundheit)
- ❖ 9.12.2025: „Faszien – ein Wunderwerk des Körpers“ – mit Barbara von Stetten
- ❖ 16.12.2025: Abschluss mit neurozentriertem Training – angeleitet von Barbara und Anette

Erlebe vier inspirierende Abende voller Bewegung, praktischer Anregungen und wertvoller Impulse. Stärke deine innere Kraft und bringe Lebendigkeit in die dunkle Jahreszeit – für mehr Wohlbefinden und Energie im Alltag.

Alle Termine finden jeweils dienstags von 16:30 bis 18:00 Uhr im Melsental 35 statt.
Die Angebote sind einzeln buchbar und richten sich ausdrücklich an Frauen und Männer.

Anmeldung via Mail anmeldung@tus-haardt.de oder
www.tus-haardt.de/kursprogramm-1.html

Impressum:

TuS Haardt, Am Wiesbrunnen 30, 67433 Neustadt

Vorsitzende: Barbara von Stetten, Stellvertretende Vorsitzende: Kerstin Dietrich

Bankverbindung: Sparkasse-Rhein – Haardt IBAN DE 74 5465 1240 1000 5377 85

Umsatzsteuer-Identifikationsnummer nach §27a Umsatzsteuergesetz: 31/662/0017/5-VIII/7

www.tus-haardt.de

Registernummer: 40792

Registergericht: Amtsgericht Ludwigshafen

Wir als ehrenamtlicher Verein haben eine Verpflichtung gegenüber dem Schutz eurer persönlichen Daten. Dazu findet [ihr hier unsere](#) Richtlinien. Solltet ihr kein Interesse mehr an diesen Infomails haben, bitte einfach beim Absender dieser Mail abbestellen.