

Sportprogramm
Lemsahler Sportverein von 1967 e.V.



Uhrzeit	Sportart	Trainer	Halle
Montag			
13:45 - 14:30	Kindertanz/-Ballet mit Kooperation (4-6 J)	Erika Schröder	Eichelhäherkamp
14.30 - 15:30	Diverse Tanzstile/Hip Hop/Videoclip (6-10 J)	Erika Schröder	Eichelhäherkamp
15:30 - 16.15	Ballett/Ballet Fusion	Erika Schröder	Eichelhäherkamp
16:15 - 17:00	Hip Hop	Erika Schröder	Eichelhäherkamp
17:00 -18:00	Yoga	Simone Brand	Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Yoga	Simone Brand	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:15	Jumping Fitness	Julia Arendt	Eichelhäherkamp
20:15 - 21:45	Tanzen für Erw.	Thomas Benthien	Eichelhäherkamp
17:30 - 19:30	Tischtennis Mädchen + Wettkampf	Jan Rüssmann	Schule am Walde (Kupferredder 12)
19:00 - 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Wolfgang Berger	Schule am Walde (Kupferredder 12)
15:00 - 16:00	Geräteturnen (Kooperation)	Vesna	Redderberg
16:00 - 17:00	Geräteturnen	Vesna	Redderberg
17:00 - 18:00	Kunstturnen I + II	Anja Heimer	Redderberg
18:00 - 19:30	Kunstturnen I + II	Anja Heimer	Redderberg
19:30 - 21:00	Karate ab 14 J.	Thorsten Siem	Redderberg
Dienstag			
10:00 - 11:00	Krabbelgruppe	Kati Ewald	Eichelhäherkamp
14:00 - 15:00	Kooperation		Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	Eltern/Kind Turnen	Kati Ewald	Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Eltern/Kind turnen	Kati Ewald	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00	Aktiv bleiben 60+	Karen Meyer	Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Bauch, Beine, Po	Susanne Vögelein	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00			Eichelhäherkamp
20:00 - 22:00	Ju Ki Jutsu	Moritz Sen	Eichelhäherkamp
18:00 -	Boule	Michael Dünkler	Eichel./Boulodrom
15:00 - 16:00	Kinderturnen 5 - 6 Jahre	Vesna Madey	Redderberg
16:00 - 17:00	Kinderturnen 4 - 5Jahre	Vesna Madey	Redderberg
17:00 - 18:00	Abendteuerturnen Spiele und Geräte 8-9 Jahre	Vesna Madey	Redderberg
18:00 - 19:00	Tischtennis	Jan Rüssmann	Redderberg
19:00 - 20:00	Tischtennis	Jan Rüssmann	Redderberg
20:00 - 22:00	Volleyball Erw.	Thomas Möller	Redderberg
16:30- 18:30	Tischtennis Jugend Basis	Sören Lütjen	Volksdorfer Damm 250 , Berstedt

Mittwoch

11:00 - 12:00	Bewegungskindergarten	Svenja Schlichting	Sarenweg
14:00 - 15:00	reserviert Koop		Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	reserviert Koop		Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Eltern/Kind Turnen	Kati Ewald	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00	Eltern/Kind Turnen	Kati Ewald	Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Jumping Fitness	Julia Ahrendt	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Männerfitness	Hans-Joachim Deike	Eichelhäherkamp
20:00 - 21:00	Zumba	Ana-Louisa Rios	Eichelhäherkamp

15:00 - 16:00			Redderberg
16:00 - 18:00	Kunstturnen Basis I+II	Anja Heimer	Redderberg
17:30 - 20:00	Kunstt.Wettkampf	Anja Heimer	Redderberg
20:00 - 21:00			Redderberg
21:00 - 22:00			Redderberg

16:00 - 17:25	Tischtennis Kinder und Basisgruppe	Jan Rüssmann	Schule am Walde (Kupferredder 12)
17:35 - 19:00	Tischtennis Kinder und Basisgruppe	Jan Rüssmann	Schule am Walde (Kupferredder 12)
19:00 - 22:00	Tischtennis Erwachsene	Wolfgang Berger	Schule am Walde (Kupferredder 12)

Donnerstag

13:45 - 15:00	Fußball Kooperation		Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	Fußball Kooperation		Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Mini-Kicker	Ertl	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00	Mini-Kicker	Ertl	Eichelhäherkamp
18:30 - 19:00	Karate freies Tr./Randori	Thorsten Siem	Eichelhäherkamp
19:00 - 20.30	Karate ab 14 J.	Thorsten Siem	Eichelhäherkamp
20.30 -21.00	Karate freies Tr./Bunkai	Thorsten Siem	Eichelhäherkamp

15:00 - 16:00	Kinderturnen 5-6 Jahre +Kooperation	Vesna Madey	Redderberg
16:00 - 17:00	Eltern/Kind-Turnen 2 -4 Jahre	Vesna Madey	Redderberg
17:00 - 18:00	Kinderturnen Geräte und Boden 5-7 Jahre	Vesna Madey	Redderberg
18:00 - 19:55	Tischtennis (Jugend Wettkamp)	Jan Rüssmann	Redderberg
19:00 - 20:00	Tischtennis (Jugend Wettkamp)	Jan Rüssmann	Redderberg
20:00 - 21:00	Tischtennis Hobbygruppe	Jan Rüssmann	Redderberg
21:00 - 22:00	Tischtennis Hobbygruppe	Maximilian Merse	Redderberg

Freitag

15:00 - 16:00	Kunstturnen	Anja Heimer	Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Kunstturnen	Anja Heimer	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00			Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Ju Ki Jutsu Jgd. (6-10 Jahre)	Niklas Mahnke	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Ju Ki Jutsu Jgd. (10-14 Jahre)	Joachim	Eichelhäherkamp
20:00 - 22:00	Ju Ki Jutsu Erw.	Moritz Sen	Eichelhäherkamp
14:00 - 15:00	Tischtennis Kooperation	Lasse Stropat	Redderbarg
15:30 - 16:45	Tischtennis (5-8 Jahre)	Lasse Stropat	Redderbarg
16:30 - 18:00	Tischtennis (Jugend Basis)	Manshika Arora	Redderbarg
18:00 - 19:50	Tischtennis (Jugend Wettkamp)	Manshika Arora	Redderbarg
19:50 - 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Hartmut Behrens	Redderbarg

Samstag

08:45 - 09:45			Eichelhäherkamp
09:45 - 11:00			Eichelhäherkamp
11:00 - 13:00	JKJ dan-/Meistertr.	Moritz Sen	Eichelhäherkamp
10:00 - 11:00	Kunstturnen Basis I+II	Anja Heimer	Redderbarg
11:00 - 13:00	Kunstturnen Wettkampf	Anja Heimer	Redderbarg

Sonntag

09:30 - 11:00	Karate(ab 5. Kyu)Kata Form + Bunk	Thorsten Siem	Eichelhäherkamp
11:00 - 12:30			Eichelhäherkamp
14:00	Boule	Michael Dünkler	Eichel./Boulodrom
12:30 - 15:30	Kunstturnen Wettkampf 1 x im Monat	Anja Heimer	Norderstedt, Scharpermoor 55
16:00 - 17:00	Reserviert		Eichelhäherkamp
10:00 - 16:00	Tischtennis (Einzeltraining nach Absprache)	Jan Rüssmann	Redderbarg

Bewegungskindergarten

Unsere **Wändermäuse** treffen sich immer **Dienstag - Freitags 09:00-12:00 Uhr**

im Eichelhäherkamp 3

Nähere Information erhältlich bei Svenja Schlichting Telefon 6071038 oder

Dagmar Schönemann Telefon 6080284

Nähere Information zu unserem Sportangebot erhalten Sie in der Geschäftsstelle unter der Telefonnummer 60889200