

Sportprogramm

Lemsahler Sportverein von 1967 e.V.



Uhrzeit	Sportart	Trainer	Halle
Montag			
13:00 - 14:00			Eichelhäherkamp
14:00 - 15:00			Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	Eltern/Kind Turnen	Vesna Madey	Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Geräteturnen	Vesna Madey	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
19:15 - 22:00	Skat (im Gastroraum)	Manfred Schmidt	Eichelhäherkamp
17:30 - 19:30	Tischtennis Mädchen + Wettkampf	Jan Rüssmann	Schule am Walde (Kupferredder 12)
19:30 - 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Gisela Hoder	Schule am Walde (Kupferredder 12)
15:00 - 16:00	Ballspiele Kooperation	Rainer Silber	Redderberg
16:00 - 17:00	Kunstturnen	Anja Heimer	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	Wandermäuse	Svenja Schlichting	Eichelhäherkamp
14:15 - 15:00	Kindertanz	Laura Garrn	Eichelhäherkamp
14:15 - 15:15	Karate Kooperation Klasse 4	Heinrich Saul	Eichelhäherkamp/ Gastro
15:00 - 16:00	Diverse Tanzstile/ Hip Hop	Laura Garrn	Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Teen Hip Hop	Laura Garrn	Eichelhäherkamp/Gastro
16:00 - 17:00	Eltern/Kind-Turnen 2 -4 Jahre	Stephanie Deutz	Eichelhäherkamp
17:15 - 18:15	Aktiv bleiben 60+	Karen Meyer	Eichelhäherkamp
18:15 - 19:15	Bauch, Beine, Po I	Susanne Vögelein	Eichelhäherkamp
19:15 - 20:15	Bauch, Beine, Po II	Susanne Vögelein	Eichelhäherkamp
20:15 - 22:15	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 Erwachsene	Timm Fricke	Redderberg
19:00 - 20:00	Tischtennis Erwachsene	Timm Fricke	Redderberg
20:00 - 22:00	Volleyball Erw.	Thomas Möller	Redderberg
16:30 - 18:30	Tischtennis Jugend Basis	Sören Lütjen	Volksdorfer Damm 250 , Berstedt

19:00 - 22:00 Tischtennis Erwachsene Jan Rüssmann Schule am Walde, Kupferredder 12

Mittwoch

11:00 - 12:00 Bewegungskindergarten Svenja Schlichting Sarenweg
14:00 - 15:00 Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00 Eichelhäherkamp
16:30 - 17:30 Mini-Kicker ab 6 Jahre/ optional Emil Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00 Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00 Jumping Fitness Julia Ahrendt Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00 Männerfitness Hans-Joachim Deike Eichelhäherkamp
20:00 - 21:00 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 Lasse Stropat Schule am Walde (Kupferredder 12)
17:35 - 19:00 Tischtennis Kinder und Basisgruppe Lasse Stropat Schule am Walde (Kupferredder 12)
19:10 - 22:00 Tischtennis Erwachsene Matthias Winkler Schule am Walde (Kupferredder 12)
20:00 - 22:00 Tischtennis Erwachsene Juliane Davidsson Volksdorfer Damm 250

Donnerstag

15:30 - 16:30 Mini-Kicker Ertl/ optional Eichelhäherkamp
16:30 - 17:30 Mini-Kicker (G-Jugend) optional Eichelhäherkamp
17:30 - 18:30 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
20:05 - 22:00 Tischtennis Hobbygruppe Jan Rüssmann Redderberg

Freitag

15:00 - 16:00 Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00 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 2. Klasse Lasse Stropat Redderberg

15:30 - 16:45	Tischtennis (5-8 Jahre)	Lasse Stropat	Redderberg
16:30 - 18:00	Tischtennis (Jugend Basis)	Jan Rüssmann	Redderberg
18:00 - 19:50	Tischtennis (Jugend Wettkamp)	Jan Rüssmann	Redderberg
20:00 - 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Thomas Groß	Redderberg
19:10 - 22:00	Tischtennis Erwachsene	Matthias Winkler	Schule am Walde, Kupferredder 12

Samstag

08:00 - 09:00 Eichelhäherkamp

09:00 - 11:00 Eichelhäherkamp

11:00 - 13:00 JKJ dan-/Meistertr. Moritz Sen Eichelhäherkamp

10:00 - 11:00 Kunstturnen Basis I+II Anja Heimer Redderberg

11:00 - 13:00 Kunstturnen Wettkampf Anja Heimer Redderberg

16:00 - 18:00 Tischtennis Hobbygruppe Redderberg

10:00 - 11:25 Tischtennis Erwachsene Lasse Stropat Schule am Walde, Kupferredder 12

11:35 - 14:00 Tischtennis Erwachsene Lasse Stropat Schule am Walde, Kupferredder 12

Sonntag

09:30 - 11:00 Karate(ab 5. Kyu)Kata Form + Bunkai Thorsten Siem Eichelhäherkamp

11:00 - 12:30 Eichelhäherkamp

14:00 Boule Michael Dünkler Eichel./Boulodrom

12:30 - 15:30 Kunstturnen Wettkampf Anja Heimer Norderstedt, Scharpermoor 55
1 x im Monat

16:00 - 17:00 Karate Shotokan Basics Saul/Koschny Eichelhäherkamp

16:00 - 18:00 Tischtennis Hobbygruppe Redderberg

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