

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	Kinderturnen mit Geräte(5-6 Jahre)	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
20:00 - 21:00	Badminton	Rainer Silber	Redderberg
Dienstag			
10:00 - 11:00	Wandermäuse	Svenja Schlichting	Eichelhäherkamp
14:15 - 15:00	Kindertanz Vorschule	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 - 5 Jahre	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

14:00 - 15:00			Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00			Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Fußball 1. F.	Finn Krägenau	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00	Fußball 2. F.	Emil Lehne	Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Jumping Fitness	Julia Ahrendt	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Männerfitness	Hans-Joachim Deik	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 Wettkampf)	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)	Joachim	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Ju Ki Jutsu Jgd. (10-14 Jahre)	Niklas Mahnke	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 Wettkampf)	Jan Rüssmann	Redderberg
20:00 - 22:00	Tischtennis (Erwachsene)	Thomas Gruß	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
1 x im Monat

Anja Heimer

Norderstedt, Scharpermoor 55

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

