

Sportprogramm  
Lemsahler Sportverein von 1967 e.V.



Uhrzeit	Sportart	Trainer	Halle
<b>Montag</b>			
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(4-5 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/Gastro
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)
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
<b>Dienstag</b>			
11:00 - 12:00	Wandermäuse	Svenja Schlichting	Eichelhäherkamp
14:00 - 15:00	Karate Kooperation	Heinrich Saul	Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	Eltern/Kind Turnen 2 - 4 Jahre	Stephanie Deutz	Eichelhäherkamp/Gastro
16:00 - 17:00	Eltern/Kind Turnen 2 - 4 Jahre	Stephanie Deutz	Eichelhäherkamp
17:00 - 18:00	Ballett	Laura Garrn	Eichelhäherkamp/Gastro
17:00 - 18:00	Aktiv bleiben 60+	Karen Meyer	Eichelhäherkamp
18:00 - 19:00	Bauch, Beine, Po I	Laura Garrn	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Bauch, Beine, Po II - Workout	Tanja Muschenich	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 - 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**

09:30 - 10:30	Krabbelgruppe	Wolk	Eichelhäherkamp
15:30 - 16:30			Eichelhäherkamp
16:30 - 17:30			Eichelhäherkamp
17:45 - 19:00	Jumping Fitness	Julia Ahrendt	Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Männerfitness	Hans-Joachim Deike	Eichelhäherkamp
20:00 - 21:00	reserviert		Eichelhäherkamp
16:00 - 17:00	Geräteturnen Leistung	Anja Heimer	Redderberg
17:00 - 18:30	Kunstturnen Basis I+II	Anja Heimer	Redderberg
18:30 - 20:00	Kunstt.Wettkampf	Anja Heimer	Redderberg
20:00 - 21:00			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**

14:00 - 15:00			Eichelhäherkamp
15:00 - 16:00	Kindertanz Vorschule	Laura Garrn	Eichelhäherkamp/Gastro
16:00 - 17:00	Diverse Tanzstile	Laura Garrn	Eichelhäherkamp/Gastro
15:15 - 16:15	Mini-Kicker	Ertl	Eichelhäherkamp
16:15 - 17:15	Mini-Kicker	Ertl	Eichelhäherkamp
17:30 - 19:00			Eichelhäherkamp
19:00 - 20:00	Karate ab 14 J.	Mohammadhossein Fasahat	Eichelhäherkamp
20:00 - 21:00	reserviert		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**

13:00 - 14:00			Eichelhäherkamp
14:00 - 15:00			Eichelhäherkamp
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)	Achim Nolzen	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 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	Redderbarg
11:00 - 13:00	Kunstturnen Wettkampf	Anja Heimer	Redderbarg
16:00 - 18:00	Tischtennis Hobbygruppe		Redderbarg
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		Eichelhäherkamp
11:00 - 12:30			Eichelhäherkamp
14:00	Boule	Michael Dünkler	Eichel./Boulodrom
16:00 - 17:00	Karate Shotokan Basics	Saul/Koschny	Eichelhäherkamp
16:00 - 18:00	Tischtennis Hobbygruppe		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

,

