

# Übungszeiten und Hallen des TV Lipperode

## TURNEN (SPIEL- UND KINDERTURNEN)

|           |               |   |                                |
|-----------|---------------|---|--------------------------------|
| <b>MO</b> | 15:30 – 16:30 | 2 | Spielturnen (ab 4 Jahre)       |
| <b>DI</b> | 15.00 – 16.00 | 5 | Mutter-Vater-Kind (ab 2 Jahre) |
| <b>MI</b> | 15.30 – 17.00 | 2 | Mädchenturnen (ab 5 Jahre)     |

## TURNEN (GERÄT- UND KUNSTTURNEN)

|           |               |   |                          |
|-----------|---------------|---|--------------------------|
| <b>MO</b> | 15.00 – 20.00 | 1 | Wettkampfturnen weiblich |
| <b>MI</b> | 15.00 – 20.00 | 1 | Wettkampfturnen weiblich |
|           | 17.00 – 19.00 | 2 | Wettkampfturnen männlich |
| <b>FR</b> | 14:30 – 18.30 | 2 | Wettkampfturnen weiblich |
| <b>SA</b> | 09.30 – 12:00 | 1 | Wettkampfturnen weiblich |
|           | 16.00 – 19.00 | 1 | Wettkampfturnen weiblich |

## FITNESS/GESUNDHEIT

|           |               |   |                                   |
|-----------|---------------|---|-----------------------------------|
| <b>MO</b> | 09.00 – 10.00 | 6 | Bodyforming                       |
|           | 20.00 – 21.30 | 2 | Männerymnastik                    |
|           | 20.00 – 21.00 | 1 | Bauch, Beine, Po                  |
|           | 20.00 – 21.00 | 3 | Funktionsgymnastik                |
| <b>DI</b> | 18.00 – 19.00 | 2 | Walking (vor der Turnhalle)       |
| <b>MI</b> | 19.00 – 20.00 | 2 | Powergymnastik                    |
|           | 20.00 – 21.00 | 1 | Enorm in Form                     |
| <b>DO</b> | 18.30 – 20.00 | 3 | Entspannung- und Spannungsübungen |
|           | 19.00 – 20.00 | 2 | Step-Aerobic                      |
|           | 20.00 – 21.00 | 2 | Rückenpower und mehr ...          |

## BALLSPORTARTEN

|           |               |   |                             |
|-----------|---------------|---|-----------------------------|
| <b>DI</b> | 18.30 – 20.00 | 7 | Federfußball                |
|           | 18.30 – 20.00 | 3 | Volleyball weibliche Jugend |
|           | 20.00 – 22.00 | 3 | Volleyball Hobby Mixed      |
| <b>DO</b> | 20.00 – 22.00 | 3 | Volleyball Hobby Mixed II   |
| <b>FR</b> | 19.00 – 21.00 | 4 | Federfußball                |
|           | 18.30 – 20.00 | 2 | Volleyball weibliche Jugend |
|           | 20.00 – 22.00 | 2 | Volleyball Hobby Mixed      |

## TANZ

|           |               |    |   |
|-----------|---------------|----|---|
| <b>MO</b> | 16.30 – 18.30 | 2  | Princess/Tagus 13 – 16 Jahre            |
|           | 17.30 – 19.00 | 2  | HipHop 10 – 14 Jahre                    |
|           | 18.30- 20.00  | 2  | Queenies 16 – 18 Jahre                  |
| <b>MI</b> | 20.00 – 22.00 | 2  | Dance & Fun (Jazz Dance für Erwachsene) |
| <b>DO</b> | 17.00 – 18.30 | 9  | Ten Points Petite 18+                   |
|           | 18.00 – 19.00 | 2  | Sprungtraining der Tanzgruppen          |
| <b>FR</b> | 15.30 – 16.30 | 8  | Minis 4 – 6 Jahre                       |
|           | 16.30 – 17.30 | 8  | Glückskinder 7 – 9 Jahre                |
|           | 15.30 – 16.30 | 4  | Tagus 13 – 15 Jahre                     |
|           | 16.30 – 18.30 | 4  | Princess 13 – 16 Jahre                  |
|           | 16.00 – 17.30 | 10 | MoJo 12 – 15 Jahre                      |
|           | 15.30 – 16.45 | 4  | Little Stars 6 – 7 Jahre                |
|           | 17.00 – 18.30 | 4  | Sparkling 8 – 10 Jahre                  |
|           | 18.30 – 20.00 | 4  | Queenies 16 – 18 Jahre                  |
| <b>SA</b> | 11.45 – 13.00 | 1  | MoJo 12 – 15 Jahre                      |
|           | 13.00 – 14.30 | 2  | Sparkling 8 – 10 Jahre                  |
|           | 14.30 – 16.00 | 2  | Glückskinder 7 – 9 Jahre                |
| <b>SO</b> | 10.30 – 12.00 | 2  | Ten Points Petite 18+                   |
|           | 11.30 – 14.00 | 2  | The Crew Petite 14 – 16 Jahre           |

## SPORTHALLEN DES TV LIPPERODE

- 1 Sporthalle der Grundschule Lipperode, Moorkampstraße
- 2 Sporthalle der Graf-Bernhard-Realschule, Bismarckstraße/Sandstraße, Lipperode
- 3 Sporthalle Don-Bosco-Schule, Holzstraße, Bad Waldliesb.
- 4 Sporthalle Nicolai-Schule, Ostendorfallee Lippstadt
- 5 Sporthalle Dedinghausen Kleefeld, Dedinghausen
- 6 Guido's Gym, Ostefeldmark 4 (Mondschein)
- 7 Sporthalle der Hans-Christian-Andersen-Grundschule, St.-Hedwig-Str. 44, Lippstadt
- 8 Sporthalle Ostendorf Gymnasium
- 9 Sportalle der Gesamtschule Lippstadt, Am Tiergarten 16
- 10 Sporthalle der Grundschule Lipperbruch, Richthofenstraße 21

## ANSPRECHPARTNER

|                                 |  |
|---------------------------------|--|
| <b>Turnen</b>                   | Lisa Jablonka Tel.: 02941-64127                                |
| <b>Volleyball</b>               | Jutta Ruhoff Tel.: 02941-64455                                 |
| <b>Federfußball</b>             | Tobias Tochtrop Tel.: 02941-2093022                            |
| <b>Fitness &amp; Gesundheit</b> | Gabriela Bojara Tel.: 02948-3779865                            |
| <b>Tanzen</b>                   | Carsten Ludewig Tel.: 02941-657657                             |
| <b>Allg. Informationen</b>      | Gabriela Bojara<br>Tel.: 02948-3779865 oder Tel.: 0172-2406009 |