

Turnverein Lipperode 1977 e.V

Übersicht vorläufige Trainingszeiten ab 09.01.2023

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Trainingsort	Anmerkungen
Turnen				
Spielturnen	Montag	15:00 - 16:00	Graf-Bernhard-Realschule	ab 4 Jahren
	Montag	16:00 - 17:30	Graf-Bernhard-Realschule	
Wettkampfturnen weiblich	Freitag	15:30 - 19:30	Nikolai	
	Samstag	09:30 - 13:00	Nikolai	
MVK Turnen	Dienstag	15:00 - 16:00	Grundschule Dedinghausen	ab 2 Jahren
Mädchenturnen	Mittwoch	15:30 - 17:00	Graf-Bernhard-Realschule	ab 5 Jahren
Mädchenturnen	Donnerstag	18:00 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	ab 10 Jahren
Jungenturnen	Mittwoch	17:00 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	
	Freitag	17:00 - 21:00	Nikolai	
Turnen	Sonntag	17:00 - 19:30	Graf-Bernhard-Realschule	
Fitness				
Bodyforming	Montag	09:00 - 10:00	Viarela	
Männerymnastik	Montag	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Bauch Beine Po	Montag	20:00 - 21:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Funktionsgymnastik	Montag	20:00 - 21:00	Don Bosco	
Walking	Dienstag	18:00 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Powerymnastik	Mittwoch	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Entspannung und Spannungsübungen	Donnerstag	18:00 - 19:30	Don Bosco	
Step-Aerobic	Donnerstag	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Enorm in Form / Rückenfit	Donnerstag	20:00 - 21:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Tanz				
Sparklings	Montag	17:30 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	14 - 16 Jahre
Dance & Fun	Mittwoch	20:00 - 22:00	Graf-Bernhard-Realschule	30+
Glückskinder	Freitag	15:30 - 17:20	Otto-Lilienthal	10 - 13 Jahre
Minis	Freitag	15:30 - 16:30	Ostendorf (untere Halle)	4 - 7 Jahre
Little Stars	Freitag	16:30 - 18:00	Ostendorf (untere Halle)	8 - 11 Jahre
Reunited	Donnerstag	18:30 - 20:00	Hans-Christian-Andersen-Schule	18+
	Sonntag	11:00 - 12:30	Graf-Bernhard-Realschule	18+
Ball sport				
Federfußball	Dienstag	18:30 - 20:00	Hans-Christian-Andersen-Schule	
	Freitag	19:00 - 21:30	Nikolai	
Volleyball	Dienstag	18:00 - 20:00	Don Bosco	Damen
	Dienstag	20:00 - 22:00	Don Bosco	Hobby Mixed 2
	Mittwoch	19:00 - 21:00	Don Bosco	Damen
	Donnerstag	20:00 - 22:00	Don Bosco	Hobby Mixed 1
	Freitag	18:30 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	Damen
	Freitag	20:00 - 22:00	Graf-Bernhard-Realschule	Hobby Mixed 1 & 2



Weitere Informationen finden
sie auf unserer Internetseite:
www.tv-lipperode.de

