

# Turnverein Lipperode 1977 e. V.

## Übersicht Trainingszeiten ab 01.10.2024

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Trainingsort	Anmerkungen
<b>Turnen</b>				
Spielturnen	Montag	15:00 - 16:00	Graf-Bernhard-Realschule	ab 3 Jahren
	Montag	16:00 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Wettkampfturnen weiblich	Freitag	15:30 - 19:30	Nikolai	
	Samstag	09:30 - 13:00	Nikolai	
Eltern-Kind-Turnen	Dienstag	15:00 - 16:00	Grundschule Dedinghausen	ab 2 Jahren
Mädchenturnen	Mittwoch	15:30 - 17:00	Graf-Bernhard-Realschule	ab 5 Jahren
Mädchenturnen	Montag	17:00 - 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	Erwachsene
<b>Fitness</b>				
Männerymnastik	Montag	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Bauch Beine Po	Montag	20:00 - 21:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Funktionsgymnastik	Montag	19:00 - 20:00	Don Bosco	
Walking	Dienstag	18:00 - 19:00	Graf-Bernhard-Realschule	Treffen vor der Halle
Powergymnastik	Mittwoch	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Spannung und Entspannung	Donnerstag	18:00 - 19:30	Don Bosco	
Step-Aerobic	Donnerstag	19:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	
Enorm in Form	Donnerstag	20:00 - 21:00	Graf-Bernhard-Realschule	
<b>Tanz</b>				
Dance & Fun	Mittwoch	20:00 - 22:00	Graf-Bernhard-Realschule	30+
Reunited / Ten Points	Donnerstag	18:30 - 20:00	Kopernikusschule	18+
	Sonntag	11:00 - 12:30	Graf-Bernhard-Realschule	
Revolution	Freitag	16:30 - 18:00	Graf-Bernhard-Realschule	13 - 16 Jahre
	Samstag	11:00 - 12:30	Kopernikusschule	
Minis	Freitag	15:45 - 16:45	Otto-Lilienthal	3 - 6 Jahre
Tanzmäuse	Freitag	15:30 - 16:30	Graf-Bernhard-Realschule	6 - 8 Jahre
Little Stars	Freitag	16:30 - 18:00	Ostendorf (untere Halle)	8 - 12 Jahre
<b>Ballsport</b>				
Federfußball	Dienstag	18:30 - 20:00	Hans-Christian-Andersen-Schule	
	Freitag	19:00 - 21:30	Nikolai	
Badminton	Mittwoch	19:30 - 21:00	Niels-Stensen-Schule	
	Dienstag	18:00 - 20:00	Don Bosco	weibl. Jugend / Damen
Volleyball	Dienstag	20:00 - 22:00	Don Bosco	Hobby Mixed 2
	Donnerstag	20:00 - 22:00	Don Bosco	Hobby Mixed 1
	Freitag	18:00 - 20:00	Graf-Bernhard-Realschule	weibl. Jugend / Damen
	Freitag	20:00 - 22:00	Graf-Bernhard-Realschule	Hobby Mixed 1 & 2



Weitere Informationen finden  
sie auf unserer Internetseite:  
[www.tv-lipperode.de](http://www.tv-lipperode.de)

