



8. Newsletter – August 2021

Wenn Sie den Newsletter nicht weiter erhalten möchten, klicken Sie bitte hier: [Abmelden](#)

Liebe Sportler*innen,

wir hoffen, dass ihr alle eine schöne Urlaubszeit hattet.

Ab 05.08.21 gilt das untenstehende **Sportprogramm**.

Coronabedingt gibt es zum Glück derzeit keine Änderungen für den Sport.

Für alle Indoor-Angebote gilt die allgemeine Testpflicht ab 14 Jahre. Vollständig Geimpfte sind selbstverständlich davon befreit.

Der Nachweis muss vor Beginn des Kurses vorgelegt werden.

Da die Teilnehmerzahl in den Hallen begrenzt ist, bitte unbedingt über Spond, den Trainer*in oder das Büro anmelden.

Die aktuelle Spond-Code-Liste wird zeitnah im Mitgliederbereich der Homepage veröffentlicht.

Viel Spaß und viele Grüße

Euer TVL Team

Für den **Hamburger Tag der Familie** am **28.08., 12:00-17:00 Uhr** brauchen wir noch Hilfe.

Wir möchten an diesem Tag unseren Verein für Familien öffnen und unser Sportangebot zeigen und Familien zum Mitmachen anregen.

Wer hat Lust uns beim Auf- und Abbau, am Grill oder am Kuchenbuffet zu unterstützen?

Bitte meldet euch im Büro unter 040-564870 oder info@tv-lokstedt.de

Liebe Mitglieder, bitte teilen Sie uns umgehend alle Änderungen die Adresse, Kontaktdaten, Bankverbindungen oder Kursteilnahmen mit Zusatzbeitrag betreffen mit.



Sportprogramm

Ab 31. KW 2021 (05.08.)

Erwachsene (ab 14 J.) Indoor mit Testpflicht *: TVL-Gym max. 14 TN / TVL-Halle max. 22 TN / Döhnstraße max. 25 TN

Keine Testpflicht für vollständig Geimpfte!

Für alle Kurse ist eine Anmeldung beim Trainer oder im Büro erforderlich!

Funktionsgymnastik 50+ * Testpflicht	Mo	14:30	15:20	TVL-Halle	Uschi
Zwergenturnen * Testpflicht Eltern	Mo	15:30	16:20	TVL-Halle	Birte
Turnen mit Pfiff 5-7 Jahre	Mo	16:00	16:50	Döhnstraße	Tanja + Isi
TKD Bambinis 4-6 J. AUF ANFRAGE	Mo	16:15	17:00	TVL-Gym	Minette
Turnen im Abenteuerland 3-5 Jahre	Mo	16:30	17:20	TVL-Halle	Birte
Leichtathletik 9-13 J. AUF ANFRAGE	Mo	16:30	17:20	Treffpunkt Parkplatz	Miriam
Turnen mit Pfiff 8-12 Jahre	Mo	17:00	18:20	Döhnstraße	Tanja + Isi
TKD Kinder 7-13 J. AUF ANFRAGE	Mo	17:00	18:00	TVL-Gym	Minette
LT Hummeln/Haie AUF ANFRAGE * Testpflicht ab 14 J.	Mo	17:30	19:30	TVL-Halle	Hannah
TKD 14+ * Testpflicht	Mo	18:00	19:00	TVL-Gym	Minette
BBRP * Testpflicht	Mo	18:30	19:30	Döhnstraße	Claudia
BBRP * Testpflicht	Mo	19:00	19:50	TVL-Gym	Alex
Tischtennis Frauen * Testpflicht	Mo	19:30	22:00	TVL-Halle	Sigi
Tischtennis Männer / Frauen * Testpflicht	Mo	19:45	22:00	Döhnstraße	Sigi
Volleyball Einsteiger * Testpflicht	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Nina
Badminton * Testpflicht	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Horst
Workout * Testpflicht	Mo	20:00	20:50	TVL-Gym	Alex
Tischtennis Anfänger 8-13 Jahre	Di	16:00	17:00	TVL-Halle	Insa/Katja/Frederic
Zwergen-Parkour * Testpflicht Eltern ab 17.08.	Di	16:00	16:50	Hinter der Lieth	Michelle
Ballet Kids 4-7 Jahre	Di	16:00	16:50	TVL-Gym	Volodymyr
Tischtennis Jgd. Fortg. * Testpflicht ab 14 J.	Di	16:30	17:30	TVL-Halle	Insa/Katja/Frederic
TKD Minis AUF ANFRAGE	Di	17:00	18:30	Hinter der Lieth	Michelle
Ballet Kids 7-9 Jahre	Di	17:00	17:50	TVL-Gym	Volodymyr
Beach-Volleyball Erwachsene	Di	17:00	20:00	Lufthansa	Bernard
TKD Kinder 6-13 J. AUF ANFRAGE	Di	17:30	18:30	Döhnstraße	Minette
Kung Fu 6-12 Jahre	Di	17:30	18:30	TVL-Halle	Fabian
Ballet Kids ab 10 J. * Testpflicht ab 14 J.	Di	18:00	18:50	TVL-Gym	Volodymyr
KungFu 13+ * Testpflicht ab 14 J.	Di	18:30	19:50	TVL-Halle	Tim
TKD Erwachsene * Testpflicht	Di	18:30	20:00	Döhnstraße	Yakup
Pilates Basic * Testpflicht	Di	19:00	20:00	TVL-Gym	Tanja
Complete Body Workout * Testpflicht	Di	20:00	20:50	Döhnstraße	Henry
LT Faultiere AUF ANFRAGE * Testpflicht ab 14 J.	Di	20:00	21:30	TVL-Halle	Franzi
Pilates II * Testpflicht	Di	20:10	21:40	TVL-Gym	Tanja
DanceWork Latin/Jazz * Testpflicht	Di	21:00	21:50	Döhnstraße	Henry
Fitness + Fkt.training Beckenboden * Testpflicht	Mi	09:30	10:30	TVL-Halle	Regina
Bewegung & Fitness 50+	Mi	10:00	10:50	Treffpunkt Parkplatz	Miriam
Fit + aktiv 50+ * Testpflicht ab 18.08.	Mi	11:00	12:00	TVL-Gym	Christof
LT Chamäleons AUF ANFRAGE	Mi	14:30	16:30	TVL-Halle	Charlotte/Nina
LT Leoparden AUF ANFRAGE	Mi	14:30	16:30	TVL-Halle	Amelie
Eltern-Kind Turnen * Testpflicht Eltern	Mi	16:00	17:00	Hinter der Lieth	Christof
Dance Minis 4-7 Jahre NEU ab 11.08.	Mi	16:00	16:50	TVL-Gym	Lille
LT Löwen AUF ANFRAGE	Mi	16:30	18:30	TVL-Halle	Luisa
LT Hasen AUF ANFRAGE	Mi	16:30	18:30	TVL-Halle	Amelie/Antonia
LT Marienkäfer AUF ANFRAGE	Mi	16:30	18:30	TVL-Halle	Marietta/Evje
Junior Dance 6-10 Jahre NEU ab 11.08.	Mi	17:00	17:50	TVL-Gym	Lille
Volleyball 10-15 Jahre	Mi	17:00	18:20	Rasenplatz	Mehdi
Kinderturnen 4-6 Jahre	Mi	17:15	18:15	Hinter der Lieth	Christof
Bewegen statt schonen-Rücken spezial * Testpflicht	Mi	18:00	19:30	TVL-Gym	Dadmehr
Workout Schwerpunkt Rücken * Testpflicht	Mi	18:00	19:00	Döhnstraße	Sinah
Badminton Kids/Jgd. * Testpflicht ab 14 J.	Mi	18:30	20:00	Dörpsweg	Horst
SoftTennis * Testpflicht	Mi	18:30	20:00	Hinter der Lieth	Christof
Reha Herz Übungsgruppe * Testpflicht	Mi	18:30	19:20	TVL-Halle	Birgit
BBRP * Testpflicht	Mi	19:00	19:50	Döhnstraße	Sinah
Reha Herz Trainingsgruppe * Testpflicht	Mi	19:30	20:20	TVL-Halle	Birgit
Volleyball „Astrafische“ * Testpflicht	Mi	20:00	22:00	Hartsprung	Ulf
Qigong * Testpflicht	Mi	20:00	21:30	TVL-Gym	Uschi



Sportprogramm

Ab 31. KW 2021 (05.08.)

Erwachsene (ab 14 J.) Indoor mit Testpflicht*: TVL-Gym max. 14 TN / TVL-Halle max. 22 TN / Döhrnstraße max. 25 TN

Keine Testpflicht für vollständig Geimpfte!

Für alle Kurse ist eine Anmeldung beim Trainer oder im Büro erforderlich!

Reha Herz Übungsgruppe * Testpflicht	Do	08:30	09:20	TVL-Gym	Kathi
Reha Orthopädie I * Testpflicht	Do	09:00	09:50	TVL-Gym	Silke
Reha Herz Trainingsgruppe * Testpflicht	Do	09:30	10:30	TVL-Gym	Kathi
Reha Orthopädie II * Testpflicht	Do	10:00	10:50	TVL-Gym	Silke
Reha Orthopädie III * Testpflicht	Do	11:00	11:50	TVL-Gym	Silke
Turnen mit Geräten 3-6 Jahre	Do	16:00	16:50	Hinter der Lieth	Tanja + Isi
Hallenfußball 5-6 Jahre	Do	16:00	17:00	Döhmstraße	Christof
Leichtathletik 5-8 J. AUF ANFRAGE	Do	16:30	17:20	Treffpunkt Parkplatz	Miriam
Badminton Kids Anfänger	Do	16:30	18:00	Hartsprung	Mike
Turnen mit Geräten ab 6 Jahre	Do	17:00	17:50	Hinter der Lieth	Tanja + Isi
Tischtennis Anfänger 8-13 J.	Do	17:00	18:00	Döhmstraße	Insa/Katja/Frederic
Taekwondo Anfänger 7-13 J. AUF ANFRAGE	Do	17:30	18:30	TVL-Halle	Hélène
Taekwondo Fortgeschr. 7-13 J. AUF ANFRAGE	Do	17:30	19:00	TVL-Halle	Minette
Nordic Walking	Do	17:30	18:20	Treffpunkt Parkplatz	Miriam
Tischtennis Jgd. Fortg. * Testpflicht ab 14 J.	Do	18:00	19:00	Döhmstraße	Insa/Katja/Frederic
Functional Fitness * Testpflicht	Do	18:00	19:00	TVL-Gym	Michelle
Lauffreiwort	Do	18:30	19:20	Treffpunkt Parkplatz	Miriam
Functional Zirkel * Testpflicht ab 12.08.	Do	19:00	20:00	TVL-Gym	Michelle
Taekwondo Erwachsene * Testpflicht	Do	19:00	20:30	TVL-Halle	Oli
Tischtennis * Testpflicht	Do	19:00	22:00	Döhmstraße	Sigi
LT Chamäleon AUF ANFRAGE	Fr	14:30	16:00	TVL-Halle	Charlotte/Nina
LT Leopard AUF ANFRAGE	Fr	14:30	16:00	TVL-Halle	Amelie
LT Hasen AUF ANFRAGE	Fr	16:00	17:50	TVL-Halle	Amelie/Antonia
LT Marienkäfer AUF ANFRAGE	Fr	16:00	17:50	TVL-Halle	Marietta
Hallenfußball 7-12 Jahre ab 13.08.	Fr	16:00	17:30	Hartsprung	Christof
Badminton bis 12 Jahre	Fr	16:00	17:30	Döhmstraße	Horst
LT Löwen AUF ANFRAGE	Fr	17:00	18:50	TVL-Halle	Luisa
Jazzdance Beginner 7-10 Jahre ab 11.08.	Fr	17:00	17:50	TVL-Gym	Suse
Badminton ab 12 Jahre * Testpflicht ab 14 J.	Fr	17:30	19:00	Döhmstraße	Horst
LT Hummel/Haie AUF ANFRAGE * Testpflicht ab 14 J.	Fr	17:30	19:30	TVL-Halle	Hannah
Jazzdance Level 1 10-14 J. * Testpflicht ab 14 J. ab 11.08.	Fr	18:00	18:50	TVL-Gym	Suse
Tischtennis Männer / Frauen * Testpflicht	Fr	19:00	22:00	Döhmstraße	Sigi
Modern Jazz Jgd./ Erw. * Testpflicht ab 14 J. ab 11.08.	Fr	19:00	19:50	TVL-Gym	Suse
Langhantel + Stretching * Testpflicht	Fr	20:00	21:20	TVL-Halle	Dadmehr
BBRP * Testpflicht	Sa	10:00	10:50	TVL-Gym	Alex
Yoga * Testpflicht	Sa	11:00	12:30	TVL-Gym	Verena/Anna
Zumba * Testpflicht ab 14 J.	Sa	11:00	12:00	TVL-Halle	Alex
LT Faultiere AUF ANFRAGE * Testpflicht	So	10:00	12:00	TVL-Halle	Franzi
TKD Kinder 7-13 Jahre AUF ANFRAGE	So	16:00	17:00	TVL-Halle	Minette
TKD Leistungsgruppe AUF ANFRAGE * Testpflicht	So	17:00	19:00	TVL-Halle	Minette

Einige Kurse sind zusatzbeitragspflichtig, bitte Beitragsordnung unter www.tv-lokstedt.de beachten!

TV Lokstedt von 1892 e.V.

Döhrntwiete 20

040-564870

www.tv-lokstedt.de

info@tv-lokstedt.de

Öffnungszeiten Büro: Mo 10:00-12:00 Uhr

Do 18:00-20:00 Uhr, Fr telefonisch 10:00-12:00 Uhr