

* Viel Platz auch für Probestunden

ab 7. September 2020

	Funktionsgymnastik 50+	Mo	14:30	15:20	Hockeyplatz/TVL-Halle	Uschi
	Zwergenturnen ³	Mo	16:00	16:50	TVL-Halle	Birte
	Turnen im Abenteuerland ³	Mo	17:00	17:50	TVL-Halle	Birte
	Turnen mit Pfiff 5-7 J. ³	Mo	16:00	16:50	Döhrnstraße	Tanja
	Turnen mit Pfiff ab 8 J. ³	Mo	17:00	18:00	Döhrnstraße	Tanja
	Taekwondo Bambinis	Mo	16:15	17:00	TVL-Gym	Minette
	Taekwondo Kinder	Mo	17:15	18:00	TVL-Gym	Minette
	Taekwondo Kinder	Mo	18:15	19:00	TVL-Gym	Hélène
*	Leichtathletik 5-14 Jahre	Mo	16:30	17:20	TVL-Parkplatz	Miriam
*	Nordic Walking	Mo	17:45	19:15	TVL-Parkplatz	Miriam
	BBRP voll!	Mo	18:30	19:30	Döhrnstraße	Claudia
*	Tischtennis Erwachsene	Mo	18:30	22:00	TVL-Halle	Sigi
*	Athletik-Workout max 14 TN	Mo	19:30	20:20	Gym	Alex
*	Athletik-Workout max 14 TN	Mo	20:30	21:20	Gym	Alex
	Tischtennis Erwachsene	Mo	20:00	22:00	Döhrnstraße	Sigi
	Volleyball Anfänger	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Nina
	Volleyball Fortgeschrittene	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Bernard
	Badminton Erw./Jugend	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Horst
	Fitnessmix+Entspannung	Mo	20:00	21:30	Hinter der Lieth	Dadmehr
*	Bewegen statt schonen	Di	09:30	10:20	Hockeyplatz/Gym	Janina
*	Rücken plus	Di	10:30	11:20	Hockeyplatz/Gym	Janina
*	Spiel Parcour 0-6 Jahre mit Eltern ⁴	Di	16:00	16:50	Hinter der Lieth	Michelle
*	Taekwondo Minis ⁴	Di	17:00	18:30	Hinter der Lieth	Michelle
	Tischtennis Jugend	Di	15:30	18:00	TVL-Halle/Hockeyplatz	Insa
*	Ballett Anfänger 4-6 J. max 14 TN	Di	15:00	15:50	Gym	Volodymyr
*	Ballett Kids 7-9 J. max 14 TN	Di	16:00	16:50	Gym	Volodymyr
*	Ballett Kids ab 10 J max 14 TN	Di	17:00	17:50	Gym	Volodymyr
	Taekwondo ab 7 J. A+F ²	Di	17:30	18:20	Döhrnstraße	Minette
	Volleyball Erwachsene AUF ANFRAGE	Di	17:00	20:00	Lufthansa	Bernard
	Modern Jazz	Di	18:00	18:50	Gym	Suse
	Faszientraining	Di	18:45	20:00	Hinter der Lieth	Anja
*	Workout + Dance	Di	18:45	20:15	Döhrnstraße	Henry
*	Taekwondo Erwachsene max 14 TN	Di	19:00	20:30	Gym	Karen
	Pilates Basic max 18 TN voll!	Di	19:00	20:00	TVL-Halle	Tanja
	Pilates II max 18 TN	Di	20:10	21:40	TVL-Halle	Tanja
*	Walking+Funktionstraining	Mi	09:00	09:50	Hockeyplatz/Gym	Regina
*	Walking+Funktionstraining	Mi	10:00	10:50	Hockeyplatz/Gym	Regina
*	Bewegung+Fitness 50+	Mi	10:00	10:50	Hockeyplatz/Halle	Miriam
*	MobiFit 50 Plus – Mobilisation, Dehnung, Kräftigung	Mi	11:00	11:50	TVL-Halle	Christof
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	Mi	14:30	16:15	TVL-Halle	Hannah/Luisa
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	Mi	16:15	18:00	TVL-Halle	Hannah
	Eltern Kind Turnen ⁵	Mi	16:00	17:00	Hinter der Lieth	Christof
	Kinderturnen ⁵	Mi	17:00	18:00	Hinter der Lieth	Christof
*	Volleyball Jugend	Mi	17:00	18:30	Vizelinstraße	Mehdi/Madlen
	Workout Schwerpunkt Rücken	Mi	18:00	18:50	Döhrnstraße	Sinah
*	Salsa-Fitness max 14 TN	Mi	18:00	18:50	Gym	Nicole
*	Aerobic-Workout max 14 TN	Mi	19:00	19:50	Gym	Nicole
	BBRP	Mi	19:00	19:50	Döhrnstraße	Sinah
*	Softtennis ⁵	Mi	18:30	20:00	Hinter der Lieth	Christof
	Herzsport AUF ANFRAGE	Mi	18:30	19:20	TVL-Halle	Birgit
	Herzsport AUF ANFRAGE	Mi	19:30	20:20	TVL-Halle	Birgit
	Volleyball	Mi	20:00	22:00	Hartsprung	Ulf
	Qigong max 14 TN	Mi	20:00	21:30	Gym/Hockeypl.	Uschi
	Volleyball Spielgruppe Erw.	Mi	20:00	22:00	Döhrnstraße	Mehdi

	Herzsport AUF ANFRAGE	Do	08:30	09:20	TVL-Halle	Kathi
	Reha Orthopädie AUF ANFRAGE	Do	09:00	09:50	Hockeyplatz/Gym	Silke
	Herzsport AUF ANFRAGE	Do	09:30	10:20	TVL-Halle	Kathi
	Reha Orthopädie AUF ANFRAGE	Do	10:00	10:50	Hockeyplatz/Gym	Silke
	Herzsport AUF ANFRAGE	Do	10:30	11:20	TVL-Halle	Kathi
	Reha Orthopädie AUF ANFRAGE	Do	11:00	11:50	Hockeyplatz/Gym	Silke
	Reha Diabetes AUF ANFRAGE	Do	11:30	12:20	Hockey/Parkplatz	Kathi
*	Turnen mit Geräten ³	Do	16:00	16:50	Hinter der Lieth	Tanja
	Hallen-Fussball 5-7 J. ⁵	Do	16:00	16:50	Döhrnstraße	Christof
	Taekwondo Kinder ²	Do	16:30	17:30	TVL-Halle	Minette
*	Leichtathletik 5-14 Jahre	Do	16:30	17:20	TVL-Parkplatz	Miriam
	Badminton Anfänger 6-10 J.	Do	16:45	18:00	Hartsprung	Mike
	Turnen mit Geräten ³	Do	17:00	18:00	Hinter der Lieth	Tanja
	Stretch+Prellball	Do	17:00	18:00	Döhrnstraße	Christof
	TKD Turniergruppe Wettkampf NUR AUF EINLADUNG!	Do	17:45	18:45	TVL-Halle	Minette
*	Nordic Walking	Do	17:45	18:35	TVL-Parkplatz	Miriam
	Taekwondo Erwachsene max 18 TN	Do	19:00	20:30	TVL-Halle	Oli
	Tischtennis Erw./Jugend	Do	18:30	22:00	Döhrnstraße	Sigi/Insa
*	Laufftreff Erwachsene	Do	18:45	19:35	TVL-Parkplatz	Miriam
*	Funktional Fitness max 14 TN	Do	18:00	18:50	Gym	Michelle
*	Funktional Zirkel max 14 TN	Do	19:00	19:50	Gym	Michelle
	Yoga max. 14 TN	Do	20:00	21:30	Gym	Andree
*	Fit ins Wochenende	Fr	11:00	12:20	Gym	Alex
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	Fr	14:00	15:15	TVL-Halle	Hannah/Luisa
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	Fr	15:15	16:30	TVL-Halle	Luisa/Amelie
	Hallenfussball ⁵	Fr	16:00	17:30	Hartsprung	Christof
*	Freies Badmintonspiel bis 12 Jahre	Fr	16:00	17:20	Döhrnstraße	Horst
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	Fr	16:30	18:00	TVL-Halle	Hannah/Franzi
	Gerätturnen ³	Fr	16:30	18:00	Vizelinstraße	Susi
*	Freies Badmintonspiel bis 18 Jahre	Fr	17:30	19:00	Döhrnstraße	Horst
	Jazzdance Beginner 7-10 J.	Fr	17:00	17:50	Gym	Suse
	Jazzdance Level 1 10-14 J.	Fr	18:00	18:50	Gym	Suse
*	Kung Fu ab 14 J. Max. 14 TN	Fr	18:30	19:50	TVL-Halle	Tim
*	Modern Dance Jugend/Erw.	Fr	19:00	19:50	Gym	Suse
	Tischtennis Erw./Jugend	Fr	19:30	22:00	Döhrnstraße	Sigi
*	Langhantel + Stretching max. 18 TN	Fr	20:00	21:20	TVL-Halle	Dadmehr
*	Badminton/Softtennis	Sa	11:00	12:30	Döhrnstraße	Luna/Henri
	Yoga max. 14 Teilnehmer ¹ voll!	Sa	11:00	11:50	TVL-Halle	Verena/Anna
	Yoga max. 14 Teilnehmer ¹ voll!	Sa	12:00	12:50	TVL-Halle	Verena/Anna
*	Zumba max. 14 TN	Sa	13:00	14:20	Gym	Eirini
	Taekwondo ab7 J. ²	Sa	16:00	17:00	Döhrnstraße/Hockeypl.	Minette
	Taekwondo ab 10J. ²	Sa	17:15	18:30	Döhrnstraße	Minette
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	So	10:00	12:00	TVL-Halle	Hannah/Franzi
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	So	12:00	14:00	TVL-Halle	Hannah
	Leistungsturnen AUF ANFRAGE	So	14:00	16:00	TVL-Halle	Luisa/Amelie
	Taekwondo Erw. freies Training max. 14 TN	So	17:00	19:00	Gym	Jens
	TKD Turniergruppe Technik 6-16 J. NUR AUF EINLADUNG!	So	17:00	18:00	TVL-Halle	Minette
	TKD Turniergruppe Technik Leistung NUR AUF EINLADUNG!	So	18:00	19:00	TVL-Halle	Minette

¹ Bitte bei Verena 015735192347 anmelden

² Anmeldung bei Minette

AUF ANFRAGE vorab im Büro anfragen

³ Anmeldung über info@tv-lokstedt.de

⁴ Anmeldung über michelle.tvl@gmx.de

⁵ Anmeldung über Christof WhatsApp 01774128369