

Ballsport

Badminton	Erw./Jugendliche	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Horst Gellersen
SoftTennis NEU!	Erwachsene	Mi	18:00	19:30	Hinter der Lieth	Christof Dellemann
SoftTennis f. d. ganze Familie NEU!	5-95 J.	Sa	11:00	12:20	Döhrnstraße	Chris D. / Darryn G
Bewegen & Begegnen	Kids/Jgdl./Erw.	Sa	16:30	18:30	Döhrnstraße	Gülfidan Sisko
Freizeit-Hallenfußball NEU!	Jugend. ab 16 J/Erw.	Mi	20:00	21:50	Döhrnstraße	Paul Robrecht
Prellball 50plus	Erwachsene	Do	18:00	18:30	Döhrnstraße	Christof Dellemann

Body + Mind

Faszien-Training	Erwachsene	Di	18:30	20:00	Hinter der Lieth	Anja Stubley
Pilates I NEU!	Erwachsene	Di	19:00	20:10	TVL -Gym	Tanja Bielfeldt
Pilates II NEU!	Erwachsene	Di	20:10	21:30	TVL -Gym	Tanja Bielfeldt
Qigong	Erwachsene	Mi	20:00	21:30	TVL -Gym	U. Wegmann-Wett
Yoga	Erwachsene	Sa	11:00	12:20	TVL -Gym	Anna Schröder Verena Markowski

Fitness

BauchBeineRückenPo	Erwachsene	Mo	18:30	19:30	Döhrnstraße	Claudia Andresen- Gothart
BauchBeineRückenPo	Frauen	Mi	19:00	20:00	Döhrnstraße	Sinah Meier
BauchBeineRückenPo	Erwachsene	Sa	10:00	10:50	TVL -Gym	Angelika Heath
Complete Body Workout	Erwachsene	Di	20:00	21:00	Döhrnstraße	Henry Thedens
Crosstraining	Erwachsene	Do	17:00	18:00	Döhrnstraße	Christof Dellemann
FitnessMix+Entspannung	Erwachsene	Mo	20:00	21:30	Hinter der Lieth	Darryn Grogan
Funktional Fitness NEU!	Erwachsene	Do	18:00	18:50	TVL -Gym	Darryn Grogan
Funktional Zirkel NEU!	Erwachsene	Do	19:00	19:50	TVL -Gym	Darryn Grogan
Step-Fit	Erwachsene	Di	19:00	19:50	TVL -Halle	Britt Worofsky
ZUMBA® Fitness	Erwachsene	Sa	12:30	14:00	TVL -Gym	Silvia Steinfurth / Nina Enghusen

Gesundheitssport

Diabetes - Sport	Erwachsene	Do	11:00	12:30	TVL -Halle	Kathrin Eylmann
Gutes für den Rücken	Erwachsene	Mi	18:00	19:00	Döhrnstraße	Sinah Meier
Herzsport - Übungsgruppe* voll!	Erwachsene	Mi	18:30	19:30	TVL -Halle	Birgit Neyls
Herzsport - Trainingsgruppe* voll!	Erwachsene	Mi	19:30	20:30	TVL -Halle	Birgit Neyls
Herzsport - Übungsgruppe* voll!	Erwachsene	Do	9:00	10:00	TVL -Halle	Kathrin Eylmann
Herzsport - Trainingsgruppe* voll!	Erwachsene	Do	10:00	11:00	TVL -Halle	Kathrin Eylmann
Rehasport auf Anfrage	Erwachsene	Do	08:30	9:20	TVL -Gym	Silke Hänsel
Rehasport auf Anfrage	Erwachsene	Do	09:30	10:50	TVL -Gym	Silke Hänsel
Schwerpunkt Rücken + Entspannung	Erwachsene	Do	11:00	11:50	TVL -Gym	Silke Hänsel
Rehasport auf Anfrage	Erwachsene	Do	11:00	11:50	TVL -Gym	Silke Hänsel
Sport pro Gesundheit 50plus	Erwachsene	Mi	10:30	12:00	TVL -Gym	Christof Dellemann

*alle Herzgruppen unter ärztlicher Aufsicht

Gymnastik

Funktionsgymnastik 50plus	Frauen	Mo	14:30	15:20	TVL-Halle	U. Wegmann-Wett
Funktionsgym. und Fitness	Frauen	Di	18:00	18:50	TVL-Halle	Britt Worofsky
Fitness-Funktionsgymnastik	Frauen	Mi	9:30	10:20	TVL -Halle	Regina Ziegler
Schwerpunkt Beckenboden	Frauen	Mi	9:30	10:20	TVL -Halle	Regina Ziegler
Fit 50plus	Erwachsene	Mi	20:30	21:30	TVL -Halle	Birgit Neyls

Taekwondo

Anfänger u. Fortgeschrittene	Erwachsene	Mo	18:30	19:20	TVL -Gym	Minette Strand
Anfänger u. Fortgeschrittene	Erwachsene	Di	18:30	20:00	Döhrnstraße	Karen Heimann
Anfänger u. Fortgeschrittene	Erwachsene	Do	19:00	20:30	TVL -Halle	Karen Heimann
Anfänger u. Fortgeschrittene	Für jede Altersgruppe	Sa	16:30	18:00	TVL -Gym	Özkan Eroglu
Freies Training		So	17:00	19:00	TVL -Halle	

Tanz

DanceWork Latin/Jazz	Erwachsene	Di	21:00	22:00	Döhrnstraße	Henry Thedens
Jazz Dance NEU!	Jgdl. ab 14 und Erw.	Fr	18:00	19:20	TVL -Gym	Gesa Pagelsen
Modern Dance NEU!	Erwachsene	Fr	19:30	21:00	TVL -Gym	Gesa Pagelsen

Tischtennis

Tischtennis	Frauen	Mo	19:30	22:00	TVL -Halle	S. Nachbaur
Tischtennis	Männer / Frauen	Mo	19:30	22:00	Döhrnstraße	S. Nachbaur
Tischtennis	Männer / Frauen	Do	18:30	22:00	Döhrnstraße	S. Nachbaur

Volleyball

Volleyball	Fortg./Spielsystem	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Bernard Kössler
Volleyball NEU!	Einsteiger/FreizeitspielerInnen	Mo	20:00	22:00	Corveystraße	Nina Prechel
Volleyball voll!	Freizeit & Spiel	Mi	20:00	22:00	Hartsprung	Ulf Bittner

Turnverein Lokstedt v. 1892 e.V. Döhrntwiete 20 22529 Hamburg Tel: 56 48 70 Fax: 040- 54 88 05 64 www.tv-lokstedt.de E-Mail: info@tv-lokstedt.de		
		
gültig ab 01.07.2018		
Gebühren und Beiträge		EUR
Aufnahmegebühren (einmalig)		
Erwachsene		20,00
Ehepaare, Familien und Eltern/Kind (nur bei gleichzeitigem Eintritt)		24,00
Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre		10,00
Antragsteller mit Ermäßigungsanspruch *		10,00
<i>Neben der Aufnahmegebühr werden die Kosten für die Erteilung notwendiger Teilnehmerschein (Passgebühren) der Sportfachverbände erhoben.</i>		
Grundbeiträge	Monatlich Ab 01.07.18	Halbjahres- beitrag
Erwachsene	17,00	102,00
Ehepaare	29,00	174,00
Familienbeitrag (Ehepaare mit max. 2 Kindern bis 18 J.; jedes weitere Kind unter 18 J.)	35,00 6,00	210,00 36,00
1 Erwachsener + 1 Kind	23,00	138,00
Passiv- / Förderbeitrag	7,00	42,00
Eltern/Kind Beitrag (ohne Nutzung anderer Angebote)	12,00	72,00
Schüler, Studenten, Auszubildende *	11,00	66,00
Arbeitslose, Sozialhilfeempfänger über 18 Jahre *	11,00	66,00
<i>* Ermäßigungen können nur gewährt werden, wenn dem Antrag ein gültiger Nachweis beiliegt, der nach Ablauf unaufgefordert zu aktualisieren ist; Ermäßigungen werden nicht rückwirkend gewährt.</i>		
Kinder und Jugendliche unter 18 Jahre	10,00	60,00
Ab dem ersten Geschwisterkind unter 18 Jahre 50% des Grundbeitrages	6,00	36,00
Zusatzbeiträge je Mitglied	Monatlich	Halbjahres- beitrag
Badminton Erwachsene	6,00	36,00
Badminton Kinder/Jugendliche	3,00	18,00
Ballett	10,00	60,00
Hockey	8,00	48,00
Kindertanz	4,00	24,00
Kinderturnen mit psychomotorischen Inhalten	4,00	24,00
Leistungsturnen	10,00	60,00
Rehasport Diabetes	6,00	60,00
Rehasport Herz mit ärztlicher Aufsicht	12,00	72,00
Rehasport Lunge	6,00	36,00
Rehasport Orthopädie (Berechtigt zur Teilnahme an einer Stunde pro Woche)	6,00	36,00
Taekwondo Kinder/Jugendliche	8,00	48,00
Taekwondo Erwachsene	10,00	60,00
Yoga	6,00	36,00
Yoga für Kinder	4,00	24,00