

Turnen / Gymnastik & mehr

für unsere Kids

Krabbelgruppe Ab ca. 5 Mo.
donnerstags 14.30 – 15.45 Uhr

Eltern-Kind-Turnen Bis 3 Jahre
donnerstags 16.00 – 18.00 Uhr

Kinderturnen 3-6 Jahre
dienstags 15.00 – 18.00 Uhr

Kickboxen
mittwochs 17.00 – 18.00 Uhr

Rückenfit
dienstags 19.30 – 20.30 Uhr

Step-Aerobic
montags 19.00 – 20.00 Uhr

Pilates
freitags 19.15 – 20.15 Uhr

Bootcamp
dienstags 18.30 – 19.30 Uhr

Bauch, Beine, Po
donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr

Funktionelles (Outdoor-)Training
montags 20.00 – 21.00 Uhr

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

Aqua-Jogging

mittwochs 18.00 – 19.00 Uhr
donnerstags 09.30 – 10.30 Uhr
(Anmeldung erforderlich)
jeweils Hallenbad Sennestadt

Drums Alive

mittwochs 20.00 – 21.00 Uhr

Walking / Nordic Walking

sonntags 09.00 – 10.00 Uhr

Tanz-Fitness 65+

montags 15.00 – 16.00 Uhr

Gymnastik für Senioren

mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr

Gymnastik Frauen 50+

montags 18.00 – 19.00 Uhr

Tai Chi

mittwochs
Anfänger 18.30 – 20.00 Uhr
Fortgeschrittene 19.00 – 20.00 Uhr

Ballspielgruppe Männer

freitags 17.00 – 19.00 Uhr

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

Eine Probestunde ist jederzeit möglich.

Soweit nicht anders beschrieben, finden unsere Angebote in der Sporthalle in Lipperreihe statt.

TuS Lipperreihe e.V.

Ein Verein – viele Möglichkeiten



Du möchtest gerne Sport treiben?? Nur wo und was??

Ein Fitnessstudio ist zu teuer und alleine macht es Dir auch nur halb so viel Spaß?

Wirf doch mal einen Blick in das Vereinsleben des TuS Lipperreihe. Von „nur mal mitmachen“ bis zum erfolgreichen Mannschaftssport ist alles möglich.

In diesem Flyer findest Du unser vielfältiges Angebot. Komm einfach vorbei und probiere es aus!

Wir freuen uns auf Dich!

Diverse Ballsportarten

Diese Angebote finden alle in der Sporthalle in der Südstadt statt.

Volleyball Mixed-Mannschaft ab 14 Jahre
montags 19.00 – 20.30 Uhr

Badminton 8-14 Jahre
freitags 16.00 – 17.30 Uhr

Badminton ab 14 Jahre
mittwochs 19.00 – 20.30 Uhr
freitags 17.30 – 19.00 Uhr

Korbball

Diese Angebote finden alle in der Sporthalle in der Südstadt statt.

Minis
donnerstags 16.15 – 17.15 Uhr

Jugend und Frauen
montags 17.30 – 19.00 Uhr
donnerstags 17.30 – 19.30 Uhr

Fußball

Fußball-Jugend

M. Abel, Tel. 0160 / 8259 497

Fußball-Senioren

O. Pape, Tel. 0160 / 9025 3176

1. Mannschaft

F. Fulland, Tel. 0160 / 9284 3404

2. Mannschaft

Th. Taverner, Tel. 0159 / 0117 6251

Tennis

Von Mai bis September auf der
Tennisanlage in Lipperreihe

Winter-Hallenzeiten bitte erfragen.

Ansprechpartner:
H. Outiti, Tel. 071 / 388 7012

Du machst gerne Sport, kannst eine Sportart besonders gut und hast Spaß daran, sie anderen beizubringen?

Vielleicht auch Sportarten, welche wir noch nicht anbieten können?

Dann werde Übungsleiter:in / Trainer:in bei uns.

Wir freuen uns über eine Kontaktaufnahme (über Geschäftsstelle oder auch Ansprechpartner möglich)

Geschäftsstelle:

TuS Lipperreihe e.V.
Sabine Krause
Dalbker Straße 121
33813 Oerlinghausen

Tel.: 05205 – 9987031

Mail: tus.lipperreihe@t-online.de



Alle Informationen und noch mehr findest Du auch auf unserer Internetseite

www.tus-lipperreihe.de