

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

Aqua-Jogging

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

Ballspielgruppe Männer

freitags	17.00 – 19.00 Uhr
----------	-------------------

Bauch, Beine, Po

donnerstags	18.00 – 19.30 Uhr
-------------	-------------------

Bootcamp

dienstags	18.30 – 19.30 Uhr
-----------	-------------------

Drums Alive

mittwochs	20.00 – 21.00 Uhr
-----------	-------------------

Funktionelles (Outdoor-)Training

montags	20.00 – 21.00 Uhr
---------	-------------------

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

Gymnastik Frauen 50+

montags	18.00 – 19.00 Uhr
---------	-------------------

Gymnastik für Senioren

mittwochs	16.00 – 17.00 Uhr
-----------	-------------------

Pilates

freitags	19.15 – 20.15 Uhr
----------	-------------------

Rückenfit

dienstags	19.30 – 20.30 Uhr
-----------	-------------------

Step-Aerobic

montags	19.00 – 20.00 Uhr
---------	-------------------

Tai Chi

mittwochs	
Anfänger	18.30 – 20.00 Uhr
Fortgeschrittene	19.00 – 20.00 Uhr

Tanz-Fitness 65+

montags	15.00 – 16.00 Uhr
---------	-------------------

Walking / Nordic Walking

sonntags	09.00 – 10.00 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