

Turnen / Gymnastik & mehr

Für unsere Kids

Eltern-Kind-Turnen	Bis 3 Jahre
donnerstags	16.00 – 18.00 Uhr
Kinderturnen	3-6 Jahre
dienstags	15.00 – 18.00 Uhr
Jazz Dance	6-10 Jahre
freitags	15.00 – 16.00 Uhr
Jazz Dance	10-14 Jahre
freitags	16.00 – 17.00 Uhr

Aqua-Jogging

mittwochs	18.00 – 19.00 Uhr
donnerstags	09.30 – 10.30 Uhr
<i>jeweils Hallenbad Sennestadt</i>	

Ballspielgruppe Männer

freitags	17.00 – 19.00 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	15.00 – 16.00 Uhr
-----------	-------------------

Pilates

freitags	19.00 – 20.00 Uhr
----------	-------------------

Rückenfit

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

Step-Aerobic

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

STRONG Nation

donnerstags	19.00 – 20.00 Uhr
-------------	-------------------

Tai Chi

mittwochs	18.30 – 19.30 Uhr
-----------	-------------------

Tanz-Fitness 65+

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

Zumba

donnerstags	18.00 – 19.00 Uhr
-------------	-------------------

Eine **Probestunde** ist jederzeit ohne Anmeldung 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

Korball

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

Minis
donnerstags 16.15 – 17.45 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
L. Neumann, Tel. 0171 / 7039 015

Fußball-Senioren

O. Pape, Tel. 0160 / 9025 3176
F. Fulland, Tel. 0160 / 9284 3404

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.
Oliver Pape
Schulstraße 100
33813 Oerlinghausen

Tel.: 05202 – 979930
Mail: tus-lipperreihe@posteo.de



Alle Informationen und noch mehr findest Du auch auf unserer Internetseite

www.tus-lipperreihe.de