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

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

Aqua-Jogging	
mittwochs	18.00 – 19.00 Uhr
donnerstags	09.30 – 10.30 Uhr
jeweils Hallenbad Sennestadt	
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
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 & Fit	
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

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

Eine <u>Probestunde</u> 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

Korbball

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

Tennis

Von Mai bis September auf der Tennisanlage in Lipperreihe

Winter-Hallenzeiten bitte erfragen.

Ansprechpartner:
M. Lüking, Tel. 0176 / 40795790

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