

UNSERE GYMWELT- ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

GesundheitsSport und SeniorenSport

Stand: 01.12.2021



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	09:45-10:45 RückenFitness LTV Sportdiele	10:15-11:15 Pilates Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	10:00-10:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	10:00-10:45 Rückbildungs- Gymnastik LTV Sportdiele	
10:30-11:30 Fit & Gesund 60+ LTV Sportdiele		11:30-12:15 Aktiv im Alter LTV Sportdiele			
	16:00-17:30 ★ Yoga Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	15:45-17:15 ★ Yoga LTV Sportdiele			
17:15-18:15 SeniorenGymnastik Milchbar Ernst-Rodiek-Halle			17:00-17:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
	18:00-19:00 ★ Qi Gong Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	17:30-18:30 Dance Yourself Milchbar Ernst-Rodiek-Halle	18:00-18:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
	19:00-20:00 Fit von Kopf bis Fuß Kleine Halle	19:00-20:00 Pilates Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		19:15-21:15 MännerSport Kleine Halle	
			20:00-21:00 Pilates LTV Sportdiele		

LemwerDer Turnverein
Stedinger Str. 51 (Rathaus)
27809 Lemwerder
Steuer-Nr.: 57/220/01216

Telefon:
0421 / 83 579 68

Online:
www.lemwerder-tv.de

Mail:
LemwerDer.Turnverein
@nord-com.net

Öffnungszeiten:

Mo..09:00-11:00 Uhr

Do. 16:00-18:00 Uhr

In den Ferien ist die
Geschäftsstelle
geschlossen

★ Für die Teilnahme an
Yoga- und Qi Gong-
Kursen ist eine
Anmeldung über die
Geschäftsstelle
erforderlich!