

UNSERE GYMWELT- ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

GesundheitsSport und SeniorenSport

Stand: 04_2023



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
		10:15-11:15 Pilates Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	10:00-10:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
10:30-11:30 Fit & Gesund 60+ LTV Sportdiele				11:15-12:15 ★ Trittsicher durchs Leben LTV Sportdiele	
16:00-17:00 ★ Trittsicher durchs Leben LTV Sportdiele		16:15-17:30 ★ Yoga Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle			
15:45-16:30 Aktiv im Alter Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle					
16:45-18:00 ★ Yoga Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		17:30-18:30 Dance Yourself LTV Sportdiele	18:00-18:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
17:15-18:15 SeniorenGymnastik Milchbar Ernst-Rodiek-Halle		19:00-20:00 Pilates Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		19:15-21:15 MännerSport Kleine Halle	
	19:00-20:00 Fit von Kopf bis Fuß 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
Trittsicher-, Yoga-
und Qi Gong-Kursen
ist eine Anmeldung
über die
Geschäftsstelle
erforderlich!