

UNSERE GYMWELT- ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

FITNESS UND GESUNDHEIT Seniorensport

Stand: 01.10.2021



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09:00 – 10:00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum		10:00 – 11.00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum	10:00 – 10:45 Rückentraining Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	10:00 – 11.00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum	
10:00 – 11:00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum	11:00 – 12:00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum	11:30 – 12:15 Aktiv im Alter LTV Sportdiele	11:00 – 12:00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum		
10:30 – 11:30 Fit & gesund 60+ LTV Sportdiele					
			17:00 – 17:45 Rückentraining Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
17:15 – 18:15 Seniorengymnastik Milchbar Ernst-Rodiek-Halle		17:30 – 18:30 Dance Yourself Milchbar Ernst-Rodiek-Halle			
		18:00 – 19:00 Fitnessstraining an Geräten (Männer) LTV-Fitnessraum			
			19:00 – 20:00 Fitnessstraining an Geräten LTV-Fitnessraum	19:15 – 21:15 Männersport Kleine Halle	

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

Fon / Fax:
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