

## Hallenbelegungsplan nach Abteilungen sowie Kurse (Stand: 15.11.2018)

Sparte/Tag	Uhrzeit	Gruppen	Leiter (-in)
<b>Turnen</b>			
Montag	14.30 - 16.00	3 bis 7 Jahre Jungen und Mädchen Ballspiele, <u>Neuaufbau dieser Gruppe</u>	Weihls
	16.00 - 17.30	5. bis 10. Schuljahr Mädchen	Weihls
	17.00 - 19.00	Aufbauriege Mädchen und Jungen	Weihls / Burych
Dienstag	14.30 - 16.00	3. u. 4. Schuljahr Mädchen	Weihls
	15.00 - 16.00	55 Plus...	Stegemann-Martens
	16.00 - 17.30	1. u. 2. Schuljahr Mädchen	Frahm/Laura
	16.00 - 17.30	1. u. 2. Schuljahr Jungen	Weihls
	17.30 - 19.00	Aufbauriege Mädchen	Weihls / Alina
	20.30 - 22.00	Jedermännersport	Mantwill
	14.30 - 15.30	Kleinkinder	Weihls / Josefine / Frahm / Alina
Mittwoch	15.30 - 16.30	Eltern u. Kind	Weihls
	20.00 - 22.00	Männer	Funk
	17.00 - 19.00	Aufbauriege Jungen u. Mädchen	Burych
Donnerstag	17.00 - 19.00	Aufbauriege Jungen u. Mädchen	Burych
Freitag	17.30 - 19.30	Jungen u. Männer Aufbauriege	Burych
Samstag	10.00 - 12.30	Aufbauriege Jungen	Burych
<b>Handball</b>			
Dienstag	19.00 - 20.30	Jungen 16 bis 18 Jahre, ml B	Nils Skambraks
Donnerstag	14.30 - 16.00	Jugend F Mä./Ju. 6 - 8 J.	Lüthje W., Lüthje V.
	20.00 - 21.30	Jugend/Erwachsene (Ballspiele)	Lüthje, W.
Freitag	14.30 - 16.00	männliche E-Jugend 8 - 10 J	Lüthje, W.
	16.00 - 17.30	männliche D-Jugend 10 - 12 J	Lüthje, W.
<b>Volleyball</b>			
Montag	19.00 - 20.30	Freizeit (Mixed) Erw./Jugendl.	Weihls
Sonntag	18.00 - 20.00	Erwachsene (Mixed)	Kannenberg
<b>Faustball</b> <b>genaue Absprachen mit den Übungsleitern</b>			
Montag	15.15 - 16.30	Kinder, 7 bis 12 Jahre	Himmelhan
	16.30 - 18.00	Kinder, 12 bis 16 Jahre	Himmelhan
Freitag	17.00 - 19.00	Jugend, Teilnahme und Trainingsende nach Absprache	Himmelhan
<b>Badminton</b>			
Mittwoch	16.30 - 18.00	Mädchen u. Jungen	Feuerriegel
	18.00 - 20.00	Damen u. Herren	Köster / Feuerriegel
<b>Leichtathletik</b>			
Montag	17.30 - 19.00	Jugendliche	Hass
Mittwoch	16.30 - 18.00	Kinder ab 2. Schuljahr	Harders
<b>Fahrradgruppe</b>			
Sonntag	10.00 - 13.00	Erwachsene/Familien Termine: Frühjahr bis Herbst nach Absprache	Dührkop

<b>Tischtennis</b>			
Montag	18.00 - 20.00	Schüler / Jugendliche	Schmidtke/Wrage
	20.00 - 22.00	Erwachsene	Tamm
Donnerstag	17.00 - 19.30	Jugendliche	Wrage
Freitag	19.00 - 22.00	Erwachsene	Schmidtke / Tamm
<b>Ballett</b>			
Dienstag	14.30 - 17.00	Mädchen (Ort: FitnessCenter)	Workman
Freitag	14.00 - 18.00	Mädchen (Ort: FitnessCenter)	Workman
<b>Gymnastik/(Step)Aerobic</b>			
Montag	19.00 - 20.00	GroupFitness Frauen I	Winter
	20.00 - 21.00	GroupFitness Frauen II	Winter
Dienstag	18.00 - 19.00	Stepaerobic Frauen	Bünz
Mittwoch	20.00 - 21.00	Stepaerobic Frauen	Rehkugler
<b>Schwimmen</b>			
Dienstag	Aqua-Fitness:	Anmeldung: Sabine Wieczorek, 04826/376399	
	16.00 - 16.45	1. Kurs	
	17.00 - 17.45	2. Kurs	
	18.00 - 18.45	3. Kurs	
Donnerstag	Aqua-Fitness:	Anmeldung Sabine Rehkugler, 04826/5107	
	19.30 - 20.15	1. Kurs	
	20.15 - 21.00	2. Kurs	
	Ort:	Lehrschwimmbecken der Grundschule Hohenlockstedt	
Donnerstag	Schwimmen:		
	Zeiten:	ab 15.00 Uhr (stündlich wechselnde Gruppen) 10 Std. Kurse für Kinder	
	Ort:	Lehrschwimmbecken der Grundschule Hohenlockstedt	
	Anmeldung:	bei Kursleiterin Victoria Weihs 0152 56192167, vormittags	

**Fitnessabteilung:** FitnessCenter des TSV LO LA im „Sporttreff“  
Finnische Allee 6, Hohenlockstedt Tel.:04826/8279

### Öffnungszeiten / FitnessCenter

Montag	8.00 - 10.00 10.00 - 11.00: <u>Präv. Gymn. ü. 50**</u> 11.15 - 12.00: Reha**		17.00 - 20.30
Dienstag	8.00 - 10.30	14.30 - 17.00 Ballett <b>Anmeldung: 04816-2265</b> 17.00 - 19.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik* 19.00 - 20.00 Frauen 20.15 - 21.15 Männer
Mittwoch	8.00 - 10.00 10.00 - 11.00: Rückenstunde**	17.00 - 19.00	19.00 - 21.00
Donnerstag	8.00 - 10.30	17.30 - 19.30	
Freitag		14.30 - 18.00 Ballett <b>Anmeldung: 04816-2265</b>	18.00 - 20.00
Sonntag	durchgehend von 10.00 bis 14.00		

\* Anmeldung bei Conny Winter, Tel.: 0170 4049364, auch für weitere Kurse

\*\* Anmeldung bei Victoria Weihs, Tel.: 0152 56192167

Fax: 04826 / 850029, Internet: [www.tsv-lola.de](http://www.tsv-lola.de)