

Turnen / Gymnastik & mehr

für unsere Kids

Krabbelgruppe	Ab ca. 5 Mo.
donnerstags	14.30 – 15.45 Uhr
Eltern-Kind-Turnen	Bis 3 Jahre
donnerstags	16.00 – 18.00 Uhr
Kinderturnen	3-6 Jahre
dienstags	15.00 – 18.00 Uhr

Aqua-Jogging

mittwochs	18.00 – 19.00 Uhr
donnerstags	09.30 – 10.30 Uhr
<i>jeweils Hallenbad Sennestadt</i>	

Ballspielgruppe Männer

freitags	17.00 – 19.00 Uhr
----------	-------------------

Bauch, Beine, Po

donnerstags	18.00 – 19.30 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
---------	-------------------

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

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
---------	-------------------

Tai Chi

mittwochs	
Anfänger	18.30 – 20.00 Uhr
Fortgeschrittene	19.00 – 20.00 Uhr

Tanz-Fitness 65+

montags	15.00 – 16.00 Uhr
---------	-------------------

Walking / Nordic Walking

sonntags	09.00 – 10.00 Uhr
----------	-------------------

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

**Eine Probestunde 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

Fußball

Fußball-Jugend

M. Abel, Tel. 0160 / 8259 497

Fußball-Senioren

O. Pape, Tel. 0160 / 9025 3176

1. Mannschaft

M. Westermeier, Tel. 0157 / 37248031

2. Mannschaft

J. Schulmeister, Tel. 0176 / 84811948

Korbball

Diese Angebote finden alle in der Sporthalle in der Südstadt statt.

Minis
donnerstags 16.15 – 17.15 Uhr

Jugend und Frauen
montags 17.30 – 19.00 Uhr
donnerstags 17.30 – 19.30 Uhr

Tennis

Von Mai bis September auf der
Tennisanlage in Lipperreihe

Winter-Hallenzeiten bitte erfragen.

Ansprechpartner:
H. Outiti, Tel. 071 / 388 7012

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