

## Turnen / Gymnastik & mehr

für unsere Kids

<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	Bis 3 Jahre
donnerstags	16.00 – 18.00 Uhr
<b>Kinderturnen</b>	3-6 Jahre
montags	16.00 – 17.30 Uhr
<b>Jazz Dance:</b>	6-10 Jahre
freitags	15.30 – 16.30 Uhr

### Wirbelsäulengymnastik

dienstags 19.30 – 20.30 Uhr

### Step-Aerobic

montags 19.00 – 20.00 Uhr

### Bauch, Beine, Po

dienstags 18.30 – 19.30 Uhr  
 donnerstags 19.30 – 20.30 Uhr

### FIT Mix

donnerstags 18.15 – 19.15 Uhr

### Zumba

freitags 19.15 – 20.15 Uhr

### Drums Alive

mittwochs 20.00 – 21.00 Uhr

### Strong is sexy

montags 20.00 – 21.00 Uhr

### Aqua-Jogging

donnerstags 09.30 – 10.30 Uhr  
*Hallenbad Sennestadt*

18

### Gymnastik für Senioren

mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr

### Gymnastik Frauen 50+

montags 18.00 – 19.00 Uhr

### Tai Chi

mittwochs

Anfänger 18.30 – 20.00 Uhr  
 Fortgeschrittene 19.00 – 20.00 Uhr

### Ballsportgruppe Männer

freitags 17.00 – 19.00 Uhr

### Walking

montags 18.00 – 19.00 Uhr  
 donnerstags 18.00 – 19.00 Uhr

*Treffpunkt: Grundschule Lipperreihe*  
 In der dunklen Jahreszeit in den Zeiten  
 15.00 – 16.00 Uhr

### Nordic Walking

dienstags 09.30 – 10.30 Uhr  
 freitags 09.30 – 10.30 Uhr

*Treffpunkt: Spielplatz Hasenheide*

Kurs-  
angebot

Unsere aktuellen Kursangebote  
 findest Du auf unserer Homepage.

**Soweit nicht anders beschrieben, finden  
 unsere Angebote in der Sporthalle in  
 Lipperreihe statt.**

Jugendliche, Erwachsene, Senioren

# 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*

## Korbball

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

**Minis** 8-11 Jahre  
*donnerstags 16.30 – 17.30 Uhr*

**Schüler** 12-15 Jahre  
*montags 17.30 – 19:00 Uhr*  
*donnerstags 17.30 – 19.00 Uhr*

**Jugend** 16-19 Jahre  
*montags 17.30 – 19.00 Uhr*  
*donnerstags 17.30 – 19.00 Uhr*

**Frauen** ab 18 Jahren  
*donnerstags 20.30 – 22.00 Uhr*

## Fußball

### Fußball-Jugend

#### G-, F- und E-Jugend:

M. Abel, Tel. 0160 / 8259 497  
Th. Spille Tel. 0151 / 1251 8064

#### D-Jugend:

E. Neufeld, Tel. 0151 / 2408 4784

#### C-, B- und A-Jugend:

F. Fulland, Tel. 0160 / 9284 3404  
M. Westermeier, Tel. 0157 / 3370 1642

### Fußball-Senioren

Th. Rook, Tel. 0157 / 5061 3009  
F. Fulland, Tel. 0160 / 9284 3404

#### Fußball-Altliga (ab 32 Jahren):

G. Dörksen, Tel. 0176 / 2066571

## Tennis

Von Mai bis September auf der  
Tennisanlage in Lipperreihe

Winter-Hallenzeiten bitte erfragen.

Ansprechpartner:

M. Danne, Tel. 05202 / 739966

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.  
Sabine Krause  
Dalbker Straße 121  
33813 Oerlinghausen

Tel.: 05205 – 9987031

Mail: [tus.lipperreihe@t-online.de](mailto:tus.lipperreihe@t-online.de)



Alle Informationen und noch mehr findest Du auch auf unserer Internetseite

[www.tus-lipperreihe.de](http://www.tus-lipperreihe.de)