

# LVS Sportangebot

gültig ab 1.10.2025

## Christinahalle und Anbau

### Montag

16.15 – 17.15 Uhr	<b>Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung)</b> L: S. Dufrenne (0171 4910315)	18
17.15 – 18.15 Uhr	<b>Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung)</b> L: Biggi Popp (02238 13860)	20
18.15 – 19.15 Uhr	<b>Rückenschule</b> L: Leonie Später (0157 36001615)	40
19.15 – 20.30 Uhr	<b>Bodyforming</b> L: Katrin Abs (02238 300189)	62
 20.30 – 22.00 Uhr	<b>Ballsport (Erwachsene)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	82

### Dienstag

17.30 – 18.30 Uhr	<b>Yoga</b> L: Silke Küster (01724434829)	43
18.30 – 20.00 Uhr	<b>Powerworkout</b> L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)	64

### **Anbau →**

20.00 – 21.00 Uhr	<b>Bodybalance</b> L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)	60
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Basketball (Erwachsene)</b> L: Christopher Braun (0157 76623314)	83

### Mittwoch

**Finden im  
Wechsel statt**

16.00 – 17.00 Uhr	<b>Fit for Kids (4 – 6 Jahre)</b> L: Nadine Dickhof (0177 5245311)	23
	<b>Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	16
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Faszientraining</b> L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)	42
<b>Alle 2 Wochen →</b>	<b>Fit for Kids (4 – 6 Jahre)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	17

	18.00 – 19.00 Uhr	<b>Keine Angst vor der Waage</b> L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)	79
<b><u>Donnerstag</u></b>			
	18.00 – 19.00 Uhr	<b>Core Training (Bauch/Rücken/Haltung)</b> L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)	45
	19.00 – 20.00 Uhr	<b>Gymnastik für Frauen</b> L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)	68
<b>Anbau →</b>	19.00 – 20.00 Uhr	<b>Yoga (Einsteiger-Kurs)</b> L: Silke Küster (01724434829)	44
	20.00 – 22.00 Uhr	<b>Volleyball ohne Trainer</b> L: Udo Kuhl (0157 57253420)	87
<b><u>Freitag</u></b>			
<b>Anbau →</b>	16.00 – 17.30 Uhr	<b>Sport für Ältere</b> L: Eva-Maria Hauptert (02238 13852)	65
	16.30 – 17.30 Uhr	<b>Fit for Kids (4 bis 6 Jahre)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	19
	17.30 – 18.30 Uhr	<b>Fit for Kids (6 bis 8 Jahre)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	21
	18.30 – 19.30 Uhr	<b>Tanzen (ab 10 Jahren)</b> L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	50
	20.00 – 22.00 Uhr	<b>Basketball (Jugendliche)</b> L: Oliver Drehsen (0177 7079261)	80

## Turnhalle Papst Johannes XXIII Schule Stommeln

### Montag

20.00 – 22.00 Uhr	<b>Breitensport (Erwachsene)</b> L: Franz-Josef Reiff (Tel.: 920900) (bei gutem Wetter trifft sich die Gruppe um 19.30 Uhr auf dem Sportplatz an der Aquarena, auch in den Sommerferien)	11
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Volleyball (1. Mannschaft, BFS-Liga)</b> L: Jürgen Hösterey (02238 2966)	88

### Mittwoch

18.30 – 20.00 Uhr	<b>Aerobic und Bodyforming</b> L: Silvana Gbur (0178 4059392)	63
20.00 – 22.00 Uhr	<b>Badminton (Erwachsene)</b> L: Marwin Sanner (0172 7656571)	86

### Freitag

18.00 – 20.00 Uhr	<b>Badminton (10 – 16 Jahre)</b> L: Paul Lücke (0175 6550673)	22
20.00 – 21.30 Uhr	<b>Gymnastik (Erwachsene)</b> L: Wilfried Klotz (0157 35655773)	67

## Turnhalle an der Kopfbuche Stommeln

### Montag

16.00 – 17.30 Uhr	<b>Leichtathletik</b> L: Edith Tächl (0175 5614688)	13
-------------------	--	----

### Donnerstag

20.30 – 22.00 Uhr	<b>Tischtennis</b> L: Rolf Blessing (0177 4372600)	81
-------------------	---	----

## Outdoorsport

Treffpunkte können sich ändern, bitte beim Übungsleiter erfragen!

### Treffpunkt: Schule „An der Kopfbuche“

#### Mittwoch

18.30 – 19.30 Uhr

**Laufgruppe (ca. 8 km/h)**

L: Barbara + Norbert Moritz (02238 13861)

25

### Treffpunkt: Chorbusch

#### Freitag

9.30 – 10.30 Uhr  
(während der Winterzeit)

**Walking im Wald**

L: Brigitte Schwedes (0162 1909192)

12

9.00 -10.00 Uhr  
(während der Sommerzeit)

### Treffpunkt: Sportanlage Stommeln

#### Montag

16.00 – 18.00 Uhr

**Leichtathletik ab 6 Jahre**

L: Edith Tächl (0175 5614688)

13

#### Mittwoch

17.00 – 19.00 Uhr

**Leichtathletik ab 6 Jahre**

L: Edith Tächl (0175 5614688)

13

20.00 – 22.00 Uhr

**Fußball**

L: Stephan Scheer (02238 476080)

84



NEU!