

LVS Sportangebot

gültig ab 1.10.2025

Christinahalle und Anbau

Montag

16.15 – 17.15 Uhr **Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung)** 18
L: S. Dufrenne (0171 4910315)

17.15 – 18.15 Uhr **Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung)** 20
L: Biggi Popp (02238 13860)

18.15 – 19.15 Uhr **Rückenschule** 40
L: Leonie Später (0157 36001615)

19.15 – 20.30 Uhr **Bodyforming** 62
L: Katrin Abs (02238 300189)



20.30 – 22.00 Uhr **Ballsport (Erwachsene)** 82
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

Dienstag

17.30 – 18.30 Uhr **Yoga** 43
L: Silke Küster (01724434829)

18.30 – 20.00 Uhr **Powerworkout** 64
L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)

Anbau →

20.00 – 21.00 Uhr **Bodybalance** 60
L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)

20.00 – 22.00 Uhr **Basketball (Erwachsene)** 83
L: Christopher Braun (0157 76623314)

Mittwoch

**Finden im
Wechsel statt**

16.00 – 17.00 Uhr **Fit for Kids (4 – 6 Jahre)** 23
L: Nadine Dickhof (0177 5245311)

Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung) 16
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

17.00 – 18.00 Uhr **Faszientraining** 42
L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)

Alle 2 Wochen → **Fit for Kids (4 – 6 Jahre)** 17
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

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

Turnhalle Papst Johannes XXIII Schule Stommeln

Montag

20.00 – 22.00 Uhr	Breitensport (Erwachsene) 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	Volleyball (1. Mannschaft, BFS-Liga) L: Jürgen Hösterey (02238 2966)	88

Mittwoch

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

Donnerstag

20.30 – 22.00 Uhr	Tischtennis L: Walter Franz (0177 4808855)	81
-------------------	------------------------------------------------------	----

Freitag

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

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

9.00 – 10.00 Uhr	Walking im Wald L: Brigitte Schwedes (0162 1909192)	12
------------------	---------------------------------------------------------------	----

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