

LVS Sportangebot

gültig ab 13.4.2026

Christinahalle und Anbau

Montag

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

Dienstag

17.15 – 18.15 Uhr	Yoga L: Silke Küster (01724434829)	43
18.30 – 20.00 Uhr	Powerworkout L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)	64

Anbau →

20.00 – 21.00 Uhr	RückenKraft L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)	60
20.00 – 22.00 Uhr	Basketball (Erwachsene) L: Christopher Braun (0157 76623314)	83

Mittwoch

Alle 2 Wochen →	16.00 – 17.00 Uhr	Sport, Spiel, Spaß (2 – 4 Jahre mit Begleitung) L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	16
Alle 2 Wochen →	17.00 – 18.00 Uhr	Fit for Kids (4 – 6 Jahre) L: Nathalie Wendt (0176 80711147)	17
wöchentlich	17.00 – 18.00 Uhr	Faszientraining L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)	42

18.00 – 19.00 Uhr **Keine Angst vor der Waage** 79
L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)

Donnerstag

18.00 – 19.00 Uhr **Core Training (Bauch/Rücken/Haltung)** 45
L: Vanessa Rochaz (0176 24262839)

19.00 – 20.00 Uhr **Gymnastik für Frauen** 68
L: Marlene Kurtenbach (0221 795872)

Anbau → 19.00 – 20.00 Uhr **Yoga (Einsteiger-Kurs)** 44
L: Silke Küster (01724434829)

20.00 – 22.00 Uhr **Volleyball ohne Trainer** 87
L: Udo Kuhl (0157 57253420)

Freitag

Anbau → 16.00 – 17.30 Uhr **Sport für Ältere** 65
L: Eva-Maria Hauptert (02238 13852)

16.30 – 17.30 Uhr **Fit for Kids (4 bis 6 Jahre)** 19
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

17.30 – 18.30 Uhr **Fit for Kids (6 bis 8 Jahre)** 21
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

18.30 – 19.30 Uhr **Tanzen (ab 10 Jahren)** 50
L: Nathalie Wendt (0176 80711147)

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

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

Turnhalle an der Kopfbuche

Mittwoch

16.30 – 17.30 Uhr	Fit for Kids (4 – 6 Jahre) L: Simon Mothes (0155 65105384)	23
-------------------	--	----

Donnerstag

20.30 – 22.00 Uhr	Tischtennis 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

9.00 – 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
-------------------	--	----