

# SPORTSTUNDEN des LVS

gültig in den Sommerferien 2021

## CHRISTINAHALLE und Anbau

### Montag

18.15 - 19.00      **Rückenschule I**      40  
L: Leonie Später (Tel.: 0157-36001615)

### Dienstag

20.00 - 22.00      **Volleyballspiel ohne Trainer**      00  
L.: Udo Kuhl (Tel.: 0157-57253420)

### Mittwoch

20.00 - 22.00      **Breitensport (Erwachsene)**      42  
L: Franz-Josef Reiff (Tel.: 920900)

### Donnerstag

16.00 - 17.00      **Fit for kids (6 - 9 Jahre)**      32  
L: Jana Scheuer (Tel.: 0176-43758557)

17.00 - 18.00      **Pilates**      43  
L: Marija Bosbach (Tel.: 0177-1728496)

18.00 - 19.00      **Zumba**      61  
L: Irina Reinhart (Tel.: 13316)

20.00 - 22.00      **Basketball**      83  
L: Christopher Braun (Tel.: 0157-76623314)

### Freitag

16.00 - 17.30      **Sport für Ältere**      65  
L: Claudia Kürsch (Tel.: 0151-50526205)

## TURNHALLE an der KOPFBUCHE

### Montag

18.30 - 19.30      **Aerobic und Bodyforming**      63  
L: Silvana Gbur (Tel.: 0178-4059392)

### Donnerstag

19.00 - 21.00      **Tischtennis**      81  
L: Walter Franz (Tel.: 0177-4808855)

***Generell gilt, bitte spricht mit dem ÜL ob die Gruppenstärke, das Wetter oder die Urlaubsplanung ein Sportangebot zulässt.***

## ONLINEANGEBOT

### Mittwoch

09.00 - 10.00

#### Morning Flow

L: Silvana Gbur (Tel.: 0178-4059392 oder  
[silli1994@gmx.net](mailto:silli1994@gmx.net))

55

Zur Teilnahme fragt bitte bei den Übungsleiterinnen die Zugangsdaten per Email oder WhatsApp an.  
Viel Spaß!

Bitte schaut ab und zu auf unserer Homepage vorbei. Wir werden dort eine neue Rubrik mit dem digitalen Kursangebot online stellen.

## OUTDOORSPORT

Treffpunkte können sich ändern, bitte beim Übungsleiter erfragen!

### Treffpunkt: Sportplatz an der Aquarena

### Montag

18.30 - 19.30

#### Walking-Treff für alle

L: Beate Schintz (Tel.: 0160-93236391)

15

### Treffpunkt: Schule „An der Kopfbuche“

### Mittwoch

18.30 - 19.30

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

L: B.+N. Moritz (Tel.: 13861)

25

18.45 - 19.45

#### Walking-Treff für alle (im Winter Treffpunkt am Schwimmbad)

L: Beate Schintz (Tel.: 0160-93236391)

15

### Treffpunkt: Kunstrasen Büsdorf

### Mittwoch

20.00 - 22.00

#### Fussball

L: Stephan Scheer (Tel.: 476080)

**Generell gilt, bitte spricht mit dem ÜL ob die Gruppenstärke, das Wetter oder die Urlaubsplanung ein Sportangebot zulässt.**