

UNSERE GYMWELT- ANGEBOTE IM ÜBERBLICK

EGYM Wellpass

Stand: 11_2023



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	09:00 – 10:00 Gerätetraining im Fitnessraum (Frauen) LTV Fitnessraum	10:15 – 11:15 Pilates Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle			10:00 – 11:00 Jumping LTV Sportdiele
16:45– 18:00 Yoga ★ Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle	15:15 – 16:15 Yin Yoga ★ Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle				
17:30 – 18:30 Hot Iron Langhanteltraining LTV Sportdiele	16:30 – 18:00 Hata Yoga ★ Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		17:15-18:15 Functional Fitness LTV Sportdiele	17:15 – 18:15 Hot Iron Langhanteltraining LTV Sportdiele	
18:45 – 19:45 Jumping LTV Sportdiele	18:45 – 19:45 Jumping LTV Sportdiele		18:00 – 18:45 RückenFitness Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		Sonntag
18:45 – 19:45 Kinball Ernst-Rodiek-Halle	19:00 – 20:00 Fit von Kopf bis Fuß Frauen Kleine Halle	18:45 – 19:45 Hot Iron Langhanteltraining LTV Sportdiele	19:00 – 20:00 Gerätetraining im Fitnessraum LTV Fitnessraum	19:15 – 21:15 Männersport Kleine Halle	11:00 – 12:00 Hot Iron Langhanteltraining LTV Sportdiele
19:00 – 20:00 BodyFit Frauen Kleine Halle	20:00-21:00 Step Aerobic LTV Sportdiele	19:00 – 20:00 Pilates Spiegelraum	20:00-21:00 2TheLimit Spiegelraum Ernst-Rodiek-Halle		
20:00 – 20:45 Latin Dance LTV Sportdiele	20:15-21:15 Functional Fitness Kunstrasenplatz ERH (Winter: Kleine Halle)	20:00 – 21:00 Soft-Jumping LTV Sportdiele	20:00 – 21:00 Pilates LTV Sportdiele		

LemwerDer Turnverein
Stedinger Str. 51(Rathaus)
27809 Lemwerder
Steuer-Nr.: 57/220/01216

Telefon:
0421 / 83 579 68

Online:
www.lemwerder-tv.de

Mail:
LemwerDer.Turnverein
@nord-com.net

Öffnungszeiten:

Mo..09:00-11:00 Uhr

Do. 16:00-18:00 Uhr

In den Ferien ist die
Geschäftsstelle
geschlossen

★ Für die Teilnahme an
den Yoga-Kursen ist
eine Anmeldung über
die Geschäftsstelle
erforderlich!



SCAN ME