

TSV LOLA TSV LOLA TSV LOLA

Stand: 01.11.2023

Sie möchten sich als Erwachsener in Hohenlockstedt sportlich betätigen? Der TSV LO LA

als kompetenter Sportanbieter im Ort empfiehlt:

1. 55 Plus......

dienstags, 15.00 bis 16.00 Uhr in der Turnhalle bei Jutta Stegemann-Martens (Tel. 929)



2. Funktionsgymnastik I und II (Frauen):

I: montags 19.00 - 20.00 Uhr Robert
II: " 20.00 - 21.00 Uhr Robert

Wirbelsäulengymnastik:

montags 10.00 bis 11.00 Uhr (M. und F.)

auf Kursbasis bei Robert

dienstags 20.15 bis 21.15 Uhr (Männer)

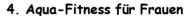
10 Übungseinheiten auf Kursbasis bei Robert



Alle 2 Kurse finden im FitnessCenter statt. Einstieg zu jeder Zeit möglich. Tel.: 0176 – 43 45 79 48

3. FitnessMix für Frauen

dienstags ab 19.00 Uhr in der Turnhalle bei Robert (0176 - 43 45 79 48)



dienstags ab 16.00 Uhr donnerstags ab 19.30 Uhr in der Grundschule/Schwimmbecken

bei Sabine Wieczorek (Tel.: 04826/376399) und

Sabine Rehkugler (Tel.: 5107)



5. Fahrradgruppe

Wo geht es hin? In die Umgebung von Hohenlockstedt Wann und wo geht es los? Sonntag um 10.00 Uhr:

Marktplatz Hohenlockstedt

Hinweis: Ab November wird nach Absprache gewandert Ansprechpartner ist: Gerd Dührkop (Tel.1574)



6 Fitness Center

Geöffnet an 6 Tagen in der Woche und zwar vormittags, nachmittags, abends Wo finden Sie es? Im Sporttreff TSV LOLA

Finnische Allee 6

Kontakt: 0160 - 29 89 903 oder 5492





7. Jedermanngruppe

Wo und wann? In der Sporthalle, Dienstag 19.00 bis 20.30 Uhr

Ansprechpartner: wechselnde Übungsleiter (Tel.: 0160 2989903)

8. Tischtennis

Wo und wann? In der Sporthalle Montag, 20.00 bis 22.00 Uhr Freitag, 19.00 bis 22.00 Uhr Ansprechpartner: Jörg Wrage

(Tel. 370840)



Wo und wann? In der Sporthalle Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr Ansprechpartner:

Benedikt Poweleit (Tel. 0176 - 34 43 97 27)



Wo und wann? In der Sporthalle Mittwoch, 18.00 bis 20.00 Uhr

Ansprechpartner: Werner Keuzmann (Tel. 2759)

11. Ballsportgruppe

Wo und wann? In der Sporthalle Donnerstag, 20.00 bis 21.30 Uhr Ansprechpartner:

Willi Lüthje (Tel.: 2437, Handball)

12. Volleyball

Wo und wann? In der Sporthalle Sonntag, 18.00 bis 20.00 Uhr Ansprechpartner:

Axel Kannenberg (Tel.: 04826/5198)

13. Faustball

Termin bitte erfragen: Ansprechpartnerin Petra Himmelhan (04826 850347)

14. Jederfrauen

Wo und wann? In der Sporthalle Mittwoch, 20.00 bis 21.00 Uhr

Ansprechpartnerinnen: Dana Krause (04826 8379)

Sandra Burych (Tel. 3758720)









