

Übersicht Angebot Breitensport



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Wirbelsäulensport 10:00 - 11:00 11:15 - 12:15 <i>Ernst-Rodiek-Halle</i>					
Rehatraining 16:00 - 17:00 <i>Milchbar</i>						Wandern 1. + 3. Sonntag im Monat ab 11:00 Uhr <i>Bekanntgabe des Treffpunktes ca. 5 Tage vor Termin</i>
	Hockergymnastik 17:00 - 18:00 <i>Milchbar</i>					
Wassergymnastik 18:00 - 18:45 19:00 - 19:45 <i>Schwimmhalle</i>	Functional Fitness 18:00 - 18:45 <i>Kleine Halle</i>	Rückengymnastik 18:00 - 19:00 <i>Kleine Halle</i>				
Tabata 18:30 - 19:30 <i>Milchbar</i>	Pilates 18:30 - 19:30 <i>Milchbar</i>	Step Aerobic 19:00 - 19:45 Uhr <i>Kleine Halle</i>	Body Weight 19:00 - 20:00 <i>Kleine Halle</i>	Wassergymnastik 19:00 - 19:45 <i>Schwimmhalle</i>		
Line Dance 19:30 - 21:00 <i>Milchbar</i>	Aqua Fit 19:30 - 20:15 <i>Schwimmhalle</i>	Hula Hoop 19:45 - 20:30 <i>Kleine Halle</i>	Aqua Fit für Schwangere 20:00 - 21:00 <i>Schwimmhalle</i>			
Aqua Fit XXL 20:00 - 21:00 <i>Schwimmhalle</i>	Paartanz 20:00 - 21:30 <i>Spiegelsaal</i>	Discofox 20:00 - 21:00 <i>Milchbar</i>	Discofox Club 20:30 - 21:30 <i>Milchbar</i>			

Stand: 15.09.2023

Kontakt, Informationen & Anmeldung:
www.svlemwerder.de
sv.lemwerder@swbmail.de
 Telefon: 0421/67 84 27

Geschäftsstelle:
 Stedinger Straße 25, 27809 Lemwerder

Öffnungszeiten:
 Montag 19:00 - 20:00 Uhr (Fußball)

Dienstag 09:00 - 11:00 Uhr

Freitag 16:00 - 18:00 Uhr

Fitness
Gesundheitssport
Tanzen
Wassersport