

Übersicht Angebot Breitensport



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	Wirbelsäulensport 10:00 - 11:00 Ernst-Rodiek-Halle	Rehatraining 10:00 - 11:00 Milchbar				Wandern 1. + 3. Sonntag im Monat ab 11:00 Uhr Bekanntgabe des Treffpunktes ca. 5 Tage vor Termin
	Wassergymnastik 14:00 - 15:00 Uhr Schwimmhalle					
Wassergymnastik 18:00 - 18:45 Uhr Schwimmhalle	Functional Fitness 18:00 - 19:00 Kleine Halle	Rückengymnastik 18:00 - 19:00 Kleine Halle	TRX 18:30-19:15 Uhr Kleine Halle			
Tabata 18:30 - 19:30 Uhr Milchbar	Pilates 18:30 - 19:30 Milchbar	Step Aerobic 19:00 - 20:00 Kleine Halle	Body Weight 19:15 - 20:00 Kleine Halle	Discofox Club 19:00-22:00 Milchbar	Wassergymnastik 19:00 - 19:45 Schwimmhalle	
Aqua Fit für Senioren 19:00 - 19:45 Uhr Schwimmhalle	Line Dance 19:30 - 20:15 Schwimmhalle					
Aqua Fit 20:00 - 21:00 Uhr Schwimmhalle	Paartanz 20:00 - 21:30 Spiegelsaal					

Stand: 01.06.2025

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