

Turnverein 1994 Langenlonsheim



Sportangebote

Kinder und Jugendliche

Eltern-Kind-Turnen, (1½-4 J.)

freitags: 15.00-16.00 Uhr und 16.00-17.00 Uhr,
Schulsporthalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Ina Fritz (06704/962697)

Kinderturnen

freitags: 15.00-16.00 Uhr (4-6 J.) u. 16.00-17.00 Uhr (ab 7 J.)
Schulsporthalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Sonja Pulcher (0671/44389)

Power and Fun for Girls (13-17-Jahre)

dienstags: 18.00-19.00 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Sonja Pulcher (0671/44389)

Leichtathletik

donnerstags: 16.00-17.00 Uhr (7-9J.) u. 17.00-18.30 Uhr (ab 10J.)
Treffpunkt: Realschule Plus Langenlonsheim
Ansprechpartner: Barbara und Sandra Reißner (06704/1891)

Kampfsport für Kids (ab 8 Jahre)

dienstags: 16.45-17.45 Uhr, Gemeindehalle Langenlonsheim
freitags: 17.00-18.00 Uhr, Schulsporthalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Dirk Pekrul (06721-10117)

Gesundheitssport/Ältere

Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Ganzkörperkräftigungsprogramm für Erwachsene
dienstags: 9.00-10.00 Uhr (auch als Kurs buchbar), TV-Halle Langenlonsheim
donnerstags: 17.30-18.30 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Barbara Reißner (06704/1891)

Fit durch Tanz

mittwochs: 16.00-17.00 Uhr (nur Frauen)
Gemeindehalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Marion Koch (06704/2712)

Trittsicher durchs Leben

mittwochs: 17.15-18.15 Uhr „“ (Frauen und Männer)
Gemeindehalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Marion Koch (06704/2712)

Nordic-Walking-Gesundheit gestalten mit einem Programm zur allgemeinen Ausdauerförderung

montags: 18.30-20.00 Uhr (Apr.-Sept., nur Mitglieder mit Grundkenntnissen)
donnerstags: 9.00-10.00 Uhr (ganzjährig, Fortgeschrittene, auch als Kurs buchbar) u.
19.00-20.00 Uhr (Apr.-Sept., Anfänger und Fortgeschrittene, auch als Kurs buchbar)

Parkplatz am Forsthaus Langenlonsheim
Ansprechpartner: Siegbert und Barbara Reißner (06704/1891)

Aktive

Modernes Ganzkörpertraining (Frauen und Männer)
montags: 20.00-21.00 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Ina Fritz (06704/962697)

Bauch-Beine-Po (Frauen und Männer)
dienstags: 20.00-21.00 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Sonja Pulcher (0671/44389)

Freizeitsportler (Männer)
freitags: 19.00 -20.00 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Marion Pöhlmann-Münch (06704/511004)

Frauengymnastik
mittwochs: 19.00-20.00 Uhr, TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Waltraud Varnholt (06704/2383)

Kickboxen
dienstags: 19.00-20.30 Uhr, Gemeindehalle Langenlonsheim
donnerstags: 20.00-21.30 Uhr, Sporthalle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Dirk Pekrul (06721-10117)

KAHA (auch als Kurs buchbar)
montags: 19.00-20.00 Uhr
Realschule Plus Langenlonsheim, Pavillon
Ansprechpartner: Marion Koch (06704/2712)

FASZIO
donnerstags: 18.45-19.45 Uhr, Okt.-März,
TV-Halle Langenlonsheim
Ansprechpartner: Barbara Reißner (06704/1891)



Stand März 2018

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an die jeweiligen Übungsleiter oder an unsere Sammel-Mailadresse info@tv-lalo.de

Im Internet unter tv-lalo.de finden Sie weitere Informationen.

Sie sind herzlich eingeladen, unsere Angebote zu testen.

