



Willkommen  
im  
Sportverein



DJK **EINTRACHT**  
LÜDENSCHIED 1920 e.V.

# »WIR« sind Breitensport

Alle Vereine mit  
den aktuellen Daten  
auch im Internet:

[www.tvfriesen-luedenscheid.de](http://www.tvfriesen-luedenscheid.de)  
[www.tusjahn-luedenscheid.de](http://www.tusjahn-luedenscheid.de)  
[www.djk-eintracht-luedenscheid.de](http://www.djk-eintracht-luedenscheid.de)

[www.tsg-wehberg.de](http://www.tsg-wehberg.de)  
[www.tus-gruenewald.de](http://www.tus-gruenewald.de)  
Stand: September 2019

## Kooperationsvertrag in Kürze

Die fünf Vereine bieten ihren Mitgliedern die Möglichkeit, das gesamte Sportangebot des Partnervereins (ohne zusätzliche Beitragsverpflichtung) wahrzunehmen.

Die Mitgliedschaft im Stammverein muß durch eine Bescheinigung nachgewiesen werden.

Evtl. Sonderbeiträge/Zuschläge für Kurse oder Sportangebote sind möglich!  
Weitere Auskünfte erteilen die Übungsleiter/innen und die Vorstände.



Zusammen sind wir über 2400 Mitglieder



Wir bieten Breitensport für Jedermann von A bis Z:

Abenteuer-Sport, Aerobic, Aqua-Gymnastik, Badminton, Ballspiele, Beckenboden-Gymnastik, BOP+WIP, Bodyforming, Entspannung, Eltern-Kind-Turnen, Er+Sie, Fitness, Frauensport, Fußball, Gesundheitssport, Gymnastik, Kegeln, Kinderturnen, Kunstturnen für Jungen, Kunstturnen für Mädchen, Leistungsturnen für Jungen, Leistungsturnen für Mädchen, Leichtathletik für alle Altersgruppen, Nordic Walking, Pilates, Power-Fitness, Rollator-Training, Rhönrad-Turnen, Rücken-Power, Step-Aerobic, Tanz, Tai-Chi / Quigong, Volleyball, Walking, Wandern, Yoga, Zumba ...



Bitte beachten:

**Alle Zeiten sind Stand vom August 2019!**



Es kann jederzeit eine Änderung bei den Übungszeiten, bei den Übungsleitern, den Sporthallen und Sportangeboten geben.

Schauen Sie deshalb in die jeweiligen Homepages der Vereine nach.

### **Leichtathletikgemeinschaft Lüdenscheid (LG Lüdenscheid):**

Die LG Lüdenscheid besteht aus den Trägervereinen  
TV Friesen, TSG Wehberg und TuS Grünewald.

Für alle Altersklassen, Schülerinnen, Schüler, Jugendlichen sowie Männern und Frauen wird Leichtathletik unter erfahrenen Übungsleitern trainiert.

Auskünfte unter: [www.lg-luedenscheid.de](http://www.lg-luedenscheid.de)

# Unser sportliches Angebot für Sie



## Turnhalle Wermecker Grund

### **Montag**

17:30 - 18:45	Er+Sie	Gesundheitssport	Günther Klaus
18:45 - 19:45	Body-Fit	Fitness für junge Frauen	Nora Nagler
19:45 - 21:30	Leistungsturnen	Jugendturnerinnen+Frauen	Gerhard Garske

### **Dienstag**

11:00 - 12:00	BOP+WIP	Gesundheitssport, Frauen	Kathrin Krämer
16:30 - 18:30	Leistungsturnen	Mädchen+Nachwuchs	Simone Halbe
18:00 - 20:00	Leistungsturnen	Jugendturnerinnen+Frauen	Gerhard Garske
20:00 - 21:30	Turnerinnen I	Gymnastik, Gerätturnen	Jutta Joswig

### **Mittwoch**

16:00 - 17:15	Sport für Ältere	Singles+Ehepaare	Ingrid Eikelmann
17:30 - 19:30	Sport für Teens	Breitensport, Mädchen ab 12 Jahre	Kathrin Krämer
19:15 - 20:45	YOGA für ALLE	Alle Altersgruppen - m/w	Claudia Linnepe

### **Donnerstag**

15:30 - 16:30	Mädchen+Jungenturnen	3-7 Jahre	Johanna Korrek
16:30 - 18:00	Mädchenturnen	8-12 Jahre	Johanna Korrek
18:00 - 20:00	Leistungsturnen	Jugendturnerinnen+Frauen	Gerhard Garske

### **Freitag**

15:45 - 16:45	Eltern und Kind	Spiel+Spaß	Kathrin Krämer
17:00 - 18:30	Gerätturnen	Mädchen 6-12 Jahre	Simone Halbe
20:00 - 21:30	Sport für Männer ↓ (zusammen mit TV Friesen in der TH Pestalozzi-Schule am Staberg)	Gymnastik, Fitness+Spiele	Helge Götz

## Turnhalle Adolf-Reichwein-Schule, Tel. 17 13 17 oder 5 45 02

### **Montag**

17:00 - 20:00	Rhönrad	Jungen, Mädchen+Erwachsene	Annette Fichtner+ Melanie Bayer
---------------	---------	----------------------------	------------------------------------

### **Mittwoch**

17:00 - 19:45	Rhönrad	Jungen+Mädchen	Annette Fichtner+ Melanie Bayer
---------------	---------	----------------	------------------------------------

## Leichtathletik: Turnhalle Olpendahl / Nattenberg / Bergstadt-Gymnasium

### **Mittwoch**

17:00 - 20:00	Leichtathletik (Schüler und Jugendliche) LG-Trainer (Bergstadt-Gymnasium)
---------------	---

## Turnhalle Grundschule Lösenbach

### **Montag**

16:00 - 17:15	Ballspiele, Jungen 6 – 9 Jahre, Andreas Nies
17:15 - 18:30	Ballspiele, Jungen 10 – 14 Jahre mit Bodo Brennecke

Dies ist eine gemeinschaftliche Gruppe der Kooperations-Vereine - Vorher Anfragen!

**Der TuS Grünwald ist Trägerverein der LG (Leichtathletikgemeinschaft) Lüdenscheid.**

Angebote, Trainingszeiten und weitere Infos: [www.lg-luedenscheid.de](http://www.lg-luedenscheid.de)

**Auskünfte: Oberturnwartin Annette Fichtner, Tel+Fax 02351 / 5 03 90, [annette-fichtner@web.de](mailto:annette-fichtner@web.de)**

**1. Vors. Jochen Feldhaus, [jochen.feldhaus@cityweb.de](mailto:jochen.feldhaus@cityweb.de) (oder direkt in den Ü-Stunden)**

--- [www.tus-gruenewald.de](http://www.tus-gruenewald.de) ---

# Unser sportliches Angebot für Sie



## Sporthalle Wehberg

### **Montag**

16:00 - 17:00	Kinder Gruppe I	Zappelphilippe + Angsthasen	Heike Schulze
17:00 - 18:00	Kinder Gruppe II	Zappelphilippe + Angsthasen	Heike Schulze
18:00 - 19:15	Tai-Chi	für Jedermann	Toni Monti Nia
20:00 - 21:30	Men Power	für Männer aller Altersstufen	Heiko Kleberg

### **Dienstag**

15:30 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen		Jutta Samp
17:00 - 18:00	Aerobic	(mit Kinderbetreuung)	Jutta Samp
18:30 - 19:30	Bodyforming		Bettina Heising
19:30 - 21:30	Ballspiele für Alle	Erwachsene	Heike Kapp

### **Mittwoch**

15:30 - 16:30	Vorschulkinder	4–6 Jahre, Jungen+Mädchen	Kirsten Scholz
16:30 - 17:45	Kinderturnen	7–9 Jahre, Jungen+Mädchen	Viktor Schmelzer
17:45 - 18:45	Jugendturnen	ab 10 Jahre, Jungen+Mädchen	Viktor Schmelzer
18:45 - 19:45	Rückenpower	bitte Voranmeldung, z.Zt. ausgebucht	Sandra Haarmann

### **Donnerstag**

16:00 - 16:45	Fußball für Kids	4–6 Jahre, Jungen+Mädchen	Thomas Denker
16:45 - 17:45	Fußball für Teens	6–9 Jahre, Jungen+Mädchen	Thomas Denker
18:00 - 19:00	Step Fatburner	für alle Altersstufen	Janine Anders
19:00 - 20:00	Pilates-Kurs		Bettina Heising

### **Freitag**

15:30 - 17:00	Fußball für Teens	9–12 Jahre, Jungen+Mädchen	Philipp Hildebrandt
17:00 - 18:30	Fußball für Teens	13–17 Jahre, Jungen+Mädchen	Philipp Hildebrandt

## Turnhalle Erwin-Welke-Grundschule, Vogelberg

<b>Mittwoch</b>	17:00 - 18:30	Abenteuersport, Ju+Mä, 7–9 Jahre	Heike Schulze
	18:30 - 20:00	Badminton, Erwachsene (Hobbygruppe)	Gabriel Sousa-Neves

## Turnhalle Richard-Schirrmann-Realschule

<b>Mittwoch</b>	19:30 - 21:45	Badminton, Erw. (Mannsch.+Fortgeschr.)	Marcus Mikus
-----------------	---------------	--	--------------

## Turnhalle Grundschule Lösenbach

<b>Montag</b>	16:00 - 17:15	Ballspiele, Jungen 6–9 Jahre mit Andreas Nies	
	17:15 - 18:30	Ballspiele, Jungen 10–14 Jahre mit Bodo Brennecke	
		Dies ist eine gemeinschaftliche Gruppe der Kooperations-Vereine - Vorher anfragen!	

**Weitere Infos** zu allen Sportfragen erteilt Heike Schulze, Telefon 02351-634008

**Leichtathletik** Wir sind Trägerverein der LG Lüdenscheid.  
Angebote, Trainingszeiten und weitere Infos auf Seite 8: [www.lg-luedenscheid.de](http://www.lg-luedenscheid.de)

**Wandern** jeden Mittwoch, in der Regel 12:50 Uhr ab Haltestelle Olpendahl.  
Auskunft erteilt: Gerhard Weiland, Tel: 02351-50011

--- [www.tsg-wehberg.de](http://www.tsg-wehberg.de) ---

# Unser sportliches Angebot für Sie



## Turnhalle Pestalozzi-Grundschule, Staberger Straße

### **Montag**

16:00 - 17:30	Fit ab 40 - Körper in Balance, w/m	Sigrid + Helge Götz
17:45 - 18:45	Zumba (Kurs, w/m)	Anja Kaiser
19:00 - 20:00	Power-Fitness, w/m	Silke Bäcker
20:00 - 21:30	Volleyball, w/m	Ronny Büttner

### **Dienstag**

16:00 - 17:30	Senioren-sport, w/m	Elke Kulinna
17:30 - 19:30	Leistungsturnen w/m	René Emde
19:30 - 20:45	Pilates w/m	Andrea Westerwelle

### **Mittwoch**

15:45 - 16:45	Eltern-Kind-Turnen, 2-4 Jahre	Nadine Kühnel
16:45 - 18:15	Turnen, Breitensport, w/m, 6-14 Jahre	Nadine Kühnel
17:45 - 19:30	Leistungsturnen, w/m	René Emde + Nadine Kühnel
19:30 - 21:15	Step-Aerobic, w/m	Andrea Westerwelle

### **Donnerstag**

10:00 - 11:00	Walking + Nordic-Walking, w/m Treffpunkt P Fuelbecker Talsperre	Hilmar Wendlandt
15:45 - 16:45	D.a.n.c.e 1, Kinder 8-12 Jahre	Angelika Steinackerl
16:45 - 17:30	D.a.n.c.e 2, Kinder 5-8 Jahre	Angelika Steinackerl
17:30 - 19:30	Parcour, Jugendliche ab 12 Jahre	Norman Godanski
19:30 - 21:00	Volleyball, Frauen	Christiane Dohle

### **Freitag**

15:30 - 16:30	Kleinkindturnen 1, Kinder 3-6 J., w/m	Christiane Dohle
16:30 - 17:30	Kleinkindturnen 2, Kinder 3-6 J., w/m	Christiane Dohle
17:30 - 19:00	Leistungsturnen, w/m	René Emde + Kerstin Kockskämper
19:00 - 20:00	Arbeit am Step mit Handgeräten, w/m	Erika Götte
20:00 - 21:30	Breitensport, Männer	Helge Götz

## Gymnastikraum im AOK-Gebäude, Knapper Straße

<b>Montag</b>	09:00-10:00	Fit in die Woche, Kursangebot, w/m	Erika Götte
---------------	-------------	------------------------------------	-------------

## Bolzplatz Höh, hinter dem alten Sportplatz Höh

<b>Montag</b>	17:00-19:00	Einradtraining für Kinder ab 6 Jahre, w/m	Laura Biking
---------------	-------------	---	--------------

## Turnhalle Tinsberger Schule, Obertinsberger Straße

<b>Mittwoch</b>	19:00-20:30	Aerobic mit Erika, w/m	Erika Götte
-----------------	-------------	------------------------	-------------

## Turnhalle Adolf-Kolping-Grundschule, Danziger Weg

<b>Freitag</b>	16:30-17:30	Karate für Kinder, m/w, 6-14 Jahre	Artur Kaiser
----------------	-------------	------------------------------------	--------------

## Kursangebot „Aqua-Gym“

Im Schwimmbad der Sportklinik Hellersen, Haus 2. bieten wir unter Leitung von Renate Friedrichs ein präventives Angebot für Erwachsene im Wasser an. - Weitere Kurse (Freitags) und Freitermine auf Anfrage

<b>Donnerstag</b>	17:00-18:00	Aqua-Gymnastik nur Frauen, Kurs 1	Renate Friedrichs
	18:00-19:00	Aqua-Gymnastik nur Frauen, Kurs 2	Renate Friedrichs

## Leichtathletik Wir sind Trägerverein der LG Lüdenscheid.

Angebote, Trainingszeiten und weitere Infos auf Seite 8: [www.lg-luedenscheid.de](http://www.lg-luedenscheid.de)

„Pluspunkt Gesundheit.DTB“ und „Sport pro Gesundheit.LSB“ - Wir haben das Gütesiegel des Deutschen Turner-Bundes für gesundheitsorientierte Vereinsangebote und des LandesSportBundes NRW.

**Infos: E. Kulinna (Geschäftsf.) 60367 - R. Emde (sportl.) 01776556699 - H. Behnke (M-Verw.) 358942**

[www.tvfriesen-luedenscheid.de](http://www.tvfriesen-luedenscheid.de)

# Unser sportliches Angebot für Sie



## Turnhalle Grundschule Lösenbach

### **Montag**

16:00 - 17:15	Ballspiele, Jungen 6–9 Jahre	Andreas Nies
17:15 - 18:30	Ballspiele, Jungen 10–14 Jahre	Bodo Brennecke
	Dies ist eine gemeinschaftliche Gruppe der Kooperations-Vereine - Vorher anfragen!	
18:30 - 20:00	Tai-Chi/Quigong, sanftes Training, w/m	Ursula Kalle
20:00 - 21:30	Aktiv & Fit, Fitness mit Musik, w/m	Nicole Ohlbrock

### **Dienstag**

10:00 - 11:30	Nordic-Walking, w/m	Friedrich Dobler (Treffpunkt Parkplatz)
16:00 - 17:30	Eltern-Kind-Turnen, Kinder bis 8 Jahre	Elke Reusch
17:30 - 18:30	Kinder 4–6 Jahre	Elke Reusch

### **Mittwoch**

17:00 - 18:00	Gymnastik, Frauen	Karin Kleberg
18:00 - 19:00	Fitness-Gymnastik, Frauen	Friedrich Dobler

### **Donnerstag**

10:00 - 11:00	Nordic-Walking, w/m	Elvira Müller (Treffpunkt Parkplatz)
14:00 - 15:00	Aquagym im Schwimmbad	Karin Kleberg
	Das Schwimmbad ist z Zt. geschlossen, vorher anfragen!	
16:30 - 18:00	Yoga	Claudia Linnepe

## Turnhalle Friedensschule

### **Dienstag**

18:00 - 19:00	Wirbelsäulengymnastik	Friedrich Dobler
19:00 - 20:00	Bauch-Beine-Po	Friedrich Dobler

### **Mittwoch**

20:00 - 21:30	Haltungs-+Fitnessgymnastik, Er+Sie	Friedrich Dobler
---------------	------------------------------------	------------------

### **Freitag**

15:30 - 17:00	Turnen, Kinder 3–8 Jahre	Nicole Ohlbrock
19:00 - 21:00	Hallenfußball Ü30	Bodo Brennecke

## Turnhalle Erwin-Welke-Schule

<b>Dienstag</b>	18:30 - 19:45	Tai-Chi/Quigong	Ursula Kalle (Kurs, 6x)
	19:45 - 21:45	Badminton	Heinz Schipper
<b>Freitag</b>	15:45 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen	Meike Werner

## Gymnastikhalle Gewerbliche Schulen Raitelplatz

<b>Donnerstag</b>	17:30 - 19:00	Tai-Chi/Quigong	Ursula Kalle
-------------------	---------------	-----------------	--------------

**Wandern für Jedermann!** Wanderpläne liegen in den Hallen aus, zusätzlich gibt es Presseinfos.

Ein Rucksack sollte mitgeführt werden. Anfahrten zu den Treffs mit Bus oder PKW.

Infos: Kurt Sebald, Tel.: 02331/586658

**Donnerstags** geführte leichte Wanderungen bis maximal 7 km mit anschließender Einkehr.

**Samstags** anspruchsvolle Wanderungen bis maximal 18 km mit verschiedenen Wanderführern.

**Sportkegeln als Wettkampf:** Zweimal in der Woche kann im Restaurant „Athen“, Handweiserstr. 5, trainiert werden; dienstags von 17.30-19.00 Uhr und samstags von 13.00-14.00 Uhr. Ansprechpartner ist Detlef Haider, Tel.: 0176/56907396

## Montag

09:30 - 11:00	GRÜ	<b>Präventionssport</b> - Moderne Fitness-Gymnastik - m/w	Gertrud Vor
16:15 - 18:15	RIC	<b>New-Gymta-Kids 1</b> - Wettkampf-Gymnastik+Tanz, 12-19 J	Tina Wiek
17:00 - 18:00	RIC	<b>New-Gymta-Kids 2</b> - Gymnastik+Tanz, Wettkampf, 12-15 J	Regina Reimer
17:00 - 18:00	BUC	<b>Neuzeit-Kids</b> - Gymnastik, Wettkampf, 6-12 J	Lara Wengenroth
17:30 - 19:00	KNA	<b>Power-Fitness</b> - w/m ab 16 J	Elza Halili
18:00 - 19:00	RIC	<b>Tanzen</b> - Breitensport ab 6 J	Tina Wiek
18:15 - 19:45	RIC	<b>„Neuzeit“ Wettkampf-Dance</b> - 14 J und älter	Manou Wiek + Lena Weinbrecher
19:30 - 21:30	KNA	<b>Gymnastik - Tanz-Wettkampf</b> - 40+	Martina Thran
20:00 - 21:30	ZEP	<b>Badminton</b> - Jugend+Erwachsene, Hobbyturnier, m/w	Michael Wiek

## Dienstag

09:30 - 11:00	GRÜ	<b>Gesundheitssport</b> - Body-Workout für Frauen+Männer	Kathrin Krämer
16:00 - 17:00	KNA	<b>Kinderturnen</b> - gemischte Gruppe, 5-8 J	U. Ahlhorn-Schulte + Lena Weinbrecher
17:00 - 18:15	KNA	<b>Eltern-Kind-Turnen</b> - ab 2 bis 6 J	Elza Halili
18:00 - 20:00	RIC	<b>P-Stufen Einzel-Gymnastik - Kür</b> , ab 12 J	Lara Wengenroth
17:00 - 18:15	KNA	<b>Gesundheitssport</b> - Wirbelsäulen-Gymnastik, Frauen+Männer	Ulrike Wieland

## Mittwoch

09:45 - 11:15	GRÜ	<b>Gesundheitssport</b> - Gelenksport für Frauen+Männer	Karin zur Nieden
17:30 - 18:30	KNA	<b>Kraft- + Ausdauertraining</b> - Kurs 1, für Frauen+Männer	Jana Brinkmann
18:30 - 19:30	KNA	<b>Kraft- + Ausdauertraining</b> - Kurs 2, für Frauen+Männer	Jana Brinkmann
19:45 - 21:45	GES	<b>Ausgleichssport</b> - zum Abschalten vom Alltag für Männer	N. Rüster/J. Schnettler
20:00 - 21:30	TIN	<b>Ballett für Frauen</b>	Tatjana Krutic

## Donnerstag

16:00 - 17:00	KNA	<b>Eltern-Kind-Turnen</b> - ab 2 bis 6 J	Elza Halili/K. Alilovic
17:00 - 18:30	KNA	<b>Gesundheitssport 60+</b> Fit ins Alter für Frauen+Männer	Eva Gobrecht
18:00 - 19:30	RIC	<b>P-Stufen Gymnastik - Tanz-Wettkampf Neuzeit</b> , ab 12 J	L. Wengenroth/M. Wiek
18:30 - 20:00	KNA	<b>Ganzkörper-Fit für Frauen</b>	Ulla Brinkmann
20:00 - 21:45	KNA	<b>Basketball</b> für Männer	Carsten Opendacker

## Freitag

11:55 - 12:40	HEL	<b>Aqua-Gym Kurs 1</b> Allroundtraining im Wasser für Frauen	Renate Friedrichs
12:45 - 13:30	HEL	<b>Aqua-Gym Kurs 2</b> Allroundtraining im Wasser Erw. w/m	Renate Friedrichs
15:00 - 15:45	TIN	<b>Ballett für Kinder</b> ab 4 J	Tatjana Krutic
16:00 - 17:00	TIN	<b>Ballett für Kinder</b> ab 6 J	Tatjana Krutic
16:00 - 19:00	RIC	<b>New-Gymta-Kids 1</b> - Wettkampf-Gymnastik+Tanz Dance, P-Stufen, Kür-Gruppe ab 12-19 J	T. Wiek/Y. Benedikt
16:30 - 18:30	RIC	<b>New-Gymta-Kids 2</b> - Wettkampf-Gymnastik+Tanz, Jug. 12-15 J	R. Reimer/A. Weber

### Hallenbezeichnungen:

KNA	Sporthalle KNApper Grundschule
RIC	Sporthalle RIChard-Schirrmann-Realschule *
ric	Sporthalle richard-Schirrmann-Realschule kl. Halle
GRÜ	Sporthalle am GRÜnewald
TIN	Sporthalle TINsberger-Schule
GES	Sporthalle GESchwister-Scholl-Gymnasium
ZEP	Sporthalle ZEPpelin-Gymnasium
HEL	Sportklinik HELIersens Haus 2 Bewegungsbad
BUC	Sporthalle BUCkesfeld kl. Halle

### Weitere Infos

zu allen Sportfragen erteilt Eva Gobrecht  
Telefon 02351-29536 oder  
vorstand@djk-eintracht-luedenscheid.de  
Sportwart(in) Ulla Brinkmann, 02351/83495 oder  
sport@djk-eintracht-luedenscheid.de

-- [www.djk-eintracht-luedenscheid.de](http://www.djk-eintracht-luedenscheid.de) --

## Unser sportliches Angebot für Sie



*Wir sind ein Verein der Schüler, Studenten und Berufstätige verbindet.  
Sportliche Leistung und Freude an Bewegung gehen hier Hand in Hand.*

*Der Mehrkampf besteht an jedem Trainingstag disziplinübergreifend aus Sprint, Technik oder Mittelstrecke*

### **Sportstätte Nattenberg-Stadion**

<b>Montag</b>	18:00 - 19:30	Mehrkampf	Männer, Frauen, U18, U20 und älter
<b>Dienstag</b>	18:00 - 19:30	Mehrkampf	Männer, Frauen, U18, U20 und älter
<b>Donnerstag</b>	18:00 - 19:30	Mehrkampf	Männer, Frauen, U18, U20 und älter
<b>Freitag</b>	17:30 - 19:00	Mehrkampf	Männer, Frauen, U18, U20 und älter

***Ganzjährig im Stadion unter Johannes Riedel***

<b>Mittwoch</b>	18:00 - 19:30	Mehrkampf	Schüler/innen U16, MW 14-15
<b>Freitag</b>	17:30 - 19:00	Mehrkampf	Schüler/innen U14, MW 12-13

***Ganzjährig im Stadion unter Udo Bechtel***

***Im Winter in der Turnhalle der Theodor-Heuss-Realschule, Gustavstraße 37***

<b>Mittwoch</b>	16:30 - 18:00	Mehrkampf	Schüler/innen U12, MW 10-11
<b>Mittwoch</b>	16:30 - 18:00	Mehrkampf	Schüler/innen U10, MW 8-9

***Ganzjährig im Stadion unter Elza Halili /Undine Ahlhorn-Schulte***

***Im Winter montags von 17:30-18:45 in der Zeppelin-Turnhalle am Staberg***

*„Die Förderung der LG Lüdenscheid hat mich sportlich einen großen Schritt nach vorne gebracht. Durch den Leistungssport wurde ich jedoch auch bezüglich aller Lebensaufgaben disziplinierter und zielstrebig.“*

*Danke dafür!*

*Florian Kalb, ehemaliger Aktivensprecher“*

*„Das Training macht Spaß, ist individuell und vielseitig.“*

*Im Großen und Ganzen ist die Trainingsgruppe wie eine große Familie.“*

*Tim Dahlhaus*

*„In der Leichtathletik ist für jeden etwas dabei! Ob Ausdauer-, Kraft- oder Techniktraining, das schöne Nattenbergstadion in Lüdenscheid ermöglicht abwechslungsreiche Trainingseinheiten.“*

*Christina Winter*

**Weitere Infos** - (siehe auch Seite 2) - zu allen Sportfragen erteilt:

Jörn Knobel, 1. Vorsitzender, Telefon 02351-29495 oder [j.knobel@lg-luedenscheid.de](mailto:j.knobel@lg-luedenscheid.de)

**--- [www.lg-luedenscheid.de](http://www.lg-luedenscheid.de) ---**