

125 Jahre



Programm

unserer

Jubiläumssportwoche

zum Mitmachen und Ausprobieren

*wir laden alle Sportbegeisterten oder Interessierten
herzlich ein, in unseren Mitmachstunden vorbei zu schauen
und reinzuschnuppern oder euch zu informieren*

Sonntag, 27.08.2023

Wandern (Quizwanderung) anschließend Grillen

Treffen: 15 Uhr Turnhalle Lunestedt

Fußball (auf der Sportanlage am Reithornsweg)

- 12:00 Uhr FC Lune Heimspiel Damen
- 14:00 Uhr FC Lune Heimspiel 1. Herren

Montag, 28.08.2023

Tanzen

- Kreativer Kindertanz 4 - 10 Jahre
15:00 - 15:45 Uhr
- Teens Dance 11 - 14 Jahre
16:00 - 16:45 Uhr
- Modern/ Jazz Dance/ Acrostyle ab 15 Jahren
17:00 - 17:45 Uhr
- Jazz/ Modern/ Contemporary Dance für
junge Erwachsene ab 17 Jahren
18:00 - 18:45 Uhr

Karate 18:00 - 19:30 Uhr

Dienstag, 29.08.2023

Kinder-/ Jugendfußball (Sportplatz an der Turnhalle)

- Trainingseinheit der U8 (Jahrgang 2016):
„Spiel, Spaß und Tore“ 16:00 - 17:00 Uhr

Gesundheitssporttag 16:00 - 19:00 Uhr

- Infostand, Vortrag von Dr. Rega
- Vorführungen: Ernährungsberatung, Handhabung Defibrillator, Lebensrettende Sofortmaßnahmen
- Ausschnitte aus den Übungsstunden: Herz, Lunge, Tumor, Orthopädie und Kinder-Reha

Mittwoch, 30.08.2023

Tischtennis

- Minimeisterschaften 16:00 - 19:00 Uhr
- TT Schnupperkurs Erwachsene 19:00 - 22:00 Uhr

Abnahme des Deutschen Sportabzeichens

ab 19:00 Uhr

Donnerstag, 31.08.2023

Tag der „Fitness“ verschiedener Altersgruppen

- Kinderturnen ab 4 Jahren Mini Sportabzeichen für Kinder von 3 - 6 Jahren“
14:30 - 15:15 Uhr
- Kinderturnen beider Gruppen ab 6 und ab 8 Jahre: „Fit wie ein Turnschuh“
15:30 - 16:45 Uhr

Ausschnitte aus den Erwachsenen-Übungsstunden,
Stationstraining in verschiedenen Varianten:

- Männergruppen: Seniorensport, Herrenfitness,
Herren-Gymnastik
17:00 - 17:45 Uhr
- Fit im Alter, Frauen-Fitness, Fitness-Total
18:00 - 18:45 Uhr

Step-Aerobic 19:00 - 19:45 Uhr

Tanzen Jazz & Showdance 25 - 99 Jahre
20:00 - 20:45 Uhr

Freitag, 01.09.2023

Eltern-Kind-Turnen Gerätelandschaft mit Spiel
und Spaß 15:00 - 16:30 Uhr

Karate 18:00 - 19:30 Uhr

Spiel ohne Grenzen

Anmeldung unter: info@tsv-lunestedt.de
mit Angabe Teilnehmende (5 Personen je Team)
und Teamname

Start: 16:00 Uhr