



Turnverein Laboe von 1900 e.V.

Neuigkeiten für Laboe aktuell September 23

Termine

- 09.09.23 Sommerfest im Kurpark
- 20.09.23 Übungsleitersitzung
- 25.11.23 Küken-Meisterschaften in der Jenner-Arp-Sporthalle Laboe
- 09.12.23 Schauturnen/ Weihnachtsfeier in der Jenner-Arp-Sporthalle Laboe

Sportangebote

Tanzkrümel für Kinder & Eltern von 1 ½ bis 3 Jahre – Start 29.08.23 Dienstags von 15.00 bis 15.30 Uhr auf dem Sportplatz

Die Tanzkrümel haben noch Platz für Mädchen und Jungen von 1 ½ bis 3 Jahren mit ihren Eltern. Geschwister dürfen gerne mitkommen.

Im Kurs tanzen wir zu Kinderliedern und nutzen dabei das natürliche Interesse der Kleinen sich zur Musik zu bewegen. Wir treffen uns immer dienstags um 15 Uhr auf dem Sportplatz Laboe.

Weitere Informationen und Anmeldung bei Ute Winkler unter 0178/ 455 02 57.

Sportplatz-Eltern-Kind-Gruppe von 2 bis 5 Jahre – Start 07.09.23 Donnerstags von 15.30 bis 16.30 auf dem Sportplatz

Wir wollen gemeinsam mit Kindern und Eltern auf dem Sportplatz Sport treiben. Geschwister dürfen gerne mitkommen. Mit viel Sport, Spiel, Spaß und gute Laune wollen wir unsere Geschicklichkeit, Koordination und Kondition an der frischen Luft verbessern.

Wir treffen uns immer donnerstags von 15.30 bis 16.30 Uhr auf dem Sportplatz.

Anmeldung bei Elke Hansen (0173/ 8458684) oder Ute Winkler (0178/ 4550257).

Wir freuen uns auf Euch, Elke & Ute



Turnverein Laboe von 1900 e.V.

Neuigkeiten für Laboe aktuell September 23

Nordic Walking

Dienstags 18.15 Uhr Treffpunkt am Eingang des Sportplatzes

Nordic Walking, das Gehen mit Spezialstöcken, macht aus dem klassischen Walken ein wirksames Ganzkörpertraining. Es wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System und die Ausdauer auf. Gleichzeitig wird die Oberkörpermuskulatur gekräftigt und der aktive und passive Bewegungsapparat durch den Einsatz der Stöcke entlastet. Damit die Wirkung des Nordic Walking sich voll entfalten kann, sind eine richtige Körperhaltung, Armbewegung, Rhythmus und Tempo notwendig. Unsere Übungsleiterin Elke Lühje-Fleischfresser zeigt Interessierten die richtige Technik. Die Gruppe trifft sich immer dienstags um 18.15 Uhr am Eingang des Laboer Sportplatzes, Heikendorfer Weg in Laboe (Dauer ca. 60 Minuten). Wer erstmals mitmachen möchte, nimmt bitte vorher Kontakt zu Elke unter 04343/ 7772 auf.

DU KANNST DAS 😊

Montags 19.30 Uhr nach Absprache Sportplatz oder TVL-Gymnastikraum

Gehörst du zu den Menschen, die Sport viel zu anstrengend finden? Du hast lange keinen Sport gemacht und würdest dich gern mehr bewegen, auch wenn es immer mal wieder drückt und zwick? Dann bist du bei uns richtig. Es muss ja nicht gleich Sport sein 😊.

Mit verschiedenen Übungen & Spielen wecken wir unsere Muskeln und den Geist wieder auf. Im Vordergrund stehen vor allem Spaß und gute Laune. Jeder macht so viel es geht und die Motivation gibt es gratis dazu. Schnuppern ist erlaubt 😊.

Wir treffen uns immer montags um 19.30 Uhr für eine Stunde im TVL-Gymnastikraum im Beeke-Sellmer-Haus.

Anmeldung bei Elke Hansen (0173/ 8458684) oder Ute Winkler (0178/ 4550257).

Wir freuen uns auf Euch, Elke & Ute