

KSL Trainingszeiten im Überblick

Wochentag	Uhrzeit	Gruppe	Ort/Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
A i k i d o				
Abteilungsleiter: Dienstag	Anja Siems 19.00-20.30	Tel.: 04139-695900 alle	Turnhalle Lüne	A. Siems Tel.: 04139-695900
Donnerstag	18.15-19.45	alle	Turnhalle Lüne	A. Siems Tel.: 04139-695900
B o x e n				
Abteilungsleiter: Dienstag	Gerhard Goldmann Tel.: 0172-2911688 und Vertretung ist 17.00-19.30	Kinder	Martin März Tel.: 0152-33940057 Kalkbergturnhalle	A. Öker Tel.: 0170-4187606 E. März 0178-3577987
Dienstag	17.00-19.30	Jugendliche	Kalkbergturnhalle	A. Öker Tel.: 0170-4187606 E. März 0178-3577987
Dienstag	19.30-21.30	Männer & Frauen	Kalkbergturnhalle	R. Biemann Tel.: 05828-968891
Donnerstag	17.00-18.30	Jugendliche	Kalkbergturnhalle	A. Öker Tel.: 0170-4187606 Mohamed Ali El-Zein 04131-709592
Freitag	20.15-22.00	Männer & Frauen	Kalkbergturnhalle	M. Jahr geb. Erdmann Tel.: 0176-57969272 P. Schröder Tel.: 0176-61554538
Sonntag	16.30-18.00	Leistungsträger	Kalkbergturnhalle	B. Goldmann Tel.: 0152-37731801
C r o s s t r a i n i n g				
Abteilungsleiter: Montag	Michael Falk 20.00-21.30	Tel.: 0176-61173922 alle	Sporthalle Kreideberg	M. Falk Tel.: 0176-61173922 R. Haß Tel.: 0151-43180507
Mittwoch	20.00-21.30	alle	Sporthalle Kreideberg	M. Falk Tel.: 0176-61173922 R. Haß Tel.: 0151-43180507
Samstag	10.30-12.00	Bodyweight/Tabata	Kalkbergturnhalle	M. Falk Tel.: 0176-61173922
J u d o				
Abteilungsleiter: Montag	Roland Borth 20.00-21.30	Tel.: 0170-5372792 A/F Senioren	Stellvertreter Johannes Isermann Kalkbergturnhalle	Tel.: 0170-4185777 R. Borth Tel.: 0170-5372792 D. Maier Tel.: 0176-21672811
Mittwoch	16.00-17.30	A Kinder ab 5 Jahre	Turnhalle Lüne	A. Lochbaum Tel.: 0157-83504086 D. Maier Tel.: 0176-21672811
Mittwoch	17.30-19.00	A und F Kinder ab 8 Jahre	Turnhalle Lüne	Matthias Dirbach Tel.: 0171-5149853
Mittwoch	20.00-22.00	A Senioren	Kalkbergturnhalle	C. Siegel Tel.: 0151-70093867
Donnerstag	20.00-21.30	F Senioren Wettkampftraining	Kalkbergturnhalle	R. Borth Tel.: 0170-5372792 A. Lochbaum Tel.: 0157-83504086
Freitag	15.30-17.00	A Schüler ab 7 Jahre	Kalkbergturnhalle	R. Borth Tel.: 0170-5372792
Freitag	17.00-18.30	A Kinder ab 6 Jahre F Jugend U14 und U17	Kalkbergturnhalle	
J u - J u t s u				
Abteilungsleiter: Montag	Nadine Lejeune 15.00-16.30	Tel.: 0157-51508610 Kinder 4-6 Jahre	Stellvertreter Andreas Falk Kalkbergturnhalle	Tel.: 0170-5472181 N. Lejeune Tel.: 0157-51508610 J. Lejeune Tel.: 0177-6688472

Wochentag	Uhrzeit	Gruppe	Ort/Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner	
Montag	16.30-18.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	N. Lejeune Tel.: 0157-51508610	J. Lejeune Tel.: 0177-6688472
Montag	18.00-20.00	Fighting Erwachsene und Fortgeschrittene ab 12J.	Kalkbergturnhalle	R. Krajewski Tel.: 0170-1682262	
Mittwoch	16.30-18.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	A. Falk Tel.: 0170-5472181	
Mittwoch	18.15-20.00	Techniktraining und Prüfungsvorbereitung Jugendliche ab 14J. und Erwachsene	Sporthalle Kreideberg	S. Meste Tel.: 0151-22959923	
Mittwoch	18:15-20:00	Bjj/Newasa Erwachsene und Fortgeschrittene ab 14J.	Sporthalle Kreideberg	M. Wiegel Tel.: 0179-6882181	
Donnerstag	16:00-17:30	Kinder 4-6 Jahre	Sporthalle Kreideberg	S. Meste Tel.: 0151-22959923	
Donnerstag	18.30-20.00	Fighting Erwachsene und Fortgeschrittene ab 12J.	Kalkbergturnhalle	J. Lejeune Tel.: 0177-6688472	S. Olsson Tel.: 0174-9641608
Freitag	18.30-20.15	Gürtelvorbereitung und Technik / Bjj, Newasa Jugendliche ab 14J. und Erwachsene	Kalkbergturnhalle	N. Sabrowski Tel.: 0176-61885603	M. Wiegel Tele.: 0179-6882181
Sonntag	18.00-20.00	BJJ / Ne-Waza Erwachsene und Fortgeschrittene (Anmeldung erforderlich)	Kalkbergturnhalle	M. Wiegel Tel.: 0179-6882181	

Kickboxen

Abteilungsleiter:	Lisa Braunack	Tel.: 0155-66891042		
Mittwoch	18.00-19.30	alle	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042
Samstag	16.00-17.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042
Samstag	17.00-18.30	Wettkampftraining	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042
Samstag	19.00-20.30	Frauen	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042
Sonntag	12.00-13.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042
Sonntag	13.00-14.30	alle	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0155-66891042

Kyudo

Abteilungsleiter:	Rafael Bruns	Tel.: 04131-404166		
Montag	18.00-21.00	alle	Schule 7 (Hagen) Dahlenburger Landstr.	R. Bruns Tel.: 04131-404166
Freitag	17.30-19.30	alle	Schule 7 (Hagen) Dahlenburger Landstr.	R. Bruns Tel.: 04131-404166

A = Anfänger **F = Fortgeschrittene** **Familienbeitrag = ab drei Personen/Mitglieder**

sonstige Fragen beantwortet Ihnen gerne der Kassenwart

Ralf Mikolajczak, Huder Furth 12, 21357 Bardowick, Handy.: 0170-1105964, Fax: 04131-120711, E-Mail über KSL-Homepage: www.KS-Lüneburg.de