



Lippstädter  
Turnverein 1848 e.V.

# Sport- und Freizeitangebote



Hingehen!  
Mitmachen!  
Dabei sein!

# Allgemeine Informationen

Lippstädter Turnverein 1848 e.V. (LTV Lippstadt)  
Harkortweg 2b (am Jahnplatz)  
59555 Lippstadt

Telefon: 02941 - 58548  
Email: [info@ltvlippstadt.de](mailto:info@ltvlippstadt.de)  
Internet: [www.ltvlippstadt.de](http://www.ltvlippstadt.de)

## Unsere Bürozeiten

Montag	08.30 - 11.30 Uhr	15.00 - 17.00 Uhr
Dienstag	- - -	17.00 - 19.00 Uhr
Mittwoch	08.30 - 14.00 Uhr	- - -
Donnerstag	08.30 - 11.30 Uhr	- - -
Freitag	08.30 - 11.30 Uhr	- - -



## Schnuppern / Mitgliedschaft

Nutzen Sie frei nach dem Motto „Hingehen - Mitmachen - Dabei sein“ die Möglichkeit, jedes unserer Vereinssportangebote bis zu zwei mal kostenlos und unverbindlich zu testen. Hierzu ist keine Anmeldung notwendig. Kommen Sie vorbei und machen Sie mit.

(Ausnahme: Kurse der Abteilung Gesundheitssport).

Anschließend können Sie sich dazu entscheiden, Mitglied im Lippstädter Turnverein zu werden. Den Aufnahmeantrag erhalten Sie direkt bei unseren Übungsleitern oder auf unserer Internetseite als Download.

Dort finden Sie auch Informationen zu den Beiträgen.

## Basketball

Die Basketballer haben zur Zeit ca. 150 Mitglieder in der Abteilung, davon sind über die Hälfte Kinder und Jugendliche, die bei den Minis bis hin zur U18 trainieren.

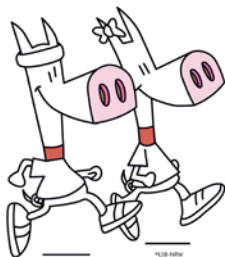
Die Abteilung ist bemüht, für jede Mannschaft 2x pro Woche Training anzubieten und setzen bei den gut ausgebildeten Trainern (Sporthelferausbildung oder C-Trainerlizenz) auf Kontinuität.

Die Kinder und Jugendlichen sollen alle technischen und taktischen Elemente des Basketballs erlernen, festigen und im Wettkampf einsetzen und dabei natürlich jede Menge Spaß am Sport Basketball haben.

Der Zusammenhalt im Team ist den Basketballern besonders wichtig, deshalb wird außerhalb der Trainings- und Wettkampfzeiten immer wieder etwas gemeinsam unternommen.



# Diabetikersport



Diabetes gehört mit zu den häufigsten Erkrankungsbildern in Deutschland. Umso wichtiger ist es, dass man sich nicht schont sondern selbst aktiv wird. Ziel der drei Gruppen ist neben einem ausgeglichenen Blutzuckerspiegel mehr Sicherheit und Selbstvertrauen im Umgang mit der Erkrankung.

Trainingsort:

**Montag und Freitag Sporthalle  
Grundschule an der Pappelallee**

Trainingszeiten und weitere Informationen\*:

[www.ltvlippstadt.de/diabetikersport](http://www.ltvlippstadt.de/diabetikersport)

# Herzsport

Ein dosiertes Training steht im Vordergrund jeder Übungsstunde. Die vier Übungs- und zwei Trainingsgruppen sind nach dem Belastungsniveau gestaffelt. Die Betreuung übernimmt ein speziell ausgebildeter Übungsleiter sowie ein Arzt.

Trainingsort:

**Dienstag und Donnerstag Sporthalle der Nicolaischule**

Trainingszeiten und weitere Informationen\*:

[www.ltvlippstadt.de/herzsport](http://www.ltvlippstadt.de/herzsport)

## \* Teilnahme Herzsport und Diabetes

Die Rehabilitationssportangebote sind Langzeitangebote, so dass der Einstieg nach Anmeldung jederzeit möglich ist. Voraussetzung für Ihre Teilnahme ist ein Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport, der von Ihrem Hausarzt/Facharzt ausgefüllt wird. Nach erfolgter Verordnung wenden Sie sich an Ihre Krankenkasse und lassen diese genehmigen.

## Fitness

Unsere Fitness- und Gymnastikkurse sind frei zugänglich für alle LTV-Mitglieder. Ob Bodyforming, Zumba, Power Workout, Powergymnastik, Wirbelsäulengymnastik, Badminton oder Frauen- und Männergymnastik. *Für jeden ist etwas dabei.*

Trainingsort:

**Unsere Angebote finden in den Sporthallen der städtischen Schulen in ganz Lippstadt statt**

Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/fitness-und-gymnastikkurse](http://www.ltvlippstadt.de/fitness-und-gymnastikkurse)

## Ski

Die Skiabteilung bietet folgende Angebote an:

- Skigymnastik von November bis April
- Ski-Alpin oder Ski-Langlauf bei entsprechender Schneelage im Sauerland
- Nordic-Walking-Treffs
- Inline-Skate-Touren
- Radtouren
- regelmäßige Wanderungen ab 16 Kilometer



Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/ski](http://www.ltvlippstadt.de/ski)

# Leichtathletik

Die Kleinsten starten mit der Spiel- und Kinderleichtathletik. In dieser Gruppe werden die Grundlagen der Leichtathletik spielerisch erlernt, bevor es in die Schülerleichtathletik geht. Neben dem wettkampforientierten Training gibt es für Jugendliche ab 15 Jahren auch eine Leichtathletik-Hobbygruppe. Neueinsteiger können jederzeit vorbei kommen. Weiterhin gibt es Lauffreize für Anfänger, Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene. Von Mai bis Oktober bietet der LTV Lippstadt ein Sportabzeichentraining an, in dessen Rahmen die Sportabzeichenabnahme erfolgt.

Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/leichtathletik](http://www.ltvlippstadt.de/leichtathletik)

Trainingsorte:

Lippe-Berufskolleg

Sporthalle der Gesamtschule, Ulmenstraße

# Taekwondo

Seit 2014 bietet der LTV Lippstadt Taekwondo für Anfänger ab 10 Jahren an. Taekwondo ist eine kriegerische Kunst und ein moderner internationaler Sport. Dieser wurde vor ungefähr 2000 Jahren, vorwiegend in Korea, entwickelt. Das Hauptmerkmal des Taekwondo ist die waffenlose Selbstverteidigung, bei der nur mit Hilfe der bloßen Hände und Füße ein Gegner abgewehrt wird.



Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/taekwondo](http://www.ltvlippstadt.de/taekwondo)

Trainingsort:

Dienstag Sporthalle Grundschule am Weinberg

Freitag LTV-reAktiv-Forum

# Gesundheitssport

Die Angebote der Abteilung Gesundheitssport erstrecken sich über die Bereiche Rehabilitationssport, Präventionssport, Aktiv- und Entspannungskurse sowie Gerätetraining, Kinderkurse und Kindergeburtstage.



## Freies Training im LTV-reAktiv-Forum und Zeiten für ein Probetraining:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Morgens		11.00-13.00	8.30-11.00		11.30-13.00
Abends	17.00-20.00		17.00-20.00	19.00-21.00	

## Zusätzliche Zeiten für Trainingserfahrene:

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Morgens	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00	8.30-13.00
Abends	16.00-20.00	16.00-19.00	17.00-20.00	19.00-21.00	

### Preise für LTV-Mitglieder

Monatskarte: 15,00 Euro

10er-Karte: 50,00 Euro

### Preise für Nichtmitglieder

10er-Karte: 70,00 Euro

- keine Vertragsbindung, keine Mindestlaufzeit
- keine Einweisungsgebühr
- Probetraining nach Vereinbarung

Weitere Informationen:

[www.ltvgesundheitsport.de](http://www.ltvgesundheitsport.de)

# Sportkegeln

Der Lippstädter Turnverein verfügt über ein eigenes Kegelsportzentrum am Jahnplatz. Neben dem Training der Sportkegler findet dort regelmäßig ein freies Training statt.

Zusätzlich können die Bahnen an allen Wochentagen stundenweise gemietet werden.

Wer nicht kegeln möchte, aber dennoch einen ruhigen und gemütlichen Raum sucht, um Geburtstage oder ähnliches zu feiern, kann die Keglerklausen mieten. Diese ist ausgestattet mit Mobiliar, einer Küche, Kühlschränken und einer Theke.

## Preise

Erwachsene: 1 Bahn / Stunde 6,00 Euro

Trainingszeiten und weitere Informationen:  
[www.ltvlippstadt.de/sportkegeln](http://www.ltvlippstadt.de/sportkegeln)





## Tanzsport

Die „Pink Panthers“, Lippstadts Rock ‘n’ Roller gibt es seit 35 Jahren. Nach den „Teddybears“ aus Iserlohn sind die Pink Panthers aktuell die erfolgreichsten Rock’n Roller in Nordrhein-Westfalen.

Die Lippstädter Turniersportler sind ständig im Landeskauder und im Nationalkader der Schüler und Junioren vertreten. Trainiert wird in mehreren Gruppen im Breiten- und Leistungssport ab 3 Jahren bis zu den Senioren.



Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/tanzsport-pink-panthers](http://www.ltvlippstadt.de/tanzsport-pink-panthers)

Trainingsort:

Sporthalle Evangelisches Gymnasium

## Tennis

Der Lippstädter Turnverein verfügt über eine eigene Tennisanlage mit zwei Tennisplätzen. Die Tennissaison läuft jedes Jahr von April bis Oktober. Auf Wunsch werden Trainingsstunden für Gruppen oder Einzelspieler organisiert.

Ansprechpartner:

[www.ltvlippstadt.de/ballsportarten/tennis](http://www.ltvlippstadt.de/ballsportarten/tennis)

Trainingsort:

Im Weihewinkel (hinter der südlichen Schützenhalle)

# Tischtennis

Die Kinder der Bambini-Gruppen im Alter von 5-10 Jahren sollen spielerisch an den Tischtennissport herangeführt werden und sportliche Grundlagen erlernen. Weiterhin gibt es Jugend- und Leistungsgruppen sowie Kadertraining. Gäste aus anderen Vereinen oder auch Hobbyspieler sind bei uns gerne gesehen!

Es stehen Trainingspartner bis zur Verbandsliga zum Training zur Verfügung. Platz ist im Normalfall ausreichend vorhanden.

Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltv-lippstadt-tt.de](http://www.ltv-lippstadt-tt.de)

Trainingsorte:

Sporthalle der Edith-Stein Realschule



# Triathlon

Die Triathleten gehören seit 2010 dem LTV Lippstadt an und sind Mitglied der Deutschen Triathlon Union (DTU). Ziel der Gruppe ist es, ein leistungsorientiertes Triathlon-Training zu ermöglichen.

- Schwimmtraining
- Radtraining
- Lauftraining
- Fitnesstraining

Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.ltvlippstadt.de/triathlon](http://www.ltvlippstadt.de/triathlon)

## Turnen

Die Abteilung bietet Bewegungsangebote für Kinder in verschiedenen Altersklassen an. Die Jüngsten beginnen bereits mit 1,5 Jahren beim Eltern-Kind-Turnen. Weitere Angebote sind Kinderturnen, Trampolinturnen sowie die Trendsportart „Le Parcours“.



Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.itvlippstadt.de/turnen](http://www.itvlippstadt.de/turnen)

Trainingsort:

Die Sportangebote finden in den Sporthallen der städtischen Schulen in ganz Lippstadt statt

## Volleyball

In unserer Volleyballabteilung haben alle Interessierten die Möglichkeit in unserer Herren- oder Hobbymannschaft am Trainings- und Spielbetrieb teilzunehmen.



Trainingszeiten und weitere Informationen:

[www.itvlippstadt.de/volleyball](http://www.itvlippstadt.de/volleyball)

Trainingsort:

Sporthalle Grundschule am Weinberg

Sporthalle Hans-Christian-Andersen-Schule

Sporthalle Gesamtschule, Ulmenstraße

Hingehen!  
Mitmachen!  
Dabei sein!



[www.itvlippstadt.de](http://www.itvlippstadt.de)