

# KSL Trainingszeiten im Überblick

Wochentag	Uhrzeit	Gruppe	Ort/Sportstätte	Trainer/Ansprechpartner
<b>A i k i d o</b>				
<b>Abteilungsleiter:</b> Dienstag	<b>Anja Siems</b> 19.00-20.30	<b>Tel.: 04139-695900</b> alle	Turnhalle Lüne	A. Siems Tel.: 04139-695900
Donnerstag	18.15-19.45	alle	Turnhalle Lüne	A. Siems Tel.: 04139-695900
<b>B o x e n</b>				
<b>Abteilungsleiter:</b> Dienstag	<b>Gerhard Goldmann</b> <b>Tel.: 0172-2911688 und Vertretung ist</b> 17.00-19.30	Kinder	<b>Martin März</b> <b>Tel.: 0152-33940057</b> 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 <b>N. Goldmann</b> <b>0160-93443780</b>
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 <b>N. Goldmann</b> <b>0160-93443780</b>
Freitag	20.15-22.00	Männer & Frauen	Kalkbergturnhalle	B. Goldmann Tel.: 04131-57301 P. Schröder Tel.: 0176-61554538
Sonntag	16.30-18.00	Leistungsträger	Kalkbergturnhalle	B. Goldmann Tel.: 04131-57301
<b>C r o s s t r a i n i n g</b>				
<b>Abteilungsleiter:</b> Montag	<b>Michael Falk</b> 20.00-21.30	<b>Tel.: 0176-61173922</b> alle	Gymnastikraum neue Sporthalle Christiani-Schule	M. Falk Tel.: 0176-61173922
Mittwoch	20.00-21.30	alle	Sporthalle Kreideberg	M. Falk Tel.: 0176-61173922
<b>J u d o</b>				
<b>Abteilungsleiter:</b> Montag	<b>Roland Borth</b> 20.00-21.30	<b>Tel.: 0170-5372792</b> A/F Senioren	<b>Stellvertreter Johannes Isermann</b> Kalkbergturnhalle	<b>Tel.: 0170-4185777</b> R. Borth Tel.: 0170-5372792
Mittwoch	16.00-17.30	A Kinder ab 5 Jahre	Turnhalle Lüne	R. Borth Tel.: 0170-5372792 D. Maier Tel.: 0176-21672811
Mittwoch	17.30-19.00	A und F Kinder ab 8 Jahre	Turnhalle Lüne	D. Maier Tel.: 0176-21672811 R. Borth Tel.: 0170-5372792
Mittwoch	20.00-22.00	A Senioren	Kalkbergturnhalle	Matthias Dirbach Tel.: 0171-5149853
Donnerstag	20.00-21.30	F Senioren	Kalkbergturnhalle	C, Siegel Tel.: 0151-70093867
Freitag	15.30-17.00	Wettkampftraining A Schüler ab 7 Jahre	Kalkbergturnhalle	R. Borth Tel.: 0170-5372792 <b>S. Ewert</b> <b>Tel.: 0174-7290404</b>
Freitag	17.00-18.30	A Kinder ab 6 Jahre F Jugend U14 und U17	Kalkbergturnhalle	A. Olsson Tel.: 0172-5404016
<b>J u - J u t s u</b>				
<b>Abteilungsleiter:</b> Montag	<b>Fabian Röber</b> 15.00-16.30	<b>Tel.: 0173-9636611</b> Kinder 4-6 Jahre	<b>Stellvertreterin Nadine Lejeune</b> Kalkbergturnhalle	<b>Tel.: 0157-51508610</b> N. Lejeune Tel.: 0157-51508610
Montag	16.30-18.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	N. Lejeune Tel.: 0157-51508610

<b>Wochentag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Gruppe</b>	<b>Ort/Sportstätte</b>	<b>Trainer/Ansprechpartner</b>
Montag	18.00-20.00	Fighting Erwachsene und Fortgeschrittene	Kalkbergturnhalle	F. Röber Tel.: 0173-9636611
Mittwoch	16.30-18.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	A. Falk Tel.: 01705472181
Mittwoch	18.15-20.00	Techniktraining und Prüfungsvorbereitung Erwachsene und Fortgeschrittene	Sporthalle Kreideberg	S. Meste Tel.: 0151-22959923
Mittwoch	18:15-20:00	Gürtelvorbereitung und Technik Erwachsene und Fortgeschrittene	Sporthalle Kreideberg	M. Wiegel Tel.: 0179-6882181
Donnerstag	15.30-17.00	Kinder 4-6 Jahre	Kalkbergturnhalle	S. Meste Tel.: 0151-22959923
Donnerstag	18.30-20.00	Fighting Erwachsene und Fortgeschrittene	Kalkbergturnhalle	F. Röber Tel.: 0173-9636611
Freitag	18.30-20.15	Gürtelvorbereitung und Technik Erwachsene und Fortgeschrittene	Kalkbergturnhalle	N. Sabrowski Tel.: 0176-61885603
Sonntag	18.00-20.00	BJJ / Ne-Waza Erwachsene und Fortgeschrittene (Anmeldung erforderlich)	Kalkbergturnhalle	M. Wiegel Tel.: 0179-6882181

### **K i c k b o x e n**

<b>Abteilungsleiter:</b>	<b>Lisa Braunack</b>	<b>Tel.: 0152-08619097</b>		
Mittwoch	18.00-19.30	alle	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097
Samstag	16.00-17.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097
Samstag	17.00-18.30	Wettkampftraining	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097
Samstag	19.00-20.30	Frauen	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097
Sonntag	12.00-13.00	Kinder ab 6 Jahre	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097
Sonntag	13.00-14.30	alle	Kalkbergturnhalle	L. Braunack Tel.: 0152-08619097

### **K y u d o**

<b>Abteilungsleiter:</b>	<b>Rafael Bruns</b>	<b>Tel.: 04131-404166</b>		
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](http://www.KS-Lüneburg.de)**