ÜBUNGSPLAN des MTV Lübeck

von 1865 e.V.



Stand: Agust 2025

Zwischenzeitlich erfolgte Änderungen werden auf unserer Homepage, im Internet oder per Aushang bekannt gemacht.

Internet: www.mtv-luebeck.de

E-Mail: info@mtv-luebeck.de

Aerobic			Karin 1	Lohf	045	51 − 5041574 ≅
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort		
Montag	18:45-19:45	Body Workou	t	Klosterhof-Sch oben	nule	Nadine-Studier
Dienstag	17:45-18:45	Body Forming	5	MTV-Halle		Karin Lohf
	18:55-19:55	Stepstunde		MTV-Halle		Karin Lohf
Mittwoch	17:45-18:45	Body Forming	5	Klosterhof-Schoben	nule	Karin Lohf
	18:45-19:45	Pilates		Klosterhof-Schoben	nule	Karin Lohf
Donnerstag	18:00-19:00	Body Workou	t	MTV-Halle		Nadine-Studier
	19:00-20:00	Stepstunde		MTV-Halle		Nadine-Studier
Samstag	10:00-11:00	Pilates		MTV-Halle		N. Studier/ K. Lohf
	11:00-12:00	Cardio Step		MTV-Halle		N. Studier/ K. Lohf

Aqua-Trendsportarten			Gabriel	a Grabowski	0162 – 7479116
Tag	Zeit Grupp		oe .	Ort	
Mittwoch	19:00-20:00	Aqua-Aerobic Gymnastik-Jo		Ziegelstraße	Gabriela Grabowski

Badminton				Schumann eschäftsstelle	lau	ramtv1865@gmx.de		
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort				
Jugend und Schül	er							
Montag	17:00-18:30	Jugend und Sc	hüler	Paul-Klee-Sch	ule	Marit Haug u.a.		
Freitag	17:30-19:00 18:30-20:00	Jugend U 14 Jugend U 14 v	. Schüler	St. Jürgen-Halle		Marit Haug Jan Meyer		
Erwachsene								
Montag	18.30 - 19.30	Leistungsgrup	pe (LG)	Paul-Klee-Halle		Marit Haug u.a.		
Montag	19.30 - 20.30	Hobby + LG		Paul-Klee-Halle		Marit Haug u.a.		
Donnerstag	19.00 - 20.30	Leistungsgrup	pe	GGS St. Jürge	n	Marit Haug u.a.		
Donnerstag	20.30 - 22.00	Hobby + LG		GGS St. Jürge	n	Marit Haug u.a.		
Freitag (Sommer)	19.00 - 20.00	Hobby		GGS St. Jürge	n	Marit Haug u.a.		
Freitag (Sommer)	20.00 - 22.00	Hobby + LG		GGS St. Jürgen Marit Haug u.a.		Marit Haug u.a.		
Freitag (Winter)	20.00 – 21.00	Hobby		GGS St. Jürgen		GGS St. Jürgen Marit Haug u.a.		Marit Haug u.a.
Freitag (Winter)	21.00 – 22.00	Hobby + LG		GGS St. Jürge	n	Marit Haug u.a.		

Basketball			Geschäf	tsstelle	045	51 – 54466 T
Tag	Zeit	Grupp	oe .	Ort		
Mittwoch	19:30-22:30	Herren ab 16.	J.	St. Jürgen Hal	le	Kouross Kashanchi
Freitag	18:00-22:00	Herren ab 16.	J.	Johanneum		s.o.

Boule			Schön	0451 – 596134 🖀
Tag	Zeit	Gruppe	Ort	
Dienstag	Ab 18:00 unter Anleitung	Alt und Jung, Anfänger und Fortgeschrittene	Außenanlage MTV	Lothar Schön

Fechten (Säbel, Florett, Degen)			Friedric	h Pahlke	0451 – 1216992 🕿
Tag	Zeit	Grupp	oe .	Ort	
Dienstag	17:00-21:00	Erw. und Juge	* *		le n.n.
Donnerstag	20:00-22:00	Erw. und Juge	ndliche	MTV-Halle	n.n.

Floorball			Stefan I	Ioffmann	st.h	offmann@yahoo.de
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort		
Dienstag	20:00-22:00	Erw. und Jug a	ab 16 J.	MTV-Halle		Stefan Hoffmann

Gesundheitssport		Geschä	ftsstelle	045	51 – 54466 T	
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort		
Dienstag	09:00-10:00	Hit his ins hohe Alter		AWO Servicehaus Paul-Ehrlich-Str.		Birgit & Werner Matthews
	10:00-11:00	Fit bis ins hoh	e Alter	AWO Servicehaus Paul-Ehrlich-Str.		Birgit & Werner Matthews
	16:30-17:30	"Rücken aktiv" und Gesund	Damen & Herren "Rücken aktiv" und "Fit und Gesund (Koordination/Balance/			Petra Schilling
Mittwoch	10:00-11:00	Stuhlgymnasti	ik	MTV-Halle		Karin Lohf
	11:00-12:00	Stuhlgymnastik		MTV-Halle		Karin Lohf
	13:30-14:30	Lungensport		MTV-Halle		Holger Wiedenhöft
	14:30-15:30	Koronarsport		MTV-Halle		Holger Wiedenhöft

	19:00-20:00	Gesund und bewegt/ starker Rücken	MTV-Halle	Karin Brandt
Donnerstag	10:45-11:45	Gesund und bewegt/ starker Rücken	MTV-Halle	Karin Lohf
	11:45-12:45	Gesund und bewegt/ starker Rücken	MTV-Halle	Karin Lohf

Gymnastik			Gabriela	a Grabowski	016	62 – 7479116 🖠
Tag	Zeit	Grupp	ıe.	Ort		
Montag	10:00-11:00	Seniorinnen- Gymnastik		MTV-Halle		Inka Meiforth
Dienstag	09:00-10:00		Kondition- und Beweglichkeitstraining M			Karin Brandt
	10:00-11:30	Senioren-Spor "Standfest und		MTV-Halle		Siegfried Kohwagner
Donnerstag	09:30-10:30	Balance		MTV-Halle		Gabriela Grabowski

Handball	Lars Tilse Handball-Orga	0176-31690361
----------	-----------------------------	---------------

Trainingszeiten erfragen Sie bitte bei den Trainer*innen unter <u>handball.mtv-luebeck.de</u>
Weitere Infos auch unter: <u>info@handball.mtv-luebeck.de</u>

Inlinehockey			Stephan	Germer	0176 - 5120588	32 🖢
				0.4		
Tag Zeit Grupp)e	Ort			
Mittwoch	20:00-22:00	Erwachsene		Johanneum	Stephan Ge	rmer

Jazz-Tanz			Inka Meiforth 0		045	0451 – 89 54 13	
Tag	Zeit	Grupp	oe .	Ort			
Dienstag	18:00-19:00	Fortgeschritte	ne	Klosterhof-Schoben	nule	Inka Meiforth	

Karate			Mariett	a Zille	marietta.zille@mska.eu
Tag	Zeit	Grupp	oe .	Ort	
Mittwoch	18:15-20:00	Erwachsene		Klosterhof-Schu unten	le Marietta Zille

Leichtathletik			Birgit N	Tellmann	045	51 – 81628 🖀
WINTERHA	LBJAHR (gilt	nach den Her	bstferier	n bis zu den O	ster	ferien)
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort		
Montag	16:25-18:00	Schüler*innen	14-17 J.	Bundespol. Hubertus		Miriam Bielert
	17:00-18:00	Schüler*innen	9-11 J.	Klosterhof-Sch	nule	Birgit Mellmann
	18:00-19:15	Schüler*innen	12-13 J.	Klosterhof-Sch	nule	Birgit Mellmann
	18:00-19:30	Jugend U 18+ Erwachsene	und	MTV-Halle		Jens Scheppler
Dienstag	17:30-19:30	Jugend U 18+ Erwachsene	und	Buniamshof		Jens Scheppler
Donnerstag	17:00-18:00	Schüler*innen	14-15 J.	MTV-Halle		Birgit Mellmann
	17:30-19:00	Schüler*innen	14-17 J	Buniamshof		Miriam Bielert
Freitag	16:00-17:00	Schüler*innen 5 J. und jünger		St. Jürgen Halle		Svenja Patzke
	16:30-17:30	Schüler*innen	6 J.	St. Jürgen Halle		
	17:00-18:00	Schüler*innen	9-11 J.	St. Jürgen Hall	e	Heike Patzke
	17:00-18:00	Schüler*innen	10-11 J.	St. Jürgen Hall	e	
	18:00-20:00	Jugend II 18+ und		St. Jürgen Halle		Jens Scheppler
	19:30-21:30	Erwachsene		St. Jürgen Halle		Jens Scheppler
SOMMERH	ALBJAHR (gi	lt nach den Os	sterferie	n bis zu den H	Ierb	stferien)
Montag	16:30-17:30	Jugend 10-11		Buniamshof		Birgit Mellmann
C	17:30-19:15	Jugend 12-13		Buniamshof		Birgit Mellmann
	18:00-20:00	Jugend und Erwachsene		Buniamshof		Jens Scheppler
Dienstag	18:00-20:00	Jugend 15-19	J.	Buniamshof		Jens Scheppler
Mittwoch	18:00-20:00	Erwachsene		Buniamshof		Jens Scheppler
Donnerstag	16:00-17:00	Kinder ab 4 J.		Buniamshof		Heike Patzke
_	17:00-18:00	Kinder 7 J.		Buniamshof		Heike Patzke
	16:30-17:30	Kinder 8-9 J.		Buniamshof		
	17:00-18:30	Jugend 10-11	J.	Buniamshof		Birgit Mellmann
	17:30-19:15	Jugend 12-13		Buniamshof		Birgit Mellmann
Freitag	18:00-20:00	Jugend 15-19 Erwachsene		Buniamshof		Jens Scheppler

Schwimmen		Gabriela Grabowski Schwimmschule Jennifer Lau		0162 – 7479116 0172 – 9285871 (SMS oder WhatsApp)		
Tag	Zeit	Grupp	oe	Ort		
Montag	17:00-18:00	Kraulschule Kinde		Ziegelstra	ße	Gabriela Grabowski
_	17:00-18:00	Nachwuchsleistung	gsgruppe	s.o.		SG-Trainer*innen
	18:00-18:55	Breitenschwimmg	ruppe	s.o.		Gabriela Grabowski
	18:00-19:50	MTV-Vereinsgrupp	pe	s.o.		Gabriela Grabowski
	18:00-19:50	SG-Leistungsgrup	pen	s.o.		SG-Trainer*innen
	18:15-19:00	Schwimmschule		s.o.		Jennifer Lau
	18:55-19:50	Stilschwimmen Er	Stilschwimmen Erwachsene 1			Gabriela Grabowski
	19:50-20:45	Master GS und WI	K	s.o.		Detlef Krüger
	19:50-20:45	Stilschwimmen Er	Stilschwimmen Erwachsene 2			Gabriela Grabowski
Mittwoch	17:00-18:00	Gruppenmix der M Schwimmjugend	ITV-	s.o.		Gabriela Grabowski
	17:00-19:50	SG-Leistungsgrup	pen	s.o.		SG-Trainer*innen
	18:50-19:50	Masters GS + WK		s.o.		Patricia Kutz
Freitag	17:00-18:00	Kraulschule Kinde	r	s.o.		Gabriela Grabowski
	18:00-18:55	Breitenschwimmg	Breitenschwimmgruppe s.o.			Gabriela Grabowski
	18:00-19:30	Nachwuchsleistungsgruppe		s.o.		SG-Trainer*innen
	18:00-18:55	MTV-Vereinsgruppe		MTV-Vereinsgruppe s.o.		Gabriela Grabowski
	18:00-19:50	SG-Leistungsgruppen		pen s.o.		SG-Trainer*innen
	18:15-19:30	Schwimmschule		s.o.		Jennifer Lau
	19:30-20:15	Masters GS		s.o.		Gabriela Grabowski
	19:50-20:45	Masters WK		s.o.		Gabriela Grabowski

Die **Nichtschwimmerausbildung** findet nach Anmeldung in Reihenfolge der evtl. Warteliste statt. Für **Quereinsteiger** ist am Montag oder am Freitag nach Anmeldung ein **Vorschwimmen** vorgesehen.

Tai Chi und Qi-Gong			Klaus Kuchenbecker		01:	01590 - 6504205	
Tag	Zeit	Grupp	oe .	Ort			
Montag	19:45-20:45	Tai Chi Einsteiger und Fortgeschrittene		Klosterhof-Schule oben		Klaus Kuchenbecker	
Donnerstag	18:00-19:00			Klosterhof-Schoben	nule	Klaus Kuchenbecker	
	19:00-20:00	Tai Chi Fächer und Schwerter		Klosterhof-Schule oben		Klaus Kuchenbecker	
Freitag	09:45-10:45	Qi Gong Einsteiger und Fortgeschrittene		MTV-Halle		Klaus Kuchenbecker	

Turnen	Cordula Schindler	kinderturntante@gmx.de	
	Gabriela Grabowski (Kleinkinder)	0162 – 7479116	
	Olga Haak (3-6 J.)	0451 – 5869971 🖀	

Tag	Zeit	Gruppe	Ort	
Montag	15:15-16:00	Eltern und Kind 2-4 J.	MTV-Halle	Cordula Schindler
	16:00-16:45	Eltern und Kind 2-4 J.	MTV-Halle	Cordula Schindler
	16:45-17:45	Turnen 5-6 J.	MTV-Halle	Cordula Schindler
Dienstag	15:00-16:45	Mädchen & Jungen 5- 10 J. Geräte- und Bewegungsturnen und Ballübungen	Hauptturnhalle unten	Gabriela Grabowski
Mittwoch	16:00-17:00	Kinderturnen ab 5 Jahre	MTV-Halle	Cordula Schindler
	17:15-18:45 Mädchen ab 10 J. und Fortgeschrittene		MTV-Halle	Joline Ernst Silvia Frey
Donnerstag 08:30-09:30 Pampersturnen, Krabbelalter bis 2 J. Mit Eltern		MTV-Halle	Gabriela Grabowski	
	15:00-16:00	Eltern und Kind 2-4 J.	MTV-Halle	Gabriela Grabowski
	15:45-17:00	Mädchen ab 7/8 J.	Klosterhof-Schule unten	Cordula Schindler
	16:00-17:00	Kinderturnen 3-4 J.	MTV-Halle	Gabriela Grabowski
	17:00-18:30	Mädchen ab 10 J.	Klosterhof-Schule unten	Cordula Schindler
Freitag	14:30-15:30	Eltern und Kind 2-4 J.	MTV-Halle	Cordula Schindler
	15:30-17:00	Mädchen ab 6 J.	MTV-Halle	Cordula Schindler
	15:00-16:00	Kinderturnen 3-4 J.	Paul-Klee-Schule	Olga Haak
	16:00-17:00	Kinderturnen 5-6 J.	Paul-Klee-Schule	Olga Haak
	17:00-19:00	Mädchen ab 10 J. und Fortgeschrittene	MTV-Halle	Joline Ernst Silvia Frey

Volkstanzgruppe			Hanne Gehlsen		0451 – 55669 🖀	
			Helga Heinze		045	1 – 595554 🖀
Tag	Zeit	Grupp	pe	Ort		
Montag	13:30-15:00	Volkstanzgrup	pe	MTV-Halle		

Volleyball			Katja Herboth		0173 - 9750910	
Tag	Zeit	Grupp	e	Ort		
Dienstag	20:30-22:00	Erwachsene, I	Hobby	Hauptturnhalle		

Wasserball			Alexander Glathe		04527 – 2463192 🕿	
Tag	Zeit	Grupp)e	Ort		
Mittwoch	19:50-20:45	Damen und H	erren	Ziegelstraße	Christian Potratz und Alexander Glathe	
Freitag	19:50-20:45	Damen und H	erren	Ziegelstraße	Christian Potratz/ Alexander Glathe	

Adressen Sportstätten	
AWO Servicehaus	Paul-Ehrlich-Straße 5-7
August-Hermann-Francke-Schule	Schildstraße 6
Baltic Gesamtschule	Karavellenstraße 2-4
Buniamshof	Possehlstraße 36
Domschule	Domkirchhof 1-3
Freibad Moisling	Pennmoor 1
Grund- und Gemeinschaftsschule St. Jürgen	Mönkhoferweg 95 und Kalkbrennerstraße (Halle)
Gotthard-Kühl-Schule	Lortzingstraße 27
Grönauer Baum Schule	Reetweg 5-7
Halle '1876	Travemünder Allee 69e
Hauptturnhalle	Mühlenstraße 74
Johanneum	bei St. Johannis 1/3
Klosterhof-Schule	Mönkhofer Weg 95
MTV-Halle	Kalkbrennerstraße 1
Paul-Klee-Schule	Alexander-Flemming-Str. 6-12
Schwimmhalle Ziegelstraße	Ziegelstraße 152

Männer-Turn-Verein Lübeck von 1865 e.V.	
	Kalkbrennerstraße 1, 23652 Lübeck
Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:	
Montag Mittwoch Freitag	14:00 Uhr – 17:00 Uhr 16:00 Uhr – 19:00 Uhr 09:00 Uhr – 12:00 Uhr
Telefon	(0451) – 54466
E-Mail Internet	info@mtv-luebeck.de www.mtv-luebeck.de