



**Lübecker
Turnerschaft
von 1854 e.V.**

Nachrichtenblatt

Nr. 2

2. Vierteljahr

2024



GEBR. **MÜTER** | BESTATTUNGEN
SEIT 1873.

Tel. 0451 | 79 98 20
www.mueter-bestattungen.de

- Preiswerte Erd- und Feuerbestattungen auf allen Friedhöfen
- Preiswerte Seebestattungen
- Kirchliche und weltliche Trauerfeiern
- Transparente Kostenaufstellungen
- Überführungen im In- und Ausland
- Kostenlose Bestattungsvorsorge
- Individuelle Beratung auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause
- eigener Trauersaal im Hause Mühlenstraße 33



Sie wollen Ihre Freizeit aktiv gestalten/ **Wir begleiten und sichern Sie.**

Sie wollen Ihr Leben aktiv gestalten. Als Freizeitsportler sollten Sie richtig vorsorgen und sich gegen mögliche Risiken absichern. Als Ihr Partner in allen Fragen zu Versicherungen, Vorsorge und Kapitalanlagen beraten wir Sie und Ihre Familie individuell. Dabei entwickeln wir maßgeschneiderte Lösungen für Ihre finanzielle Sicherheit. Damit Sie Ihre Freizeit unbeschwert genießen können.

Reden Sie mit uns. Wir beraten Sie gem.



AXA Generalvertretung **Markus Maiborg**

Pariner Str. 39, 23611 Bad Schwartau

Tel.: 04 51/29299 74, Fax: 04 51/290 13 47

markus.maiborg@axa.de

Maßstäbe / **neu definiert**



Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.

Nachrichtenblatt

Geschäftsstelle
Posschlstraße 5, 23560 Lübeck
Geschäftszeiten:
Mo., Mi. 10:00 - 12:00 Uhr,
Do. 15:00 - 17:00 Uhr



Telefon 51054, Studio 51056
E-Mail: info@lt1854.de • www.lt1854.de
Bankkonto:
Sparkasse zu Lübeck
IBAN DE04230501010001066174

Nr. 2

2. Vierteljahr

118. Jahrgang

Die Lübecker Turnerschaft trauert um ihren 1. Vorsitzenden

Jürgen Fick,

der am 24. Januar 2024 im Alter von 76 Jahren verstorben ist.



Jürgen trat am 01.03.1965 als 17jähriger der Lübecker Turnerschaft bei. Hier begann er zunächst in der Turnabteilung mit dem Geräteturnen, spielte später Prellball, verstärkte den Seniorenbereich der Handballer und war im Fitness-Studio aktiv.

Seine große Leidenschaft galt jedoch viele Jahre dem Tennissport, dem er in den 1980ern beitrug und

Die Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V. gehört als Verein dem Deutschen Turnbund an. Die Verbundenheit ihrer Mitglieder kommt in der Pflege und Förderung von Sport, Spiel, Turnen und Geselligkeit zum Ausdruck. Fachabteilungen des Vereins sind: AcroLiner, Badminton, Baseball/Softball, Basketball, Bogenschießen, Faustball, Inline-Skating, Gerätturnen, Gymnastik, Handball, Karate, Leichtathletik, Orientierungslauf, Rehasport, Roundnet, Schwimmen, Tanzen, Tischtennis, Volleyball und Wandern. Die LT betreibt zusätzlich ein vereinseigenes Fitness-Studio.

dort mit den Herrenmannschaften auf Bezirksebene manche Erfolge erzielte.

Von 1986 an engagierte sich Jürgen darüber hinaus zunächst als Beisitzer in der Vorstandsarbeit, bevor er 2007 zum 1. Vorsitzenden der Lübecker Turnerschaft gewählt wurde.

In seiner Zeit als 1. Vorsitzender ist der Bau der auf unserem Gelände befindlichen Sport-KITA sowie unseres Jugendzentrums als zukunftsweisende Projekte geplant und realisiert worden. Ein besonderes Augenmerk galt zudem immer der Förderung unseres sportlichen Nachwuchses – die Jugend zu fördern und ihr in der LT einen hohen Stellenwert zu geben, war für Jürgen ein wichtiges Anliegen. Selbst den Kindern in der neu gegründeten KITA las Jürgen am Vormittag mit Begeisterung Kindergeschichten vor.

Für Jürgen galten darüber hinaus die Zusammengehörigkeit der LTer und die Zusammenkünfte abseits des Platzes als maßgebliche Pfeiler des Vereinslebens – so erlebten wir ihn auch auf mehrtägigen Fahrradtouren der Tennis-Herren, als Mitglied der „Radauecke“ ebenso wie auf den jährlich stattfindenden Festen der LT, wie „LT-erleben“, dem Pellkartofflessen und anderen Gelegenheiten, bei denen er mit Freude das Treiben von Jung und Alt verfolgte – die Lübecker Turnerschaft war für Jürgen ein wesentlicher Lebensmittelpunkt, dem er sich mit großem persönlichen Engagement widmete.

Wir sind sehr dankbar für Jürgens jahrzehntelange treue Verbundenheit mit der LT und bewahren ihm ein ehrendes und dankbares Andenken.

Unser tiefes Mitgefühl gilt seinen Angehörigen.

Der Vorstand der Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.

Jetzt vormerken: LT – Erleben am Donnerstag, 09.05.2024

Es ist wieder ist es soweit: Am Donnerstag, 09.05.2024 von 15:00 bis 18:00 Uhr, feiern wir unseren alljährlichen „Tag der offenen Tür – LT-Erleben“ auf unserem schönen LT-Gelände.

Wie in jedem Jahr freuen wir uns auf tolle Mitmachangebote aus unseren Abteilungen für alle. Nutzt die Gelegenheit und präsentiert Euch, Eure Sportart und ladet zum Mitmachen und Ausprobieren ein – Eurer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Auf unsere Jüngsten warten vielfältige Spiele-Stationen, an denen es um Spaß und Geschicklichkeit geht. Und natürlich dürfen tolle Vorführungen nicht fehlen: Freut Euch u.a. auf die akrobatischen Kunststücke unserer Acroliner und auf unsere Tanzmäuse.

Alle sind herzlich eingeladen – Groß & Klein, Mitglieder und Gäste. Bei hoffentlich herrlichem Sonnenschein, kalten und heißen Getränken, Kuchen, Waffeln sowie Würstchen vom Grill könnt Ihr den Himmelfahrtstag mit uns erleben. Das Organisations-Team freut sich über jede helfende Hand – meldet euch gerne, wenn ihr beim Auf- oder Abbau oder beim Kuchenverkauf oder an den Kinderstationen helfen wollt. Auch über weitere Mitmach- oder Vorführangebote aus unseren Sportabteilungen freuen wir uns sehr. Meldet Euch bei Rebecca in der LT-Geschäftsstelle 0451/51054 oder per Mail info@lt1854.de.

LT
1854

LT-Erleben

9. Mai
15-18 Uhr

Aktionen
15:30 Uhr Tanzmäuse
16:00 Uhr Dance Kids
16:30 Uhr Acroliner

Essen & Trinken
Waffeln & Kaffee & Kuchen
Grill & Kaltgetränke & Eis

Zum Mitmachen
Stationen mit Laufkarte 2€
Tischtennis (Gym-Halle)
Beachvolleyball
Roundnet

Auf dem Gelände der
Lübecker Turnerschaft 1854 e.V.
Possehlstr. 5, 23560 Lübeck

INTEGRATION
DURCH SPORT
DSB

SPORT UNTER GEWALT

Der neue LT-Treff steht für Feiern und Veranstaltungen zur Verfügung



LT-TREFF

BUCHBAR FÜR

- Private Feiern z.B.:
Hochzeit, Geburtstag
- Team-Events
- Seminare/ Schulungen
- Vorführungen/
Präsentationen
- Versammlungen

Preise:

- 200 Euro je Abend +
300 Euro Kautions
- 150 Euro je Abend für
LT-Mitglieder +
300 Euro Kautions

AUFENTHALTSRAUM

Schlüssel während der
Öffnungszeiten im Studio
abzuholen

info@lt1854.de
0451/51054
www.lt1854.de



**Lübecker
Turnerschaft
von 1854 e.V.**

Du suchst adäquate Räumlichkeiten für Deine private Feier, Vorführungen, Seminare oder LT-Veranstaltungen? Der LT-Treff steht nach umfangreicher Renovierung hierfür zur Verfügung. Ausgestattet mit Tischen, Stühlen, einem Kühl- und Gefrierschrank sowie einer Spülmaschine, Tresen und Sitzecke können bis zu fünfzig Gäste bzw. Teilnehmende eingeladen werden.

Preise

- 200 Euro pro Abend für Externe + 300 Euro Kautions
- 150 Euro pro Abend für LT-Mitglieder + 300 Euro Kautions
- LT-Veranstaltungen sind frei
- Buffet / Catering in Eigenregie

Weitere Informationen unter <https://www.lt1854.de/gastronomie/>. Anfragen und Reservierung unter 0451 – 5 10 54 oder per Mail an info@lt1854.de.

Midsommer-Fest am Freitag, 21.06.2024

Unser LT-Midsommer-Fest geht in die 3. Runde – am Freitag, 21.06.2024, wollen wir mit Euch ALLEN wieder ein richtiges Sommerfest feiern – auf dem LT-Platz und unserer Beach-Volleyball-Anlage, die mit Strand-Flair für das richtige Ambiente sorgt.



Ihr seid ALLE eingeladen, dabei zu sein – LT-Mitglieder, deren Partnerinnen und Partner sowie Gäste. In der längsten Nacht des Jahres könnt Ihr mit uns feiern, euch angeregt unterhalten, Ideen austauschen und auf vielleicht tolle Erfolge des letzten Sportjahres zurückschauen. Den Blick auf Meisterschaften und/oder erfolgreiche Platzierungen wollen wir ab diesem Jahr und künftig immer auf dem Midsommer-Fest einen neuen Rahmen geben – alle erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler, die im zurückliegenden Jahr erfolgreich Wettkämpfe, außerordentliche Leistungen oder Meisterschaften errungen haben, werden auf dem Midsommer-Fest geehrt. Daher sind alle Abteilungsleiter, Trainer und Übungsleiter aufgerufen, ihre erfolgreichen Teams und Sportlerinnen und Sportler bekanntzugeben und natürlich mit allen am 21.06.2024 auf dem LT-Platz dabei zu sein. Da sportliche Erfolge nicht ohne ehrenamtliche Arbeit und großes Engagement möglich sind, möchten wir auch erstmals in diesem Jahr unsere Ehrenamtler in drei Kategorien auszeichnen, die sich a) entweder schon sehr langjährig engagieren, die sich b) besonders um die Jugend verdient machen oder die c) als „Nachwuchs-Ehrenamtler“ seit kurzem mit Begeisterung dabei sind und mit tollen Ideen vorangehen. Hier freuen wir uns auf Vorschläge von Euch allen. **Gebt bitte alle Vorschläge und Nennungen von sportlichen Erfolgen bis zum 10.06.2024 in der Geschäftsstelle oder unter info@lt1854.de bekannt.**

Im Rahmenprogramm wird es neben sommerlichen Getränken, Leckereien vom Grill, chilliger Musik wieder ein kleines Beachvolleyball-Turnier für Jederfrau/-mann geben. **Save the date!** Unseren vielen Ehrenamtlern gebührt besondere Aufmerksamkeit: Wie auch im Vorjahr nimmt der Vorstand unser Midsommer-Fest zum Anlass, alle Trainer, Betreuer, Übungsleiter und in den Abteilungen ehrenamtlich tätigen Mitglieder zu Getränken und Grillwurst einzuladen. Notiert euch also den Termin bereits jetzt im Kalender – und wer sich an der Planung und Vorbereitung beteiligen möchte, ist herzlich dazu eingeladen – bitte meldet Euch in der Geschäftsstelle.

Matthias Jürs

Die Kindersportschule bietet neue Gruppen für 3-5-Jährige an



(Foto unsplash / Fermin Rodriguez Penelas)

Nach über einem Jahr Suche erhielt die Abteilungsleiterin der Kindersportschule, Rebecca Schreiber, die Zusage einer Übungsleiterin, künftig jeweils dienstags um 15 und um 16 Uhr neue Gruppen für 3-5-Jährige anbieten zu können. Die Gruppenplätze wurden streng nach Eingangsdatum auf der Warteliste vergeben: Innerhalb von nur einer Stunde erhielt sie so viele Rückmeldungen, dass alle Startplätze der beiden Gruppen umgehend belegt waren. Die beiden neuen Gruppen starten nach den Osterferien.

Rebecca: „Nachdem wir für einige Gruppen Wartezeiten von über 1,5 Jahren hatten, freue ich mich sehr, dass wir die Situation ein bisschen entspannen können. Weiterhin suche ich motivierte Übungsleiter zur Übernahme fester Gruppen sowie als Springer und für Vertretungen.“ Der eingeführte Sparten-Euro wurde von den Eltern sehr gut aufgenommen. „Ich möchte mich bei allen Eltern herzlich bedanken! Es macht wirklich Spaß, mit euch zu arbeiten!“, so die Abteilungsleiterin weiter.

Kindergeburtstag mit Spiel und Sport bei der LT feiern

Ihr wollt den Kindergeburtstag (ab dem 5. Geburtstag) in der Gymnastikhalle feiern? Kein Problem: Ihr könnt eine Stunde Spiel und Sport, betreut durch unsere Übungsleiter, buchen. Im Anschluss könnt Ihr sportlich weitermachen und zwei Stunden auf der hauseigenen Kegelbahn verbringen. Dort könnt Ihr eigene Snacks und Getränke mitbringen.

- **Preise:**

- >> 1 Stunde Spiel & Sport mit 1 Übungsleiter + 2 Std. Kegelbahn 100 Euro
- >> 5-6 Jahre max. 8 Kinder
- >> 7-14 Jahre max. 14 Kinder
- >> Jede weitere Stunde mit Übungsleiter 30 Euro
- >> Jede weitere Stunde Kegeln 10 Euro
- >> Weitere halbe Stunde Spiel und Sport 35 Euro
- >> Kaution 100 Euro

- **Termine:** Die Geburtstagsfeiermöglichkeiten werden an Sonntagen angeboten. Buchungsanfragen mit Wunschtermin und -uhrzeit bitte per Mail an info@lt1854.de. Anschließend werden die Übungsleiter angefragt; bei deren Zusage wird der angefragte Termin entsprechend bestätigt.
- **Bedingungen:** Die Gruppen müssen während der Kegelzeiten durch mindestens zwei erwachsene Personen betreut werden. Geschirr und Verpflegung sind bitte selbst mitzubringen. Der Raum ist gesäubert und ordentlich zu hinterlassen. Für die Kegelbahn ist eine Kaution von 100 Euro zu hinterlegen. Diese wird zur nächsten Geschäftsstellenzeit bei mängelfreier Übergabe wieder ausgezahlt. Eine Stornierung bis 48 Stunden im Voraus ist kostenfrei, danach wird eine Ausfallgebühr in Höhe von 50 Euro erhoben. Für eine Terminverschiebung innerhalb 48 Stunden vor dem gebuchten Termin wird eine Gebühr in Höhe von 25 Euro erhoben.



(Foto unplash / Joyce Adams)

Der Reha-Sport stärkt Gesundheit, Lebensqualität und verhindert Einschränkungen



(Foto LT-Archiv)

Ist Sport möglich und förderlich, obwohl Operationen, (chronische) Erkrankungen oder langfristige Einschränkungen vorliegen? Ja, über den Rehabilitationssport. Dieser wird für die Bereiche Herz und Orthopädie sowie seit Herbst 2023 auch für Lungenerkrankte von ausgebildeten Übungsleitern bei uns in der Lübecker Turnerschaft angeboten (die beiden weiteren Schwerpunkte Neurologie und Adipositas sind in der Planung).

Ziele der Maßnahmen sind

- die Wiederherstellung bzw. Stabilisierung der Gesundheit
- die Stärkung von Ausdauer und Kräftigung
- die Optimierung von Koordination und Flexibilität
- die Stärkung des Selbstbewusstseins und die soziale Integration

Wer kann in der Reha-Sportgruppe mitmachen?

Hierzu sind zwei Schritte erforderlich:

- Der Arzt oder die Ärztin bzw. die Rehaklinik verordnen eine Rehasport-Maßnahme
- Dann wird ein Antrag auf Kostenübernahme bei der jeweiligen Krankenkasse bzw. beim zuständigen Kostenträger eingereicht

Als Ergänzung und Fortführung medizinischer Maßnahmen können Teilnehmende (wieder) arbeiten, Einschränkungen und mögliche Behinderungen vermindern oder verhindern. Menschen, die in der Reha-Gruppe ähnliche Erkrankungen haben, können sich untereinander austauschen, Alltagsbelastungen verbessern und mögliche Folge-Erkrankungen verringern. Als „Hilfe zur Selbsthilfe“ können sie über den Besuch der Reha-Sportgruppen hinaus langfristig sportlich aktiv werden und bleiben. Hier bietet LT ein neues Angebot mit 10er-Karten für den Rehasport an. Diejenigen, die im Studio aktiv werden möchten, können die vergünstigte 10er-Karte erwerben. Weitere Vergünstigungen können in der Vereins-Geschäftsstelle erfragt werden. Auch über die Sommerferien hinweg pausiert der Reha-Sport nicht, sondern kann kontinuierlich weiterbetrieben werden.

Interessierte für den Reha-Sport können sich gern in der Geschäftsstelle oder per Mail unter rehasport@lt1854.de melden. Weitere Infos unter <https://www.lt1854.de/rehasport-orthopaedie/> und unter <https://www.lt1854.de/reha-sport-herz/>.

Rebecca Schreiber verlässt nach zwei Jahren den Verein

Rebecca Schreiber hat sich zwei Jahre lang für die LT eingesetzt und engagiert, verlässt die LT jedoch nun aus privaten Gründen in Richtung Süddeutschland. „Ich werde das Kinderlachen vermissen, die stolzen Gesichter und auch das ‚Plumps‘, wenn einer hingefallen ist. Wir haben viel gelacht und waren manchmal auch verzweifelt. Ich hoffe, in meiner neuen Heimat im Schwarzwald auch wieder so tolle Kinder betreuen



Rebecca Schreiber (Foto Lübecker Turnerschaft)

zu dürfen.“ Sie ist traurig, nun Abschied nehmen zu müssen, aber sie ist auch überzeugt, in den zwei Jahren viele tolle Übungsleiter gefunden zu haben, die künftig ihre Stunden in der Kindersportschule fortführen werden. „Wir sehen uns auf jeden Fall alle nochmal bei LT-erleben!“, so Rebecca.

Das war das Jahr 2023 bei den Lübecker Litschis

Die Lübecker Litschis blicken auf ein ereignisreiches Jahr 2023 zurück, welches ein positiver Richtungsweiser für die Zukunft unserer noch so jungen Abteilung ist. Die Roundnet-Abteilung der Lübecker Turnerschaft kann dabei einen enormen Mitgliederzuwachs verzeichnen, welcher unter anderem dem erstmalig organisierten und sehr erfolgreichen Schnupperevent im Frühjahr zu verdanken ist, sowie dem zusätzlichen Angebot eines Hochschulsportkurses für die Studierenden im Sommersemester. Zudem waren unsere Litschis gemeinsam mit unserer neuen Beachflag auf mehreren deutschlandweit organisierten Roundnet-Turnieren, unter anderem bei den Kiel Masters und dem Leipzig Clash, in wechselnden Besetzungen unterwegs, wodurch fleißig Werbung für Lübecks einzigen Roundnet-Verein gemacht werden konnte, sowohl auf dem Feld als auch beim Feiern auf den Partys danach.



Ganz viel positives Feedback und Marketing in eigener Sache wurde außerdem durch den bereits zum dritten Mal alljährlich organisierten Litschi-Cup erreicht, wobei wir mehr als 30 verschiedene Roundnet Mannschaften hier bei uns auf dem Gelände der Lübecker Turnerschaft im Hochsommer begrüßen konnten und gleichzeitig auch 6 Mannschaften aus unseren eigenen Reihen in die Wettkämpfe schicken konnten und dabei sogar den Sieg in der Mixed Division und eine Halbfinalteilnahme bei den Männern einfahren konnten, worauf wir sehr stolz sind und natürlich im kommenden Jahr gerne wiederholen möchten.

Trainiert wird bei uns Litschis in der Wintersaison in der Halle, wobei die Spielenden teilweise in Basic und Advanced Level aufgeteilt werden, aufgrund der räumlichen Begrenztheit und damit besser auf die individuellen Bedürfnisse eingegangen werden kann. Wir freuen uns aber auch schon alle sehr auf die Sommersaison, wenn wieder auf dem Rasen unter freiem Himmel gezockt werden kann und nicht jeder zweite Ball aufgrund einer Deckenberührung wiederholt werden muss. Neben den normalen zweimal wöchentlich angebotenen Trainingseinheiten wurden auch noch zusätzlich außerreguläre Trainingsevents abgehalten, wie beispielsweise das mehrtägige Trainingslager in Dänemark im Mai, sowie das Teambuilding Wochenende im November. Im Vordergrund stehen hierbei selbstverständlich die Optimierung der sportlichen

Fähigkeiten und die Vorbereitung auf die kommenden Turniere, aber hauptsächlich der Spaß beim Spiel und in der Gemeinschaft. Bei bestem regnerischen und windigen Dänemark-typischen Wetter wurde deshalb neben Spikeball im Haus und auf der Fähre, auch fleißig geboselt, Verstecken im Dunkeln gespielt, eine Team-Olympiade veranstaltet und in der Ostsee bei angenehmen Temperaturen (7°C !) gebadet.

Das Teambuilding-Wochenende wurde auch als Indoor-Event veranstaltet und beinhaltete viele Gemeinschaftsspiele, die noch aus der Grundschulzeit bekannt sind (bspw. Brennball, Mattenrutschen, Völkerball), sowie einen internen Spikeball-Cup, kreative Kritzeleien, Yogaeinheiten und Schwarzlicht-Minigolf. Im Rahmen des Teambuilding-Events wurde auch die erste, nun im alljährlichen Rhythmus stattfindende Litschi-Jahreshauptversammlung durchgeführt, um die Mitglieder in transparenter Weise über die Aktivitäten der Abteilung zu informieren. Ganz besonders hervorzuheben ist bei beiden Events die ausgesprochen reichliche und abwechslungsreiche Energieversorgung für uns Sportler, wobei die obligatorische Litschi-Bionade nicht fehlen darf.



Damit unsere neugewonnenen Mitglieder sprichwörtlich am Ball bleiben, wurde außerdem das Organisationsteam aufgestockt, um die Abteilung und die Spielenden bestmöglich zu koordinieren und auch abseits vom Training die sportliche Gemeinschaft mit organisierten Events, wie beispielsweise der jährlichen Weihnachtsfeier, welche dieses Jahr auf dem Weihnachtsmarkt und im Tonfink stattfand, zu stärken. Wir freuen uns deshalb sehr, dass wir mittlerweile ein Organisationsteam von 10 Frauen und Männern sind und uns somit die anfallenden Aufgaben bestmöglich untereinander aufteilen können und nicht alles an einer Person hängen bleibt. Wir stecken auch schon mitten in der Planung für das kommende Jahr, unter anderem natürlich für den Litschi-Cup und das Trainingslager, deswegen seid gespannt!



Kursplan Gymnastik/Fitness



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Stuhl Fitness 9:30-10:30 mit Doris Gym Halle	Stuhl Fitness 9:15-10:15 mit Claudia Mehrzweckhalle	Fit Mix 9:30-10:30 mit René Gym Halle	Fitness TaekwonDo 10:00-11:00 mit Torsten Gym Halle	Fit für den Alltag 9:00-10:00 mit Sabine Gym Halle
Fitness Mix 10:30-11:30 mit Doris Gym Halle		Seniorentanz ab 65Jahre 10:45-12:00 mit Bruni Gym Halle		Fit für den Alltag 10:00-11:00 mit Sabine Gym Halle
		Männerfit 17:00-18:00 mit Sabine Gym Halle		
	BBP Bauch Beine Po 19:00-20:00 mit René Burckhardt-Gymnasium	Move It! 18:00-19:00 mit Claudia Gotthardt Köhl Schule		
Bodywork 20:00-21:00 mit Jutta Gym-Halle		Full Body Workout 19:00-20:00 mit Sabine Gym Halle		
		Ball Stick Massage 20:00-21:00 mit Ina Gym Halle	Fitness Mix 20:00-21:00 mit Jule Gym Halle	



Kursplan Fitness-Studio



Öffnungszeiten Studio

Montag	15:00-21:00
Dienstag	9:00-12:30 15:00-21:00
Mittwoch	15:00-21:00
Donnerstag	9:00-12:30 15:00-21:00
Freitag	9:00-12:30 15:00-21:00
Samstag	11:00-15:00

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Rund um den Rücken 9:00-10:00 mit Sylvia Gym Halle		Body Fit 9:00-10:00 mit René Gym Halle	Stabilisations Dyn. 9:30-10:45 mit Inge Mehrzweckhalle
	Yoga (Flow) 10:30-11:45 mit Sylvia Mehrzweckhalle			
Rückenfit 17:00-18:00 mit Doreen Gym Halle	Outdoor Power 17:30-18:30 mit Nicole M. LT Platz	Beckenbodenkurs 16:00-17:00 mit Sandra Mehrzweckhalle		Indoor Cycling eics 17:00-18:00 mit Kirsten KiTa Halle
Vinyasa Yoga 18:00-19:00 mit Doreen KiTa Halle	Faszientraining 18:00-19:00 mit Sandra Gym Halle	Hot Iron* ☆ 18:00-19:00 mit Torsten Gym Halle		Indoor Cycling eics 18:00-19:00 mit Kirsten KiTa Halle
Power Pilates 19:00-20:00 mit Nina Gym Halle	BBF Body Box Fit 19:00-20:00 mit Natalie Gym Halle	Dance Aerobic 19:00-20:00 mit Nicole KiTa Halle		Body Fit 18:00-19:00 mit Nicole / Leonie Gym Halle

Jugendaktionen 2024

Liebe Kinder und Jugendliche, mit Beginn des neuen Jahres laden wir zu abteilungsübergreifenden Aktionen ein.

+++++++ Alle Jugendaktionen 2024 auf einen Blick: ++++++

LT-erleben

In jedem Jahr feiern wir am Himmelfahrtstag im Mai unseren „Tag der offenen Tür – LT-erleben“ auf dem Gelände des LT-Sportzentrums.

Wann? Donnerstag, 09.05.2024, von 15:00 bis 18:00 Uhr

Wo? Im gesamten LT-Sportzentrum

Teilnahme? Alle sind herzlich eingeladen (auch Nicht-LT-Mitglieder)

Kosten? 2,00 € pro Laufkarte für die Spielestationen (Eltern sind kostenfrei)

Ferienlager

Wann? 21. – 28.07.2024

Wo? Aarhus, Dänemark (im Trainingszentrum der Flying Superkids)

Wer? 10 – 16 Jahre (ab 17 Jahre als Halbbetreuer/ 18 Jahre als ganzer Betreuer)

Kosten? Ca. 450 € pro Person

Alle Informationen zu Jugendaktionen findet Ihr auf der LT-Homepage www.lt1854.de unter dem Reiter „Jugend“.





Anmeldeablauf ab 01.04.2024:

1. Alle Anmeldungen sind ab dem 01.04. jeden Jahres auf der LT-Jugendseite verfügbar.
2. Anmeldung downloaden, ausdrucken & vollständig (!) ausfüllen.
3. Beide gesetzlichen Vertreter müssen unterschreiben.
4. Abgabe der Anmeldung direkt in der LT-Geschäftsstelle (oder Einwurf in den Briefkasten).
5. Der Eingangsstempel auf der Anmeldung zählt (kein Fax oder Kopie möglich!)
6. Wenn die Anmeldungen da sind, bekommen alle Teilnehmer eine Bestätigungsmail. Diese Mail bestätigt die Teilnahme an der Fahrt/ Aktion.
7. Dann kann die Teilnahmegebühr überwiesen werden. Bitte auf den gewünschten Verwendungszweck achten.
8. Anschließend werden alle detaillierten Infos zur Jugendaktion bekannt gegeben.

seite 1



Habt ihr Lust auf sportliche Weiterbildung? Hier sind Bildungsangebote des LSV für Jugendliche

Anbei präsentieren wir Euch Angebote für Jugendliche. Wer Interesse an einer Aus- und Weiterbildung im Bereich Sport und Ehrenamt hat, kann sich gern bei uns in der Jugendabteilung melden: jugend@lt1854.de.

Wichtig: Die Kosten für eine Sportausbildung werden entweder von der jeweiligen Abteilung oder im Bereich der Jugendarbeit von der LT-Jugend übernommen.

1) Jugendleiter-Lizenz des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) und Erwerb der Jugendleiter-Card (JuLeiCa)

Veranstaltungszeitraum:	Je Anbieter unterschiedlich
Teilnahmegebühr:	ca. 100 €
Veranstalter:	Sportjugend oder Sportverbände der Regionen
Veranstaltungsort:	Je Anbieter unterschiedlich
Unterrichtseinheiten:	60 LE
Altersklasse:	Ab 16 Jahren

Weitere Termine findet ihr im Bildungsportal unter bildung.lsv-sh.de.

2) Grundkurs + Weiterbildung der DOSB C Ausbildung

Der Grundkurs bildet das Fundament für die Lizenzausbildung. Das gilt für sportartübergreifende Tätigkeiten im Verein ebenso wie für den fachspezifischen Einsatz. Die Konzeption für die Gestaltung der Grundkurse geht von der Überlegung aus, dass auch die/der Trainer/in-C die Einordnung der Sportart und die Prinzipien ihrer Lehrweise in allgemeine pädagogische, psychologische, soziologische, medizinische, bewegungs- und trainingstheoretische Fragestellungen vornehmen muss.

Veranstaltungsbeginn:	Je Anbieter unterschiedlich
Teilnahmegebühr:	ca. 200 €
Veranstalter:	z.B. Bildungswerk Landessportverband Schleswig-Holstein
Veranstaltungsort:	z.B. Sport- und Bildungszentrum Malente, Bad Malente
Unterrichtseinheiten:	40 LE
Altersklasse:	Ab 16 Jahren

Inhalte: Aufbau einer Übungsstunde – Kommunikationsspiele - Psychologie/Anatomie - Sportverletzungen – Trainingslehre – Stundenmodelle – Ernährung – praxisnahe Beispiele

Die Übungsleiter-C-Ausbildung umfasst insgesamt 120 Lerneinheiten und gliedert sich in einen Grundkurs (40 LE), einen Aufbaukurs (40 LE) und in einen Schwerpunktkurs (40 LE). Die Ausbildung qualifiziert für die Planung, Durchführung und Auswertung von Bewegungsangeboten im sportartübergreifenden Breitensport mit Erwachsenen und Älteren bzw. Kindern und Jugendlichen.

Diese und weitere Termine entnehmt ihr bitte der LSV-Terminhomepage unter bildung.lsv-sh.de.

Ehrenamt: Wir suchen DICH!

Du hast Interesse, Teil unseres Teams zu werden? Dann schreibe uns gerne eine E-Mail mit deinen Kontaktdaten. Wir freuen uns auf deine Unterstützung und bieten dir folgende Möglichkeiten kostenlos in deinem Ehrenamt an:

- Teilnahme am Jugendleiterlehrgang (JuLeiCa) + Erste-Hilfe-Kurse
- Teilnahme an den allen Jugendaktionen im Verein
- Mitbestimmungsrecht im Verein im Bereich der Jugend
- Einladung zur Jugendvollversammlung
- Einladung zum Jahresabschlussessen (Weihnachtsfeier)
- uvm.

Interesse? - Dann melde Dich bei uns unter der E-Mail-Adresse jugend@lt1854.de.



LT Ferienlager in Aarhus, Dänemark, 21.7. bis 28.7.2024



Gute Laune und tolles Wetter – das LT- Ferienlager (Fotos Katharina Diekow)

Ferienabenteuer in Aarhus: Erlebe unvergessliche Tage im Sommer 2024!

Die Sommerferien stehen vor der Tür, und wir haben das perfekte Abenteuer für euch geplant! Vom 21. bis zum 28. Juli 2024 laden wir euch herzlich zu unserem aufregenden Ferienlager in Aarhus, Dänemark, ein. Besonders ist, dass wir im Sportzentrum der weltbekannten Danish Flying Superkids wohnen dürfen. Packt also eure Sachen und seid bereit für eine Woche voller Spaß, Action und coole Leute.

Unsere Aktivitäten:

- Strandausflüge: Genießt sonnige Tage an den Stränden von Aarhus. Sonnenbaden, Sandburgen bauen und erfrischende Schwimmtouren stehen auf dem Programm.
- Pooltage: Unser Ferienlager verfügt über einen Poolbereich. Taucht ein, lasst die Seele baumeln und habt Spaß bei gemeinsamen Wasserspielen.
- Fahrradtouren: Wir nehmen unsere Fahrräder mit und erkunden die Umgebung von Aarhus. So kommen wir auch an unsere ganzen Ziele.
- Shopping in der Stadt: Aarhus ist nicht nur für seine Natur bekannt, sondern auch für großartige Einkaufsmöglichkeiten. Erlebt gemeinsam mit euren neuen Freunden einen aufregenden Shoppingtag in der Innenstadt.
- Olympiaden und Turniere: Lasst euren Teamgeist beim sportlichen Wettbewerb aufleben. Von Hockey über Kickerturniere bis hin zu Spaß-Olympiaden warten auf euch spannende Herausforderungen.

Ihr müsst unbedingt dabei sein!

Unser Ferienlager bietet die perfekte Mischung aus Abenteuer, Entspannung und Gemeinschaft. Knüpft neue Freundschaften, entdeckt die Schönheit Dänemarks und erlebt eine unvergessliche Woche voller Spaß und Action.

Anmeldung:

Sichert euch euren Platz für das Ferienabenteuer 2024 in Aarhus! Die Anmeldung ist ab 01.04.2024 auf unserer Internetseite www.lt1854.de verfügbar. Bitte gebt die ausgefüllte Anmeldung dann in der LT-Geschäftsstelle ab. (Possehlstraße 5, 23560 Lübeck). Anschließend melden wir uns bei euch!

Packt eure Sachen, bringt gute Laune mit und seid bereit für das Ferienhighlight des Jahres! Wir freuen uns auf euch in Aarhus!

Dein LT-Ferienlager-Team 2024



Debian, Lisann, Johanna, Anna Lisa, Carolin, Timon und Jesko

Save the DATE - Termine 2024 bei LT

26.04.2024	Jahreshauptversammlung im LT-Treff
09.05.2024	LT-erleben
21.06.2024	Midsommar-Party
19.07.-21.07.24	Basketball-Turnier der U14 und U16
21.07.-28.07.24	Aarhus - Ferienlager
15.11.2024	Winter-Essen der LTer mit Ehrungen der Jubilare
15.12.2024	LT-Weihnachtsmarkt & Charity-Ball (Basketball)

Sportstunde bei Sabine – oder: Wie ich den inneren Schweinehund überliste



Mittwoch frühabends – um 19 Uhr ist Sport angesagt bei Sabine im LT1854. Hingehen und aktiv werden oder den inneren Schweinehund siegen lassen? Nein, ganz sicher nicht, es siegt die Motivation. Also – Sportsachen anziehen, rauf aufs Fahrrad und ab in die Possehlstraße. Dort angekommen mit all den weiteren Sportlerinnen und Sportlern, ist der Antrieb bei 100 Prozent. Rein in die Halle, leicht fröstelnd, weil die Vorgruppe die Fenster aufgerissen hat bei knapp über Null Grad, Matte holen, Handtuch drauf.

Dann kommt Sabine, macht schon die ersten Scherze, als sie zur Musikanlage läuft: „Na, seid Ihr fit?“ Die Halle füllt sich, unter-

termalt von rhythmischen Klängen. „Und los geht’s, wir laufen!“, spornt Sabine die Teilnehmenden an. „Ihr seid heute schon meine dritte Gruppe.“ Sagts und gibt nicht etwa Kommandos per Trillerpfeife vom Hallenrand aus, sondern macht alles, was sie vorschlägt, auch mit. Die ersten Trainingsjacken werden nach den beginnenden Warmmach-Übungen ausgezogen, das Atmen und Husten einiger Fitness-Teilnehmenden ist schon zu hören.

„Habe ich Pause gesagt?“, fragt sie lachend in die Runde, als einige Sportlerinnen und Sportler zu schwächeln beginnen, sich mit zitternden Muskelpartien auf die Matte legen. „Und weiter geht’s, acht schaffen wir doch noch!“ Ihr Ernst? SIE schafft es jedenfalls, hüpf und zählt rückwärts bis eins. Okay, dann kann man sich nicht die Blöße geben und schlapp machen. Weiter geht’s.

Gut gelaunt steuert sie bei den Übungen einzelne Personen an, macht Verbesserungsvorschläge, saust wieder nach vorn und zieht ihre Trainingseinheiten konsequent durch. „Ja, jetzt spürt Ihr die Bauchmuskeln! Das habe ich vorhin auch schon mit der Männergruppe durchgeführt, die sagten, ich quäle sie.“ Echt jetzt? Kann ich irgendwie nachvollziehen...

Sabine Wede (Foto LT-Archiv)

Nachdem alle Muskelgruppen gut warmgeübt sind, man wirklich das Gefühl hat, beim Fitness und nicht nur beim Füßchenkreisen mitzumachen und die Uhrzeit vorangeschritten ist, folgt der Cool-Down-Teil. Das Licht wird ausgeschaltet, alle liegen erschöpft auf ihren Matten. „So, jetzt wollen wir noch etwas für die Dehnung tun“, so Sabine, „jeder in seinem Tempo.“ Und nachdem wir ein letztes Mal die Arme auf der Schulter gelegt, die Beine verknotet haben und sehr genau spüren, welche Muskelpartie gerade gefordert ist, ist es 20 Uhr. Alle stehen auf, lockern noch einmal Arme, Beine und den Rücken, ehe Sabine abschließend ruft: „Euch ein schönes Wochenende!“ – Klar, nächsten Mittwoch bin ich wieder dabei!

Und wenn Ihr auch Lust habt, Euch sportlich zu beteiligen: Es gibt neben dem Mittwochskurs viele weitere Angebote bei der LT1854. Die komplette Übersicht findet Ihr in diesem Nachrichtenblatt.

Katja Bolza-Schünemann



Gas-Geräte-Service
DIRK LÜBKE
Gas- und Wasser Installateurmeister

Gas · Wasser · Heizung
Installation · Planung

Kruppstr. 10
23560 Lübeck
Tel. (04 51) 88 99 702
Fax (04 51) 88 99 703
Mobil (01 72) 4 313 818

Am 14.1.2024 verstarb unser ältestes LT-Vereinsmitglied

Hertha Westphal (geb. Hausberg)

98-jährig.



Die in Seester, Kreis Pinneberg, geborene Norddeutsche Hertha trat der Lübecker Turnerschaft 1973 bei und war in verschiedenen Abteilungen aktiv. Sie gehörte der Wandergruppe an, machte Gymnastik und war bis zuletzt über einen Zeitraum von fünfzig Jahren Mitglied der Damen-Kegelriege „Radauecke“.

An den durch die LT alle zwei Jahre angebotenen Exkursionen beteiligte sie sich regelmäßig und nahm mit großem Interesse an diesen Angeboten abseits der Sporthalle teil.

Karin Fick, eine langjährigen Weg- und Sportbegleiterin, blickt zurück auf die gemeinsam verbrachte Zeit: „Wir alle kannten Hertha als stets fröhlichen und aufrichtigen Menschen. Sie war eine Bereicherung für uns, und wir werden sie immer in positiver Erinnerung behalten.“

Jubilare des Jahres 2024

In diesem Jahr freuen wir uns wieder über zahlreiche Jubilare und die Vereinstreue unserer langjährigen Mitglieder:

70 Jahre Mitglied	Peter Schümann	
65 Jahre Mitglied	Klaus Hänsel	Sigrid Schwardt
60 Jahre Mitglied	Stefanie Wohlers	
50 Jahre Mitglied	Helga Klatte Inge Torkuhl	Ulf Mai
40 Jahre Mitglied	Uwe Nagursky	
25 Jahre Mitglied	Brigitta Biereck Oliver Igel Michael Klüssendorf Martina Köster Kai Uwe Schmitt	Katharina Dieckow Jürgen Kästner René Knopp Kai Christoph Maertens Elke Schwertfeger



Unabhängiger Energiemakler
in Lübeck seit über 10 Jahren.

**Strom- und Gaspreisvergleich
aller Anbieter!**

Findet mit mir den für Euch
günstigsten und fairsten Preis.

Eure Vorteile:

Persönliche Beratung und
kostenloser Wechselservice!



Tel. (0451) 14 09 24 14
Mobil (0179) 48 96 79 1
Fax (0321) 21 07 24 86
Mail stefan.schuldt1@gmx.de

LT-Mitglied



Turnen (01)		Abteilungsleiterin: Astrid Steinbach, turnen@lt1854.de			
Krabbelkinder	1 - 2 Jahre	Montag	15:45 - 16:45	LT-Gymnastikhalle	
	1 - 2 Jahre	Mittwoch	15:00 - 16:00	LT-Gymnastikhalle	
Kleinkinder	2 - 4 Jahre	Montag	14:45 - 15:45	LT-Gymnastikhalle	
	2 - 4 Jahre	Montag	15:00 - 16:00	Hauptturnhalle	
	2 - 4 Jahre	Montag	16:00 - 17:00	Schule Falkenfeld	
	2 - 4 Jahre	Mittwoch	16:15 - 17:15	Johaneum kl. Halle	
	2 - 4 Jahre	Mittwoch	17:00 - 18:00	(1) Gotthard Kühl Schule	
Kinder	3 - 6 Jahre	Samstag	10:00 - 11:00	LT-Gymnastikhalle	
	4 - 6 Jahre	Montag	17:00 - 18:00	Schule Falkenfeld	
	4 - 6 Jahre	Mittwoch	17:15 - 18:15	Johaneum kl. Halle	
	4 - 6 Jahre	Donnerstag	15:00 - 16:00	Hauptturnhalle	
	5 - 8 Jahre	Donnerstag	15:30 - 16:30	Baltic Schule	
	6 - 8 Jahre	Dienstag	16:00 - 17:00	Schule Falkenfeld	
	8 - 10 Jahre	Dienstag	17:00 - 18:00	Schule Falkenfeld	
	8 - 15 Jahre	Donnerstag	16:30 - 17:45	Baltic Schule	
	Mädchen	6 - 10 Jahre	Freitag	16:30 - 17:45	Domschule
	Jugend + Erwachsene	ab 13 Jahre	Donnerstag	auf Nachfrage	Hauptturnhalle
Leistungs- und Nachwuchsriegen der Mädchen nach besonderem Plan!					
AcroLiner (33)		kommissarischer Abteilungsleiter: Robert Rahn, Tel. 51056, acroliner@lt1854.de			
nur Vorführgruppen	AL 2	Montag	17:00 - 18:30	Hauptturnhalle	
nur Vorführgruppen	AL 2	Donnerstag	16:30 - 18:30	Hauptturnhalle	
	AL 1	Donnerstag	18:30 - 20:30	Hauptturnhalle	
Anfänger	6 - 9 Jahre	Dienstag	15:00 - 17:00	LT-Halle	
	ab 10 Jahre	Donnerstag	19:00 - 20:30	Hauptturnhalle	
Anfänger	6 - 9 Jahre	Freitag	14:00 - 15:30	LT-Halle	
alle	ab 10 Jahre	Freitag	15:30 - 17:00	LT-Halle	
Rehasport Herz (19)		Geschäftsstelle Tel. 0451 51054, rehasport@lt1854.de			
Übung		Montag	18:00 - 19:00	Thomas Mann Schule	
Training		Montag	19:00 - 20:00	Thomas Mann Schule	
Übung		Montag	18:00 - 19:00	LT-Gymnastikhalle	
Übung / Training	ab 75 Watt	Dienstag	17:00 - 18:00	LT-Gymnastikhalle	
Übung / Training	Nur Damen	Mittwoch	10:00 - 11:00	LT-Halle	
Übung / Training		Mittwoch	11:00 - 12:00	LT-Halle	
Training		Mittwoch	17:30 - 18:30	LT-Halle	
Übung		Freitag	11:00 - 12:00	LT-Gymnastikhalle	
Rehasport Orthopädie (35)		Abteilungsleiterin: Sandra Bouchard, Tel. 0151 61585036, reha-orthopaedie@lt1854.de			
Gemischte Gruppe		Dienstag	17:00 - 17:45	LT-Kita-Halle	
Gemischte Gruppe		Donnerstag	13:00 - 13:45	LT-Gymnastikhalle	
Gemischte Gruppe		Donnerstag	14:00 - 14:45	LT-Gymnastikhalle	
Schwimmen (04)		Abteilungsleiter: Dennis Budzinski, Tel. 0172 8086455, schwimmen@lt1854.de			
Schwimmanfänger		Montag	19:15 - 20:00	Zentralbad Lübeck	
Schwimmgruppen	nach Einteilung	Freitag	15:30 - 16:15	Zentralbad Lübeck	
Schwimmgruppen	nach Einteilung	Freitag	16.15 - 17:00	Zentralbad Lübeck	
Schwimmen für Erwachsene	Bahn 4	Montag	21:00 - 22:00	Zentralbad Lübeck	
Leichtathletik (05)		Abteilungsleiter: Matthias Welz, Tel. 622333			
Oktober - April		Mittwoch	16:00 - 17:30	LT-Halle	
Mai - September		Mittwoch	16:00 - 17:30	Buniamshof	
Inline-Skating (31)		Abteilungsleiter: Oliver Igel, Tel. 67545			
Inline-Skating	Erwachsene	Sonntag	19:00 - 21:00	LT-Halle	

Gymnastik (03)		Abteilungsleiterin: Sabine Wede, Tel. 0173 2390492, gymnastik@lt1854.de			
Tanzmäuse	4 - 6 Jahre	Freitag	14:00 - 15:00	LT-Gymnastikhalle	
	4 - 6 Jahre	Freitag	15:00 - 16:00	LT-Gymnastikhalle	
Dance-Kids	ab 6 Jahre	Freitag	16:00 - 17:00	LT-Gymnastikhalle	
Zumba Kids	5 - 9 Jahre	Donnerstag	16:00 - 17:00	LT-Gymnastikhalle	
Wir halten uns fit!	nur für Männer	Mittwoch	17:00 - 17:50	LT-Gymnastikhalle	
Seniorentanz	ab 65 Jahre	Mittwoch	10:45 - 12:00	LT-Gymnastikhalle	
Fitness - Mix		Montag	10:30 - 11:30	LT-Gymnastikhalle	
Bauch-Beine-Po		Dienstag	19:00 - 20:00	Burckhardt-Gymnasium	
Full Body Workout		Mittwoch	19:00 - 20:00	LT-Gymnastikhalle	
Fitness - Mix		Donnerstag	20:00 - 21:00	LT-Gymnastikhalle	
Move it!		Mittwoch	18:00 - 19:00	(2) Gotthard-Kühl-Grundschule	
Body Work		Montag	20:00 - 21:00	LT-Gymnastikhalle	
Senioren gym. Mix - Am Stuhl		Montag	09:30 - 10:30	LT-Gymnastikhalle	
Gymnastik Mix - Am Stuhl		Dienstag	9:15 - 10:15	LT-Mehrzweckraum	
Fit Mix		Mittwoch	09:30 - 10:30	LT-Gymnastikhalle	
Fit für den Alltag		Freitag	09:00 - 10:00	LT-Gymnastikhalle	
Fit für den Alltag		Freitag	10:00 - 11:00	LT-Gymnastikhalle	
Fitness - TaeKwonDo		Donnerstag	10:00 - 11:00	LT-Gymnastikhalle	
Ball-stik-Massage/Gymnastik		Mittwoch	20:00 - 21:00	LT-Gymnastikhalle	
Karate (27)		Abteilungsleiter: Andreas Daus-Görs, Tel. 04509 712497			
Anfänger	6 - 14 Jahre	Dienstag	17:30 - 19:00	Kahlhorstschule	
Anfänger + Fortgeschr.	Jugend	Dienstag	19:00 - 21:30	(2) GGS St. Jürgen kl.Halle	
Anfänger + Fortgeschr.	Jugend + Erw.	Donnerstag	18:30 - 21:30	(2) GGS St. Jürgen gr.Halle	
Tanzen (24)		Abteilungsleiter: Katja Benkert, Tel. 04509 707282			
Tanzen für Einsteiger		Sonntag	18:00 - 19:00	LT-Gymnastikhalle	
Tanzen für Fortgeschrittene		Sonntag	19:00 - 20:30	LT-Gymnastikhalle	
KinderSportSchule LT (37)		Abteilungsleiterin: Rebecca, kindersportschule@lt1854.de			
Inklusives Angebot					
Minis	2 - 5 Jahre	Montag	13:45 - 14:45	LT-Gymnastikhalle	
Minis	3 - 5 Jahre	Dienstag	14:00 - 15:00	LT-Gymnastikhalle	
Minis	3 - 5 Jahre	Dienstag	15:00 - 16:00	LT-Gymnastikhalle	
Minis	3 - 5 Jahre	Dienstag	16:00 - 17:00	LT-Gymnastikhalle	
Maxis	5 - 9 Jahre	Mittwoch	15:00 - 16:00	LT-Halle	
Minis	3 - 5 Jahre	Mittwoch	16:00 - 17:00	LT-Gymnastikhalle	
Maxis - Volleyball	5 - 9 Jahre	Donnerstag	15:00 - 16:00	LT-Halle	
Minis	4 - 7 Jahre	Donnerstag	15:30 - 16:30	Paul Klee Schule	
Orientierungslauf (15)		Abteilungsleiter: Björn Hansen, Tel. 499660			
Unser regelmäßiges Training findet naturgemäß an wechselnden Orten und zu jahreszeitlich unterschiedlichen Terminen statt. Auskunft erteilt der Abteilungsleiter.					
Baseball/Softball (32)		Abteilungsleiterin: Frauke Eichholz, Tel. 707256			
Damen	Winter	Montag	19:30 - 21:30	Schule Eichholz	
Damen	Winter	Dienstag	19:00 - 22:00	Schule an der Wakenitz	
Damen	Sommer	Mo + Do	18:30 - 22:00	LT-Platz	
Jugend	Sommer	Dienstag	16:30 - 18:00	LT-Platz	
Jugend	Winter	Montag	18:00 - 19:15	Schule an der Wakenitz	
Herren	Winter	Montag	19:15 - 22:00	Schule an der Wakenitz	
Herren	Sommer	Di + Do	18:00 - 20:00	LT-Platz	
Roundnet (38)		Abteilungsleiterin: Teresa Miecznik, Tel. 0176 50769242			
Erwachsene	Sommer	Mo + Mi	18:00 - 21:00	LT-Platz	
Erwachsene "Basic"	Winter	Dienstag	20:00 - 22:00	LT-Gymnastikhalle	
Erwachsene "Advanced"	Winter	Donnerstag	20:00 - 22:00	Ernestinenschule	
Erwachsene	Winter	Sonntag	18:00 - 21:00	Hauptturnhalle	

Handball (06)		Abteilungsleiter: Birgit Wegner, Tel. 802131, handball@lt1854.de		
1. Herren		Dienstag	20:00 - 21:45	Hanse - Halle
1. Herren		Donnerstag	20:15 - 22:00	LT-Halle
2. Herren		Donnerstag	20:15 - 22:00	LT-Halle
2. und 3. Herren		Dienstag	20:00 - 21:45	(1) Gotthard Kühl Schule gr.Halle
3. Herren		Donnerstag	19:00 - 20:15	LT-Halle
1. Damen		Montag	20:00 - 21:45	Hanse-Halle
1. Damen		Donnerstag	18:30 - 20:15	LT-Halle
2. Damen		Dienstag	17:30 - 19:00	(1) Gotthard Kühl Schule gr.Halle
2. Damen		Mittwoch	18:30 - 20:15	LT-Halle
Weibl./Männl. Jugend E + D		Dienstag	17:00 - 18:30	LT Halle
Männl. Jugend D		Donnerstag	17:00 - 18:00	(1) Gotthard Kühl Schule gr.Halle
Weibl./Männl. Jugend E		Donnerstag	17:00 - 18:30	LT Halle
Mini-Mix	ab 6 Jahre	Donnerstag	16:00 - 17:00	LT-Halle
Basketball (10)		Abteilungsleiter: Martin Köpke, basketball@lt1854.de		
Damen	2005 und älter	Mittwoch	20:15 - 22:00	LT-Halle
Damen		Freitag	18:30 - 20:00	LT-Halle
Weibl. Jugend U18 + U16	2008 - 2006	Donnerstag	18:30 - 20:00	Paul Klee Schule
Weibl. Jugend U18 + U16		Freitag	17:00 - 18:30	LT-Halle
Weibl. Jugend U14 + U12	2009 - 2012	Mittwoch	16:30 - 18:30	Hansehalle
Weibl. Jugend U14	2009 - 2010	Donnerstag	17:30 - 19:00	Paul Klee Schule
Weibl. Jugend U12 + U10	2011 - 2014	Donnerstag	16:30 - 18:00	Paul Klee Schule
1. Herren	2004 und älter	Mittwoch	20:15 - 22:00	LT-Halle
1. + 2. Herren		Freitag	20:00 - 22:00	LT-Halle
Männl. Jugend U18	2005 - 2006	Freitag	18:30 - 20:00	LT-Halle
Männl. Jugend U18 + U16	2005 - 2008	Montag	17:00 - 18:30	LT-Halle
Männl. Jugend U16	2007 - 2008	Freitag	17:00 - 18:00	Dreifachhalle Moising (ehem. HCA)
Männl. Jugend U14	2009 - 2010	Montag	15:30 - 17:00	LT-Halle
Männl. Jugend U14		Donnerstag	18:00 - 19:30	Paul Klee Schule
Männl. Jugend U14 nur Fortgeschrittene		Freitag	17:00 - 18:30	Heinrich-Mann-Schule
Mixed U10/U11/U12	2011 und jünger	Donnerstag	17:45 - 19:00	Paul Klee Schule
Mixed U10/U11/U12		Freitag	17:00 - 18:30	LT-Halle
Volleyball (11)		Abteilungsleiter: Michael Kalms, Tel. 41312, 0176 63280693, volleyball@lt1854.de		
Damen VSG 1		Montag	20:00 - 22:00	Tremser Teich Schule
Damen VSG 1		Mittwoch	20:00 - 22:00	Struckbachhalle
Damen VSG 1		Donnerstag	20:00 - 22:00	Schule an der Wakenitz
Damen VSG 2		Mittwoch	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Damen VSG 2		Freitag	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Damen VSG 3		Dienstag	20:00 - 22:00	Schule am Koggenweg
Damen VSG 3		Freitag	20:00 - 22:00	Burgfeldhalle
Damen VSG 4 (Sommer)		Dienstag	20:15 - 22:00	LT-Halle
Damen VSG 4		Freitag	17:30 - 19:30	Hauptturnhalle
Damen VSG 5 (= U20)		Dienstag	18:00 - 20:00	Holstentor Gemeinschaftsschule
Damen VSG 5 (= U20)		Freitag	18:00 - 20:00	Burgfeldhalle
Damen VSG 7		Dienstag	18:45 - 20:15	LT-Halle
Damen VSG 7		Freitag	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Herren VSG 1		Montag	20:00 - 22:00	Hans Christian Andersen
Herren VSG 1		Mittwoch	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Herren VSG 1		Freitag	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Herren VSG 3		Freitag	20:00 - 22:00	Burgfeldhalle
Weibl. Jugend		Montag	18:00 - 20:00	(2) Gotthard-Kühl-Schule kl.Halle
Weibl. Jugend		Montag	18:00 - 20:00	Tremser Teich Schule
Weibl. Jugend		Mittwoch	16:00 - 18:00	Thomas Mann Schule
Weibl. Jugend		Freitag	18:00 - 19:30	Tremser Teich Schule
Weibl. Jugend		Mittwoch	18:00 - 20:00	Thomas Mann Schule
Männl. Jugend		Mittwoch	18:00 - 20:00	großes Johanneum
Hobby - Mixed		Dienstag	18:45 - 20:15	LT-Halle
Weibl.+Männl. Jugend		Dienstag	16:30 - 18:30	(1) Gotthard Kühl Schule gr.Halle
Weibl.+Männl. Jugend		Donnerstag	17:00 - 19:00	Paul-Gerhardt Schule
Weibl.+Männl. Jugend		Freitag	18:00 - 20:00	Burgfeldhalle

Badminton (29)		Abteilungsleiter: Kalle Horn, Tel. 0451 4812182; badminton@lt1854.de	
	Montag	20:00 - 22:00	Thomas Mann Schule
Tischtennis (12)		Abteilungsleiter: Tino Salzwedel, Tel.0173 9466941	
Jugend		Montag	18:30 - 20:00 LT-Halle
Erwachsene	(Fortg.+Anfänger)	Montag	20:00 - 22:00 LT-Halle
Jugend	(nach Absprache)	Mittwoch	17:00 - 20:00 Domschule
Erwachsene		Mittwoch	20:00 - 22:00 Domschule
Jugend	(nach Absprache)	Freitag	15:00 - 16:30 Domschule
Jugend		Freitag	18:00 - 20:00 Domschule
Erwachsene		Freitag	20:00 - 22:00 Domschule
Jugend	(Anfänger)	Samstag	11:00 - 12:30 LT-Gymnastikhalle
Jugend	(Fortg. n.Abspr.)	Samstag	12:30 - 14:00 LT-Gymnastikhalle
Erwachsene		Samstag	14:00 - 16:00 LT-Gymnastikhalle
Fitness-Studio (30)		Studieleiter: Kirsten Schiller, Tel. 51056, info@lt-studio.de	
<u>Öffnungszeiten</u>	Mo./Di./Mi./Do./Fr.	15:00 - 21:00 Uhr	Spartenbeitrag 15,- € mtl.
nachmittags	Di./Do./Fr.	9:00 - 12:30 Uhr	(zusätzlich zum Vereinsbeitrag)
vormittags	Sa.	11:00 - 15:00 Uhr	Kursplan findet ihr auf dem Studioflyer!
Faustball (07)		Abteilungsleiterinnen: Caroline Röber, Lea Conrad	
Frauen und Männer	September - April	Dienstag	20:15 - 22:00 LT-Halle
Frauen und Männer	Mai - August	Mittwoch	18:00 - Dunkelh. LT-Platz
Frauen und Männer	Oktober - April	Donnerstag	20:00 - 22:00 Schule Grönauer Baum
Bogensport (20)		Abteilungsleiterin: Kati Wiedener, Tel. 0170 5868788, bogensport@lt1854.de	
Training/ Bogenschienen weiblich/männlich in allen Altersklassen und Wettkampfgruppen ab 10 Jahren!			
Neueinsteiger können nach Absolvierung eines Anfängerkurses teilnehmen!			
Oktober - Ende März		Donnerstag	18:30 - 20:00 Dr. J. Leberschule/Brockestr.
Oktober - Ende März		Samstag	09:00 - 12:00 LT-Halle
April - Ende September		Freitag	16:00 - 20:00 LT-Platz
April - Ende September		Mittwoch	16:00 - 20:00 LT-Platz
April - Ende September		Samstag	09:00 - 13:00 LT-Platz
Änderungen werden beim Training bekanntgegeben!			
Wandern (16)		Abteilungsleiterin: Sabine Wede, Tel. 0173 2390492	
Die aktuellen Wanderterminen werden im LT-Gebäude ausgehängt!			
Mitgliedsbeiträge			
Mitgliedsbeiträge	nur über Einzugsermächtigung !		
Vollzahler / Partner	€ 20,00,- / 16,00,- mtl.		
Ermäßigter Beitrag	€ 12,-		
Eventuelle Sparten- und Sonderbeiträge siehe Beiträge unter https://www.LT1854.de/service/!			
Hallenverzeichnis			
Baltic-Schule - Briggstraße 11h	Hauptturnhalle - Mühlenstraße 74		
Burckhardt-Gymnasium - Ziegelstraße 38	Holstentor-Gemeinschaftsschule - Wendische Str.55		
Burgfeldhalle - Am Getrudenkirchhof 2	Johanneum - Bei St.Johannis 1/3		
Dom-Schule - Domkirchhof 5-6	Julius-Leber-Schule - Brocksstr. 59-61		
Schule Eichholz - Bohlkamp 25	Kahlhorstschule - Kahlhorststraße 41		
Ernestinenschule - Kl. Burgstraße 24-26	Kaland-Schule - Kalandstraße 8		
Schule Falkenfeld - Helgolandstr. 5	Katharineum - Königstr. 27 / 31		
Francke-Schule - Schildstraße 6-8	Schule am Koggenweg - Koggenweg 1		
(1) GGS St.Jürgen - Kalkbrennerstr. 5	Paul-Gerhardt-Schule - Paul-Gerhardt-Str. 4-8		
(2) GGS St. Jürgen - Mönkhofer Weg 95	Paul Klee Schule - Alexander Flemmingstr.6		
(1) Gotthard-Kühl-Schule große Halle- Lortzingstraße 27	Struckbachhalle - Georg-Kerschensteiner-Str. 27		
(2) Gotthard-Kühl-Schule kleine Halle- Am Neuhof 1a	Thomas-Mann-Schule - Thomas-Mann-Straße 14		
Schule Grönauer Baum - Reetweg 5-7	Trave Gymnasium - Hauptstr. 26		
Dreifachhalle Moising (ehem.HCA) - Brüder Grimm Ring 6	Tremser Teich Schule - Am Behnckenhof 37		
Hansehalle - Bei der Lohmühle 3	Schule an der Wakenitz - Dieselstr. 16		
Alle Städtischen Sporthallen sind in den Schulferien geschlossen !			

Was für ein Orientierungslauf Jahr für Marika!

Nach zwei deutschen Vizemeisterschaften 2022 war das erklärte Ziel von Marika für 2023, bei einer Siegerehrung ganz oben auf dem Treppchen zu stehen. Sie ergänzte, so wie im Jahr 2000, als sie Deutsche Jugendmeisterin auf der Mittelstrecken-Distanz wurde. Nun boten sich 2023 drei Möglichkeiten für sie, einen DM-Titel zu gewinnen. Die Erste Ende April bei den Deutschen Sprintmeisterschaften im Zittauer Gebirge. Bei den Sprintmeisterschaften gibt es morgens einen Quali-Lauf und nachmittags je nach dem Ergebnis des Quali-Laufes das A- oder B-Finale.

Marika reichte durch Rang 4 im Quali-Lauf das A-Finale. Im Finale musste sie sich wie vormittags letztendlich nur der Preetzerin Ieva Grahl geschlagen geben. Mit 40 Sekunden Rückstand auf der 2,2 Kilometer langen Strecke wurde sie „wieder einmal“ Deutsche Vizemeisterin im Sprint-Orientierungslauf. Gleich eine Woche später sah der Wettkampfkalender eine mögliche Revanche bei den deutschen Mittelstrecken Meisterschaften in Willebadessen in der nicht ganz so flachen Region Ostwestfalen Lippe vor. Dieses Mal sah die Bahnlegung eine Distanz von 2,8 Kilometern mit für so eine kurze Strecke ungewöhnlichen 105 Höhenmetern vor. Mit einem perfekten Lauf distanzierte Marika die gesamte Konkurrenz und gewann mit über zwei Minuten Vorsprung die Konkurrenz. Was war das für eine Freude bei ihr nach drei Vizemeisterschaften! Und 23 Jahre nach der letzte Deutschen Meisterschaft erneut deutsche Mittelstrecken-Meisterin zu sein, dieses Mal eben in der Klasse Damen 40. Damit hatte sich das intensive Wintertraining mehr als bezahlt gemacht. Im Grunde hatte Marika damit ihr Ziel für 2023 erreicht.

Sie ließ lange Zeit die Entscheidung offen, ob sie im September die lange Fahrt nach Regensburg zu den Deutschen Meisterschaften über die Langdistanz antreten wollte. Letztendlich entschied sie sich für die Teilnahme. Zu bewältigen waren 5,1 Kilometer mit 155 Höhenmetern in einem vom Veranstalter als technisch sehr anspruchsvollen Gelände ausgewiesen auf einer Laufkarte namens „Felsenparadies“. Wenn man die elektronische Zeiterfassung von Marikas Lauf auswertet, kommt man zu dem Ergebnis, dass sie sich erst langsam an das Felsenparadies gewöhnen musste. Bis zum Posten 10 der 16 Posten umfassenden Laufstrecke lag sie knapp hinter den Medaillenrängen. Erst mit dem zielsicheren und fast fehlerfreien Anlaufen der letzten sechs Posten schob sie sich nach und nach an die Spitze und wurde Deutsche Meisterin auf der Langdistanz. Am Ende lag sie sechs Sekunden vor der Zweitplatzierten, und zu Rang 3 waren es auch nur 32 Sekunden Vorsprung. Daneben sicherte sie sich mit diesem Sieg auch den Gewinn der Bundesrangliste in der Klasse Damen 40. Im Grunde mehr als verdient als bester Allrounderin des Starterfeldes über die gesamte Saison.

Nebenbei wurde Marika Anfang Juli Landesmeisterin in der Damen-Elite im Nehmterer Forst bei Plön. Bekanntlich fällt der Apfel meist nicht weit vom Stamm. Ihre Tochter Elisa sicherte sich den Landesmeistertitel in der Klasse D 12.

Mehr über die spannende Sportart Orientierungslauf (OL) erfährt man unter dem Link <https://o-sport.de>. Kurz hier beschrieben, es ist eine Sportart, bei der man nie zu spät einsteigen kann. Man kann es allein oder als Familie betreiben, im In- oder Ausland. Um mal reinzuschnuppern, braucht man keine Vorkenntnisse, einfaches Outdoor-sportzeug reicht völlig aus. Wir als Orientierungsläufer sind seit fast 50 Jahren über die Lübecker Turnerschaft organisiert. Die Saison fängt gerade wieder an und damit auch das Training. Wann es stattfindet, könnt ihr erst einmal über Björn Hansen erfahren, Tel. 0451/499660.



Inline Skaten - Unsere Aktivitäten

„Sonntagabend - während Deutschland den `Tatort` schaut, skaten wir in der LT-Halle“, gibt Übungsleiter Oliver Igel einen Einblick in die Inliner-Gruppe der LT . Wir, das sei eine kleine Gruppe von Sportler_innen zwischen 30...60 Jahren, die aus jahrzehntealter Gewohnheit dem folgenden Ritual folge: Aufwärmen + Plaudern, ein paar Spiel- und Übungsformen auf dem Weg zum Basketball und weitere Spiel- und Übungsformen auf dem Weg zum Floorball/Hockey.

Natürlich wolle jede Mannschaft gewinnen. Im Vordergrund stehen bei den Inlinern jedoch Spaß, Schwitzen und sich über Spielzüge mit erfolgreichem Abschluss freuen, so der Abteilungsleiter weiter.

„In diesem Sommer werden wir, nach verschiedenen Wochenendtouren in den letzten Jahren z.B. nach Potsdam, Hannover, Bremen oder Rostock mit unterschiedlichen Bewegungsangeboten wie Rad- und Paddeltouren, Theater-, Museums- und Stadionbesuchen, mal wieder Fläming-Skate machen“, kündigt Oliver Igel an. „Schaut gern mal am Sonntagabend um 19.00 Uhr in der LT-Halle vorbei!“



Inlinerinnen und Inliner der LT auf Tour (Foto Oliver Igel)



Auf Inlinern – sowohl in der Halle, als auch draußen macht der Sport Spaß (Fotos Oliver Igel)





Rolf Westphal
Garten- u. Landschaftsbau
Garten & GARD



Alt Herrenwyk 1a
23569 Lübeck

Tel.: 0451 / 30 67 61
Fax: 0451 / 30 92 27

info@westphal-galabau.de

- Neuanlagen •
- Erdarbeiten •
- Gartenpflege •
- Pflanzarbeiten •
- Baumschneidearbeiten •
- Winterdienst •
- Pflasterarbeiten •
- Natursteinarbeiten •
- Dachbegrünung •
- Zaunanlagen •
- Holzarbeiten •
- Gartenlicht •
- Bewässerungsanlagen •
- Teich- u. Schwimmteichbau •



www.westphal-galabau.de

Abgabetermin

Beiträge für das LT Nachrichtenblatt 03/24 müssen bis zum 15.05.2024 eingereicht werden.

Spender gesucht: Für zwei neue Holzbänke an unserer Beach-Volleyball Anlage



Einen Blick auf die Alpen können die neuen Sitzbänke nicht bieten, dafür jedoch einen unverstellten Blick auf spektakuläre Ballwechsel auf unserer Beach-Volleyball-Anlage. *(Bild von Joshua Woroniecki auf Pixabay)*

Zugucken, entspannen, sich austauschen – diese Möglichkeiten können die zwei neuen Sitzbänke bieten, die wir auf unserem LT-Platz künftig wieder an unserer Beach-Volleyball-Anlage aufstellen möchten.

Für die rund 350,- €, die eine Bank kosten wird, kann die Spenderin / der Spender ihren / seinen Namen auf einem Schild anbringen lassen. Sollte es jemanden geben, der solche Bänke selbst herstellen kann, wäre diese Lösung natürlich ebenso willkommen.

Für Nachfragen und Vorschläge steht die Geschäftsstelle unter 0451 – 5 10 54, info@lt1854.de zur Verfügung.

Impressum

Herausgeber: Der Vorstand der Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.
Layout: Lars Urbszat
Fotonachweis: Privat
Druck: Kaiser & Mietzner, Lübeck

Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.

Adresse: Possehlstrasse 5, 23560 Lübeck,
Email: info@lt1854.de • www.lt1854.de
Telefon Geschäftsstelle: 0451 51054
Telefon Studio: 0451 51056

KAISER & MIETZNER

PRINT- und DIGITALMEDIEN

Kahlhorststraße 2 a | D-23562 Lübeck
Telefon (0451) 599241 oder (0451) 599366 | Telefax (0451) 598410
info@kaisermietzner.de | www.kaisermietzner.de

Lübecker Turnerschaft von 1854 e.V.
Possehlstraße 5 - 23560 Lübeck



www.lt1854.de

info@lt1854.de