NACHRICHTEN

TVE

Turnverein Ehlershausen von 1961 e.V.

Ausgabe 03-2018

Volltreffer für Ihren Verein.

Mit unserer Sportförderung in der Jugendarbeit leisten wir einen wichtigen Beitrag zum sozialen Miteinander der Menschen in Burgdorf.

Wenn's um Geld geht

Stadtsparkasse Burgdorf

stadtsparkasse-burgdorf.de

Vorwort

Hallo liebe Sportbegeisterte,

die Bitte für die TVE Nachrichten das Vorwort zu schreiben, ereilte mich ebenso kurzfristig und überraschend, wie mein neuer Posten im Verein. Seit diesem Sommer bin ich der neue Sportwart für den TVE und seitdem eifrig dabei, das Amt mit seinen Aufgaben kennen zu lernen. Die größte Aufgabe wird mit dem Erscheinen der TVE Nachrichten schon hinter mir liegen, der alljährliche Nikolausmarkt. Hier ist der Verein mit seinen ehrenamtlichen Helfern mit dem Grillstand vertreten, um mit dem Erlös ausschließlich die Fördervereine in unserem Dorf zu unterstützen. Eine tolle Aufgabe für einen sehr guten Zweck. An dieser Stelle wünsche ich allen Lesern eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Start in das neue Jahr 2019, vielleicht auch mit dem guten Vorsatz in unserem Verein Sport zu treiben. Die Anregungen dazu finden Sie bestimmt hier im Heft.

Neben dem Sportwart bin ich seit einigen Jahren der Mannschaftsführer der Mixed-Volleyballmannschaft und damit der Abteilungsleiter. Nach verschiedenen Sportarten, die ich in meiner Kindheit und Jugend in Hänigsen ausgeübt habe, bin ich mit dem Umzug mit meiner Familie nach Ehlershausen im Jahr 2003 in das noch Neubaugebiet am südwestlichen Dorfrand rasch in der Männerfitnessgruppe gelandet und damit im TVE. Seit knapp sieben Jahren spiele ich in der Volleyballmannschaft und wir messen und erfreuen uns seit 2013 in der Hobbyliga C mit Gleichgesinnten aus der Region Hannover.

Bis vor einiger Zeit war ich der Meinung, dass die Vereine in unserem Land eigentlich von allein funktionieren und alles irgendwie spielt, spring und läuft. Doch schaut man mit den ersten kleinen Aufgaben im Verein hinter die Banden, Netze und Tore, sieht man sehr schnell, wie zerbrechlich das Fundament, auf dem der Freizeitsport steht, eigentlich ist. Eine Vielzahl von ehrenamtlich engagierten Helfern, Trainern, Funktionären usw. bilden das Tragwerk für die vielen verschiedenen Sport- und Freizeitmöglichkeiten für Jung und Alt, damit wir uns aktiv für die Gesundheit, als Ausgleich für den Alltag oder zum Leistungsvergleich bzw. im Wettbewerb bewegen.

Ich bin in diesem Gefüge nun auch stärker engagiert und hoffe, dass ich meinen Verein damit sinnvoll und nachhaltig unterstützen kann.

Mit sportlichen Grüßen

Christian Rockahr, Sportwart

Leichtathletik

Wie man auf den Fotos erkennen kann, ist die Leichtathletik Gruppe mit Kindern der Schulklassen 1-4 immer gut besucht, aber auch ältere sind generell dabei und gerne gesehen.

Das Training beginnt locker mit einem Ankommen und freien Spielen. Die Kinder berichten auch mal von ihren aufregenden Erlebnissen des Tages und bereiten sich mit kleinen Spielen auf die Sportstunde vor. Dann beginnen die gemeinsamen Aufwärmspiele. Das ist z.B. „Steh Bock Lauf Bock“ oder auch Ballspiele.

Es folgen leichtathletikspezifische Sprung– und Hopserläufe, die sich in der Schwierigkeit steigern. Die beiden versierten Trainier, Ilka Busche-Holewa und Olaf Buchholz, machen die Übungen vor und geben Tipps. Auch die älteren Kinder dürfen das mal übernehmen und den Kleineren zeigen, wie es geht. Die Übungen dienen der Koordination und sind letztlich auch wie eine Vorbereitung im richtigen Wettkampf.

Im Staffellauf dürfen zwei Kinder abwechselnd ihre Gruppenmitglieder wählen, bevor es in einen kleinen Wettkampf geht, in dem sich die Gruppen messen können. Das Ziel ist z.B., das Staffelholz stets ohne Fehler zu übergeben und zusätzlich einen Softball per Sprint zu einem kleinen Kasten zu transportieren.

Dabei kommt eine Menge Stimmung auf. Lautstark wird das eigene Team angefeuert, schließlich möchte keiner verlieren. Auch Ilka und Olaf, selbst früher aktive Leichtathleten, laufen mit und zeigen praktisch wie es am besten klappt.

Weitere Spiele, wie „Takeshi“, gehören zu den Lieblingsübungen bei den Kindern. Es mutet ein wenig wie bei Paintball an, ist jedoch ganz ungefährlich. Dabei befindet sich eine Gruppe in einem abgegrenzten Innenkreis. Die andere muss möglichst häufig die Halle umrunden ohne mit den Softbällen abgeworfen zu werden, wobei die Hindernisse den Läufern helfen, um sich wegzuducken und nicht erwischt zu werden.

Im Winter muss das Training in der Turnhalle stattfinden, eine gute Gelegenheit, um bei einem Zirkeltraining mit Sprung– und Laufübungen die Muskelkraft aufzubauen. Im Sommer kann auch draußen trainiert werden. Es wird auf dem Sportplatz oder im Wald gelaufen und gesprintet. Auch Weitsprung und Werfen gehören zum Programm.

Je nach Möglichkeiten planen Ilka und Olaf auch die Teilnahme an Wettkämpfen. Dort gehören 50m Lauf, Weitsprung und Werfen mit 80g Bällen dazu. Am letzten Samstag vor den Sommerferien veranstalten die beiden für den TVE auch den legendären „Neue Wiesen Lauf“ - ein Crosslauf durch die Feldmark und eine gute Gelegenheit für die Kinder, sich mit dem Gelernten und dem Trainingsstand zu beweisen.

Am Ende jeder Trainingseinheit findet ein beliebtes Abschlussspiel statt. Das ist dann „12er Ball“, „Brennball“ oder „Merkball“. Dann heißt es, eine Woche sehnsuchtsvoll zu warten, bis das nächste Leichtathletik Training wieder losgeht.

Bettina Schön, Pressewartin

Das Trainierteam Ilka Busche-Holewa und Olaf Buchholz mit ihren fröhlichen Leichtathletik-Kindern.

Donnerstag 15.30 - 17.00 Uhr, Leichtathletik, Turnhalle Waldschule

VGH Vertretung
Thomas Schacht
Hannoversche Neustadt 15
31303 Burgdorf
Tel. 05136 81447 Fax 05136 894281
www.vgh.de/thomas.schacht
schacht@vgh.de

Finanzgruppe

fair versichert
VGH

G & M
Immobilien

Ihr Ansprechpartner:
Stefan Müller
Dipl.-Ing. (Architektur)
Sachverständiger für das Bauwesen
Immobilienmakler

e-Mail: Info@gmi.de
Internet: www.gmi.de

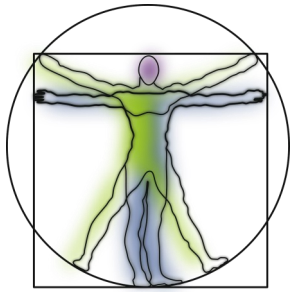
für Verkäufer bei uns kostenlos:

- ✓ **Energieausweis**
- ✓ **Verkauf** Ihrer Immobilie
- ✓ Erstellung neuer **Grundrisse**
- ✓ **Aufmaß** Ihrer Immobilie
- ✓ Neuberechnung der **Wohnfläche**
- ✓ **Beratung** durch unsere Sachverständigen
- ✓ **Marktwertgutachten**

...und vieles mehr...

Rufen Sie uns an! Wir freuen uns auf Sie! ☎ **0 51 39 / 97 20 40 4**

Reha-Sport



Reha-Sport mit Qualitätssicherung

Weiter gut frequentiert ist der Reha-Sport im TVE. Beide Gruppen donnerstags abends im Bewegungsraum des Kindergartens sind mit aktuell jeweils 15 Teilnehmer/innen voll belegt. Anmeldungen - ausschließlich mit ärztlicher Verordnung (!) - sind zur Zeit nur auf Warteliste möglich (bei Trainerin Cornelia Feller 05085/6030).

Rehabilitationssport auf ärztliche Verordnung setzt nicht die Vereinsmitgliedschaft voraus und die Kosten werden auf Antrag von den Krankenkassen übernommen. Insofern unterliegen die Kursen einer Qualitätssicherung.

Eine Routineprüfung durch den Behinderten Sportverband Niedersachsen Ende September bescheinigte (Auszüge aus der Bewertung): „In einem angenehmen und hellen Raum wurde ein bestens vorbereiteter Kurs angeboten. Die Übungen waren kreativ und der Leistungsfähigkeit der Teilnehmer angepasst. Freude und Humor waren sowohl bei der Übungsleiterin als auch bei den Teilnehmern deutlich zu erkennen." Wir freuen uns über diese positive Bewertung der Reha-Sport Abteilung im TVE!

Bettina Schön, Pressewartin

Bild oben: Die Reha Sportgruppe 1 bei ihren Übungen mit dem Theraband

Bild rechts: Gemeinsames Foto der Reha Sportgruppen 1 & 2 mit der Trainerin Cornelia Feller

seit über
45 Jahren
erfolgreich
im Markt

Elektro-Draber

- Installation & Wartung Industrieanlagen • Raparaturen
- Elektro-Installation • Haustechnik • Hauskommunikation
- SAT • Beleuchtung • Sprechanlagen • Datenrettung PC
- SAT und Antennenbau • EDV Vernetzung-Datenkabel
- Alarmanlagen • Kundendienst • Unterhaltungselektronik
- Haushaltsgeräte • Telefonkarten
- LED und andere Leuchtmittel
- JURA Kaffeevollautomaten: Wartung, Reparatur, Verkauf
- Routereinrichtung u. Anschluss

Inh.: Jörg Draber
Ramlinger Straße 7a - 9 · 31303 Burgdorf-Ehlershausen
Telefon 0 50 85 - 71 07 · Telefax 0 50 85 - 76 94
info@elektro-draber.de · www.elektro-draber.de

e-masters

Ansprechpartner Übungsgruppen

Sparte	Name	Telefonnummer
Badminton	Bettina Schön	05085-955436
Fit & Dance	Laura Kargel	05085-6597
Gymnastikgruppe Frauen	Gudrun Henning	05085-7265
Judo & Tabata	Stefan Wöhlken Wolfgang Großart	05085-981615 05136-6409
Kindertanz & Dance-4-Fans	Lara Brockmann	05136-9747301
Leichtathletik	Ilka Busche-Holewa	05085-92528
Männerfitness	Olaf Kargel	05085-6597
Qigong	Verena Horn	05085-6791
Reha Sport	Cornelia Feller	05085-6030
Rhythmus, Spaß und Bewegung	Manuela Pauluhn	05085-7959
Rückenschule & Turnen Kinder	Ute Melzian	05173-1794
Step & Bodyforming & Rücken FIT	Susanne Eichstädt	05085-233
Tischtennis	Rüdiger Eich	05085-1621
Turnen Kinder	Rita Rebock	05085-1432
Turnen Mutter und Kind	Sabine Scheems-Schnellinger	05085-587
TVE-Jugend	Florian Baumöller	0151-58818852
Volleyball	Christian Rockahr	05085-971871
Walking / Nordic-Walking	Christine Lindner	05085-7016
Yoga	Silke Fritz	05085-981212

Ansprechpartner Vorstand

1. Vorsitzender	Uwe Meyer	Waldstraße 6 31303 Burgdorf	05085-6792
Stellv. Vorsitzender	Martin Schön	Kiefernweg 14 31303 Burgdorf	05085-955435
Kassenwartin	Claudia Schmidt	Schwarzenbergsfeld 22 31303 Burgdorf	05085-956286
Mitgliedswart	Leonard Hackel	Grüne Allee 20 31303 Burgdorf	0177-7841148
Schriftführerin	Sabine Müller	Am Braunen Hirsch 8 31303 Burgdorf	05085-981988
Sportwart	Christian Rockahr	Schwarzenbergsfeld 32 31303 Burgdorf	05085-971871
Senioren- und Frauenwartin	Dorothea Schaefer	Liegnitzer Straße 22 31303 Burgdorf	05085-7484
Jugendwart	Florian Baumöller	Hannoversche Neustadt 22 31303 Burgdorf	0151-58818852
Pressewartin	Bettina Schön	Kiefernweg 14 31303 Burgdorf	05085-955436

Judo

Liebe Mitglieder der Judosparte!

Das Jahr nähert sich mit großen Schritten wieder einmal dem Ende und wir wollen einmal auf die Situation in den Judogruppen aufmerksam machen. Die erste Donnerstagsgruppe ist immer voll und sehr gut besucht. Das ist die gute Nachricht. In der 2. Donnerstaggruppe kommen, wenn überhaupt, nur fünf Kinder. Auch am Samstag sieht die Situation genauso aus. Das ist die Schlechte. Am Montag hat sich die Teilnehmerzahl etwas stabilisiert und es sind bis zu sieben Erwachsene auf der Matte. Wenn weiterhin so wenige Kinder und Judoka zu der 2. Donnerstagsgruppe und am Samstag zum Training kommen, werden wir diese Gruppe schließen müssen. Wir hoffen, dass es nicht dazu kommt, aber die Arbeit nimmt uns sehr in Anspruch und es ist extrem frustrierend, sich für das Training Gedanken zu machen und dann kommen so wenige. Dann macht auch uns das Training keinen Spaß und die Zeit können wir dann trotzdem abschreiben. Bitte überlegt, wie aufwendig es ist, ein Training zu gestalten und dass wir dafür unsere Freizeit opfern. Für Rückfragen sind wir immer über unsere E-Mail oder per App zu erreichen.

Trotzdem wünschen wir Euch eine fröhliche Weihnachtszeit und freuen uns auf eine schöne Weihnachtsfeier am 15.12. um 11:00 Uhr in der Halle.

Wolfgang Großart und Stefan Wöhlken, Trainer Judo

Der TVE bietet ein exzellentes Judo Training. Gerne können interessierte Jugendliche ab 12 Jahren und Erwachsene zum Probe-Training vorbeikommen.

Montag 18.00 - 19.30 Uhr, Judo Erwachsene, Turnhalle Waldschule
Mittwoch 20.00 - 22.00 Uhr, Tabata, Turnhalle Waldschule
Donnerstag 17.00 - 18.30 Uhr, Judo Kinder U12, Turnhalle Waldschule
Donnerstag 18.00 - 19.45 Uhr, Judo Jugendliche U15 / U18 / U21, Turnhalle Waldschule
Samstag 11.00 - 12.30 Uhr, Judo für alle, Turnhalle Waldschule
Samstag 12.30 - 14.00 Uhr, Judo Individualtraining (nur nach Absprache), Turnhalle W.

Kinderturnen

Die Kleinen sind mit ganzem Eifer dabei

Das Kinderturnen für die 4-6 Jährigen eignet sich für alle Kinder, die dem Mutter-und-Kind Turnen entwachsen sind und gerne ohne Begleitung in der Halle turnen wollen. Manchmal ist ein Kind auch jünger oder älter, je nach Leistungsstand und manchmal sind es auch Geschwisterkinder, die nur wenige Jahre auseinander liegen, die gemeinsam kommen möchten. Die Leitung wird mit viel Herzblut von Rita Rebock und Ute Melzian durchgeführt.

HELMA, Ihr Spezialist für

Individuelle Massivhäuser

Innovativ & Sicher

Täglich von 11:00 - 18:00 Uhr geöffnet

Besuchen Sie den **größten Massivhauspark in der Region Hannover** und entdecken Sie innovative Energiesparkonzepte:

- **Das EnergieAutarkeHaus**
- **KfW-Effizienzhaus**
- **Sonnenhaus**
- **Passivhaus**

und viele weitere individuelle Möglichkeiten!

HELMA-Musterhauspark Lehrte

Direkt an der A2 bei Hannover, Abfahrt Lehrte
Zum Meersefeld 6 • 31275 Lehrte
Telefon: 05132/8850-200

www.HELMA-Musterhauspark.de

HELMA Eigenheimbau AG

Die jeweils eineinhalb Stunden beginnen mit etwas Gymnastik zur Aufwärmung, dann geht es in den Geräteparcours. Es werden kleine und große Kästen, Bänke, Barren, Matten und Weichbodenmatten und was der Geräteraum sonst noch hergibt verwendet und daraus ein Kinderparadies gezaubert. Es wird gelaufen, geklettert, gerutscht, gesprungen, Rolle vorwärts, Rolle rückwärts.

Die Kinder erhalten immer eine fachkundige Anleitung, wie sie die Geräte und Übungen am besten zu absolvieren haben und worauf sie achten sollten. Die Kinder sehen es als Riesenspaß. Es bilden sich spontan Grüppchen, die etwas gemeinsam machen möchten, mal ist ein Kind für sich selbst bei der Sache, mal haben alle gemeinsam eine Aufgabe. Es wird dabei viel gelacht und wenn doch mal eine Träne fließt, dann eilen Rita und Ute herbei, trösten oder kümmern sich um das Anziehen von Turnschuhen oder auch mal um kleine Missgeschicke, die im Eifer des Gefechts passieren.

Die Kinder lernen ganz nebenbei ihren Körper kennen: Was kann ich, was kann ich noch nicht und wenn ich übe, dann geht es danach einfacher. Gerade bei den Kleinen geht das Lernen so schnell und sie bekommen wichtige Impulse für ein sportliches Körperbewusstsein und eine gute Körperbeherrschung. Ein wichtiger Baustein in der Entwicklung eines Kindes.

Den Abschluss des Trainings bildet immer ein Spiel. Das kann z.B. „Schwarzer Mann“ oder „Fang den Bär“ sein. Danach kommen die Eltern und holen Ihren Nachwuchs ausgepowert, aber glücklich wieder ab.

Bettina Schön, Pressewartin

Die Gruppe Kinderturnen mit Rita Rebock und Ute Melzian

Mittwoch 15.30 - 17.00 Uhr, Turnen Kinder 4-6 Jahre, Turnhalle Waldschule

THERAPIEZENTRUM
EHLERSHAUSEN

REHA PRÄVENTION WELLNESS
Tel. 0 50 85 - 17 11
M. Schönfeld & H. Kaiser

Termine auch abends!

Ramlinger Str. 25a
31303 Ehlershausen

KRANKENGYMNASTIK
PHYSIOTHERAPIE
MANUELLE LYMPHDRAINAGE
MASSAGE
MED. TRAININGSTHERAPIE
ELEKTRO- UND ULTRASCHALLTHERAPIE
VIBRATIONSTRAINING
FUßREFLEXZONENMASSAGE
NATURMOORPACKUNGEN
UND ROTLICHT
KINESIOTAPE
FUNKTIONSTRAINING
KURSANGEBOTE
HAUSBESUCHE

Voltmer's Schreib-Post

Telefon
0 50 85 - 97 16 50

Schreibwaren ◆ Bürobedarf ◆ Tabakwaren ◆ Fax-Service
Buch- und Schulbuchbestellungen aller Art ◆ Schulbedarf
Schleichtier ◆ Kopierservice ◆ Lamy
Tages und Wochenzeitungen ◆ Bring-Service
Postagentur

Blumenparadies

Telefon
0 50 85 - 9 81 87 48

Blumensträuße

Hochzeitsschmuck

Topfpflanzen

Trauerfloristik

Tischschmuck ◆ Balkon- und Gartenblumen

Inh. Olaf Voltmer · Ramlinger Straße 17A · 31303 Burgdorf
Fax 0 50 85 - 65 63 52 · E-Mail: info@voltmers-schreibpost.de

Akustik- und Trockenbau

Günther Schmidt

- Dachgeschossausbau
- Isolierarbeiten
- Abgehängte Gipskartondecken
- Mineralfaserdecken
- Leichtbauwände
- Trockenestriche
- Spachtelarbeiten & Flächenspachtelungen
- Textilspanndecken & Wandbespannungen
- Und vieles mehr …

Schwarzenbergsfeld 22 • 31303 Burgdorf
Tel.: 05085 - 95 63 20 • Mobil: 0172 - 42 40 800
E-Mail: G.Schmidt@gs-tb.de • Internet: www.gs-tb.de

Nikolausmarkt

Am ersten Samstag im Dezember war es wieder so weit: Der wunderschöne Nikolausmarkt rund im die Martin-Luther-Kirche in Ehlershausen. Ein echtes Highlight und sicherlich einer der schönsten, kleinen weihnachtlichen Märkte in der Umgebung.

Der Wettergott war auch auf unserer Seite: Nachmittags beim Start um drei Uhr war es herrlich sonnig, später dann weiterhin trocken und gut bei einer Temperatur, die sowohl erlaubte einen leckeren Glühwein oder ein kühles Bier zu trinken. Es war ein besinnliches Bild mit all den beleuchteten Buden, dem Feuerkorb und dem riesigen Weihnachtsbaum.

Wie jedes Jahr gab es ein umfangreiches Programm mit Kinderaktionen, Glücksrad, großer Tombola, kleinen Weihnachtsgeschenken zum Kauf, Ausstellungen und Musik. Auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz. Für jeden war etwas dabei von Kartoffelpuffer, über Schmalzbrote, Waffeln, Champignonpfanne, Flammlachs und Diverses mehr. Die lokalen Vereine und die Kirche sowie einige Unternehmen hatten sich als Betreiber wieder einiges einfallen lassen.

Der TVE unterstützte den Nikolausmerkt mit leckeren Bratwürsten, Schinkengrillern und mit Pommes Frites als Beilage. Als Grillmeister, Frittiermeister und Verkaufspersonal unterstützten freiwillige Helfer aus den Vereinsmitgliedern sowie der Vorstand. Grill und Fritteuse wurden wieder vom Gasthaus Bähre zur Verfügung gestellt. Ein herzlicher Dank an dieser Stelle!

Der Stand war teilweise mächtig gut besucht, so kamen auch einige Einnahmen zusammen. Das ist auch gut so, denn schließlich kommt all das Geld unseren Kindern im Ort über die Fördervereine zu Gute.

Ein riesengroßer Dank an all die fleißigen Helfer! Ohne die würde es all dies nicht geben.

Der TVE wünscht nun allen eine fröhliche und besinnliche Weihnachtszeit!

Bettina Schön, Pressewartin

Gasthaus & Hotel Bähre
Familienbetrieb seit 1898

- verkehrsgünstig gelegen
- für Feiern jeder Art bis 110 Personen
- alle Hotelzimmer mit Internetanschluss
- schöner Biergarten
- saisonale Spezialitäten

Ramlinger Straße 1 • 31303 Burgdorf-Ehlershausen
Telefon 05085-98980 • Telefax 05085-989898
www.hotel-baehre.de • info@hotel-baehre.de

Beitragsliste

Beitrag	Jahr	Monat
Kinder bis einschl. 5 Jahre (Gruppe MuKi) *1)	0,00€	0,00€
Kinder bis einschl. 14 Jahre und passive Mitglieder	42,00€	3,50€
Jugendliche bis einschl. 17 Jahre	48,00€	4,00€
Schüler, Studenten, Azubis, BFD (Nachweis)	48,00€	4,00€
Senioren ab 61 Jahre	84,00€	7,00€
Erwachsene ab 18 Jahre	96,00€	8,00€
Familie (mind. 1 Erw. und 1 Kind / Jugendlicher)	192,00€	16,00€

- *1) nur für Sparte Mutter & Kind, wenn mindestens ein Erwachsener Mitglied ist
- Einmalige Aufnahmegebühr von 3,-€ für Erwachsene
- Für Judo einmaliger Betrag von 26,-€ (Mattengeld) sowie Kosten für Jahressichtmarke des Niedersächsischen Judo Verbands (ca. 24€)
- Für Kindertanz/Dance Zusatzgebühr von 2,50€ pro Kind / Monat
- Beitragszahlungen nur noch per SEPA-Lastschriftverfahren
- Gebühren für unberechtigte Rücklastschriften gehen zu Lasten des Mitglieds
- Kosten, die durch den Sportbetrieb in den Ferien anfallen, werden auf die teilnehmenden Mitglieder umgerechnet

Neue Mitglieder im TVE

Wir freuen uns über die neuen Vereinsmitglieder und heißen sie herzlich Willkommen:

Claudia Roddewig, Susanne Berg, Sabine Schwinning, Bernd Stahlbock, Hugo Woltmann, Arno Seitz, Annabelle Seitz, Sonja Seitz, Bennet Rockahr, Petra Klatte, Dustin Ray Najam Roediger, Lea Martin, Greta Martin, Jakob Martin, Ingo Scholz

Impressum

Verantwortlich für den Inhalt: Vorstand des TV Ehlershausen; V.i.S.d.P.
Redaktion: Wenn nicht namentlich gekennzeichnet, der Vorstand des TV Ehlershausen
Layout: Bettina Schön, Martin Schön, Internet: www.turnverein-ehlershausen.de
Auflage: 2000 Exemplare an alle Haushalte in Ramlingen, Ehlershausen und Umgebung
Erscheinungsweise: 3 Ausgaben pro Jahr
Kontakt: vorstand@turnverein-ehlershausen.de, pressewartin@turnverein-ehlershausen.de
Büroöffnung: Jeden ersten Freitag im Monat von 16:00 - 17:00 Uhr (außer Schulferien)
in der Ramlinger Straße 49, Ehlershausen, Tel. 05085-3571413

WirmachenDruck.de
Sparen Sie bis zu 50% beim Druck!

Trainingsplan

Montag	Turnen Mutter u. Kind (ab 4 Jahre)	15:30 - 16:30	Sabine Scheems-Schnellinger	Turnhalle
Montag	Turnen Mutter u. Kind (ab 3 Jahre)	16:30 - 17:30	Sabine Scheems-Schnellinger	Turnhalle
Montag	Judo Erwachsene	18:00 - 19:30	Wolfg. Großart & Stefan Wöhlken	Turnhalle
Montag	Fit & Dance	18:00 - 19:00	Laura Kargel	Turnhalle
Montag	Gymnastikgruppe Frauen	19:30 - 20:30	Gudrun Henning	Turnhalle
Montag	Männerfitness	20:30 - 22:00	Olaf Kargel	Turnhalle
Dienstag	Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule	16:30 - 17:30	Ute Melzian	Bewegungsraum Kita
Dienstag	Walking / Nordic-Walking *1)	17:30 - 18:30	Christine Lindner	vor der Kita
Dienstag	Yoga	18:30 - 20:00	Silke Fritz	Bewegungsraum Kita
Dienstag	Badminton (Erw. & Jugendl.) *2)	19:30 - 22:00	Bettina Schön	Turnhalle
Mittwoch	Turnen Kinder 4-6 Jahre	15:30 - 17:00	Rita Rebock & Ute Melzian	Turnhalle
Mittwoch	Rücken F I T	17:45 - 18:45	Susanne Eichstädt	Bewegungsraum Kita
Mittwoch	Rhythmus, Spaß und Bewegung	18:00 - 19:00	Manuela Pauluhn	Turnhalle
Mittwoch	Step	19:00 - 20:00	Susanne Eichstädt	Turnhalle
Mittwoch	Qigong (nur ausgewählte Termine!)	19:00 - 20:00	Verena Horn	Bewegungsraum Kita
Mittwoch	Tabata	20:00 - 22:00	Wolfgang & Marion Großart	Turnhalle
Donnerstag	Leichtathletik	15:30 - 17:00	Ilka Busche Holewa	Turnhalle/Sportplatz
Donnerstag	Kindertanz 3-4 Jahre	15:00 - 15:45	Lara Brockmann	Bewegungsraum Kita
Donnerstag	Kindertanz 5-7 Jahre	15:45 - 16:30	Lara Brockmann	Bewegungsraum Kita
Donnerstag	Dance 4 Fans / Hip Hop 8-10 Jahre	16:30 - 17:15	Lara Brockmann	Bewegungsraum Kita
Donnerstag	Reha Sport I *3)	17:30 - 18:15	Cornelia Feller	Bewegungsraum Kita
Donnerstag	Reha Sport II *3)	18:30 - 19:15	Cornelia Feller	Bewegungsraum Kita
Donnerstag	Walking / Nordic-Walking *1)	17:00 - 18:00	Christine Lindner	vor der Kita
Donnerstag	Judo für Kinder U12	17:00 - 18:30	L.Menge & L.Haferkorn & T.Passon	Turnhalle
Donnerstag	Judo Ü15 / U18 / U21	18:00 - 19:45	Stefan Wöhlken & Wolfg. Großart	Turnhalle
Donnerstag	Bodyforming	20:00 - 21:00	Susanne Eichstädt	Turnhalle
Freitag	Volleyball „Mixed“	17:00 - 19:00	Uwe Meyer	Turnhalle
Freitag	Tischtennis	19:00 - 22:00	Rüdiger Eich	Turnhalle
Samstag	Judo für alle	11:00 - 12:30	Stefan Wöhlken & Wolfg. Großart	Turnhalle
Samstag	Judo Individualtraining (nach Abspr.)	12:30 - 14:00	Stefan Wöhlken & Wolfg. Großart	Turnhalle

*1) Die Walking-Zeiten werden der Witterung und Jahreszeit angepasst. Infos bei Christine Lindner unter 05085-7016.
*2) Im Winter erst ab 20:00 Uhr.
*3) Nur mit ärztlicher Verordnung.

Wir machen den Weg frei.

Verständlich, glaubwürdig, ehrlich –
die Finanzberatung, die erst zuhört und dann berät.
www.hannoversche-volksbank.de

Hannoversche Volksbank