

- 4** Vorwort: Wir bewegen alle Menschen in Walsrode
- 6** Taekwondo: Gurtprüfung bei der Taekwondo Sparte das TV-Jahn
- 7** Schwimmen: Bericht aus der Schwimmbabteilung
- 8-9** Tanzen: Aktuelles aus der Tanzsportabteilung
- 10** Fan-Shop
- 11** Röhnrade: Rhönradturnen im TV Jahn Walsrode – Eine Vorstellungsrunde
- 12-13** Eckernworth Waldlauf
- 14** Kanu: Abteilungsleiterwechsel bei den TVJ-Kanuten
- 16** Sportabzeichen: Teste mal eine andere Sportdisziplin – und mach das Deutsche Sportabzeichen!
- 17** Heidewerk: Das Heidewerk trainiert beim TV Jahn
- 18** Karate: Erfolgreiches Jahr 2023 // Shotokan-Karate-Lehrgang
- 19** Zumba
- 20-21** Gesundheitssport: Fortschreitende Zivilisationskrankheiten: Warum zur Eindämmung körperliche Bewegung und die Kräftigung der Muskulatur entscheidend ist.
- 22-23** Jetzt Mitglied werden: Eintrittserklärung
- 24-25** Leichtathletik: Turbulentes Wochenende mit Happy End
- 26-27** Sportfest: TV Jahn Walsrode feiert großes Sportfest

### Übungszeiten

- 30** Badminton & Bogenschießen
- 31** Basketball
- 32** Faustball & Handball
- 33** Judo, Volleyball & Jigger
- 34** Jonglage, Leichtathletik
- 35** Fitness- und Gesundheitssport & Kanu
- 36** Schwimmen, Shokotan Karate & Zumba
- 37** Angebote mit Verordnung, Sportabzeichen & Radwandern
- 38** Taekwondo & Tanzen
- 40** Leistungsturnen, Turnen und Gymnastik & Rhönradturnen
- 41** Kinderturnen & (Nordic-) Walking
- 42** Ansprechpartner\*innen & Sportstätten
- 43** Vorstand, Mitgliedsbeiträge, Geschäftsstelle & Impressum