

# Nachrichten

Neue Herausforderungen -  
neue Ideen

Neue Sparte:  
Personal Training  
mit Torben Witte

Tolle Leistungen  
im Leistungsturnen



Heft Nr. 94 | November 2022





# WirWunder ist Unterstützung.



WIRWUNDER

[www.wirwunder.de/walsrode](http://www.wirwunder.de/walsrode)

Dein Projekt braucht Spenden?  
Du willst jemand anderem helfen?

Mit wenigen Klicks auf  
[www.wirwunder.de/walsrode](http://www.wirwunder.de/walsrode)

 Kreissparkasse  
Walsrode

- 4 Vorwort Portrait Gerd Baumgarten
- 6 Tolle Leistungen der Walsroder Turnerinnen auf Kreis-, Bezirks- und Landesmeisterschaften
- 8-9 Die Tanzsportabteilung stellt sich vor
- 10 Fan-Shop
- 11 Grillnachmittag & Stadtfest Walsrode
- 12 Judo Gürtelprüfung & **Wir suchen dich**
- 14 Die Shotokan-Karate-Abteilung stellt sich vor
- 16 HSG Lohheide Handball
- 19 Zumba
- 20 Zwei Urgesteine der Leichtathletikabteilung feiern runde Geburtstage
- 21 Bericht aus der Schwimmabteilung
- 22-23 Jetzt Mitglied werden
- 24 Mit Freude und vier Teams in die neue Saison 2022/23
- 25 Eine fahrtenreiche Paddelsaison geht zu Ende
- 26 Personal-Training beim TV Jahn Walsrode, Torben Witte stellt sich vor
- 27 Erfolgreicher Sportabzeichen-Sommer geht zu Ende, Waldlauf 2022

## Übungszeiten

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



Für den Vorstand  
**Gerd Baumgarten**

*Gerd Baumgarten, 1. Vorsitzender des TV Jahn Vereinsmitglied seit 1974, früher begeisterter Volleyballer, heute im Bogensport aktiv, so wie die Zeit es zulässt.  
Im Vorstand seit 2015, Vorsitzender seit 2018.  
Weitere Hobbys: Radfahren, Wandern*

## Kommende Termine:

**26. November 2022**  
**Ball der TSA**

**17. oder 18. März 2022**  
**Jahreshauptversammlung**

**05. Mai 2022**  
**Inklusives Sportfest Walsrode**

**24. Mai 2023**  
**Eckernworth-Waldlauf**

## Neue Herausforderungen – neue Ideen

Nach mehr als zwei Jahren Pandemie haben wir alle im TV Jahn uns auf ein „normales“ Jahr 2022 gefreut, wie sagt man: „zu früh gefreut“. Inzwischen haben wir mit enormen Kostensteigerungen in allen Bereichen, vor allem bei den Energiekosten, zu kämpfen.

Sicherlich wird noch die eine oder andere Einschränkung im Bereich der Hallennutzung und damit des Sportangebotes auf uns zukommen. Endlich ist die Sporthalle an der Marktschule wieder für uns nutzbar, da drohen neue Einschränkungen um im kommenden Winter Energie und damit Kosten zu sparen.

Wir haben immer noch neue Ideen und wir werden auch in diesen schwierigen Zeiten und in Zukunft daran arbeiten, diese Ideen zu verwirklichen. Es gibt noch einige Sportarten, die auch in unserem großen Verein nicht angeboten werden oder nicht mehr angeboten werden. Zum Beispiel „Schach im Bootshaus“ oder „Boule in der Eckernworth“.

Haben Sie Lust und Zeit ein neues Angebot ins Leben zu rufen, zu entwickeln und dann zu begleiten? Kommen Sie gern auf uns zu, wir freuen uns über jede neue Sportart, über jeden neuen Übungsleitenden und über Jeden, der sich ehrenamtlich für den TV Jahn engagieren möchte. Sprechen Sie gern ein Mitglied des Vorstandes, einen Abteilungsleiter/Abteilungsleiterin oder einen Übungsleitenden an.

Oder noch einfacher: werden Sie Mitglied im TV Jahn unterstützen Sie uns aktiv oder passiv. Eine Beitrittserklärung finden Sie in dieser Ausgabe der TV Jahn Nachrichten. Nutzen Sie eines unserer vielen Angebote und tun Sie dabei auch noch etwas für Ihre Gesundheit.

Für den Vorstand  
**Gerd Baumgarten**

**Wir sehen uns im TV Jahn**  
**– wir bewegen Walsrode!**

# RENAULT

Jetzt für Renault entscheiden



**AUTOHAUS PANKOTSCH GMBH**

Renault Vertragspartner

Hanns-Hoerbiger-Str. 4, 29664 Walsrode, Tel. 05161-98410

# Tolle Leistungen der Walsroder Turnerinnen auf Kreis-, Bezirks- und Landesmeisterschaften

Toller Platz für Anna Neumann beim Deutschlandpokal



Bezirksmeisterschaft in Buchholz, v.l. Greta Arkenberg, Fritzi Hase, Lilith Pickard, Lotta Neumann, Alwina Henning, Amelie Wangnick



Kreismeisterschaft in Buchholz, v.l. Vienna Jablonka, Constance Schliephake, Lea Seidensticker, Elektra Goga

Trotz langer Coronapause lieferten die Walsroder Turnerinnen im vergangenen Wettkampfsjahr unter dem Trainerteam beeindruckende Leistungen und errangen in unterschiedlichen Leistungsklassen tolle Platzierungen.



**Trainerteam**  
Melanie Neumann und Jessica Arkenberg  
sowie Heiko Weber

## Einen besonderen Erfolg ...

... konnte Anna Neumann erringen, die sich beim Landesentscheid den ersten Platz erturnte und so als Landesmeisterin beim Deutschlandpokal im Juli dieses Jahres startete. Hier belegte sie einen guten mittleren Platz und konnte besonders am Balken ihr Talent unter Beweis stellen.



Deutschland-Cup in Waging am See, Anna Neumann

## Herzlichen Glückwunsch an alle unsere Turnerinnen!



Bezirksmeisterschaft in Munster, v.l. Greta Arkenberg, Lilith Pickard, Lotta Neumann, Alwina Henning, Greta Huse, Fritzi Hase



Kreismeisterschaft in Walsrode, Paula Kram am Stufenbarren

# Mit KAHLE fahren Sie immer gut!



Wir sind Ihr Vertragshändler für Volkswagen, Skoda, Seat, Cupra und Ihr Audi-Servicepartner in der Region Hannover und der Südheide.

Überzeugen Sie sich gerne selbst von unseren Leistungen:

- » Top-Neuwagen
- » Spitzen-Gebrauchtwagen
- » 1a-Werkstatt-Service
- » Unfall Spezialist
- » Volkswagen Rent-a-car

A U T O H A U S  
**KAHLE**  
 WALSRODE

**Autohaus KAHLE Walsrode KG**  
 Werner-von-Siemens Str. 6  
 29664 Walsrode  
 Tel. 05161/9899-0  
 walsrode@kahle.de, www.kahle.de



## Übungsbetrieb

Der Übungsbetrieb findet zwischenzeitlich wieder regulär unter der Leitung von Rudolf Kaufmann, Liane und Ulrich Gehrke statt. Die Zusammenlegung einzelner Gruppen hat gut funktioniert. Die Tanzsportabteilung hat während der Corona-Pandemie und nach dem Neustart glücklicherweise nur wenige Mitglieder verloren. Noch in diesem Herbst soll eine neue Gruppe starten. Hierfür gibt es zwar schon Anmeldungen. Allerdings sind weitere Interessierte herzlich willkommen.

## Deutsches Tanzsportabzeichen

Die Abnahme des Deutschen Tanzsportabzeichens ist nach der Zwangspause um ein Vierteljahr verschoben worden, um zumindest etwas Vorbereitungszeit zu schaffen. Zwar war die Teilnehmerzahl mit 32 Aktiven erwartungsgemäß geringer als in den Vorjahren. Allerdings sind die Rückmeldungen aus anderen Tanzsportvereinen noch viel schlechter ausgefallen. Um einen Anreiz für die Abnahme zu schaffen, hat der Deutsche Tanzsportverband in diesem Jahr sogar auf die eigentlich hierfür anfallenden Gebühren verzichtet. Die Paare des TV Jahn, die sich zur Teilnahme entschieden haben, haben

durchweg sehr gute Leistungen erbracht und viel Lob von der mit der Abnahme betrauten Wertungsrichterin Frau Malfatti aus Bad Fallingbostal erhalten. Das Deutsche Tanzsportabzeichen wird in Bronze, Silber, Gold und Brillant verliehen. Die Klassen unterscheiden sich jeweils nach der Anzahl der Tänze und der zu tanzenden Figuren. Entscheidend sind Takt, Tanztechnik, Balance und Ausführung im Paar. Insbesondere für den Breitensport stellt das Deutsche Tanzsportabzeichen jährlich einen Leistungsbeweis dar.



## Salsa und Discofox-Workshop

Wieder fest auf dem Plan stehen für den Jahresbeginn der Salsa-Workshop und der Discofox-Workshop. Die Trainingseinheiten sind jeweils am Sonntag. Die immer sehr beliebten Workshops sind sowohl für Mitglieder als auch für Nichtmitglieder der Tanzsportabteilung offen und ermöglichen ein Hineinschnuppern in die verschiedenen Facetten des Tanzsports.

## Tanzparty und TV-Jahn-Ball

Das neue Format der Tanzparty am 10.06.2022 im frisch renovierten Saal des Landhotels Forellenhof ist gut angekommen. Eigentlich war das lockere Beisammensein mit DJ schon für 2021 als Ersatz für den TV-Jahn-Ball vorgesehen. Letztlich konnte sie aber wegen der Corona-Beschränkungen zu diesem Zeitpunkt auch nicht stattfinden. Umso größer war die Freude, dass es im Sommer endlich geklappt hat. Gute Aussichten bestehen auch auf einen vollen Saal beim 51. Ball des TV Jahn am 26.11.2022. Er wird wieder im traditionellen Rahmen stattfinden mit Musik von der Band „the funnies“ aus Braunschweig und einer Showeinlage von hochklassigen Nachwuchspaaren in den Standard- und lateinamerikanischen Tänzen. Karten sind nur über den Vorverkauf bei der Geschäftsstelle des TV Jahn Walsrode, Moorstr. 10, Frau Sylvia Baumgarten, Tel. 05161-7870756, Fax 05161-7872109 oder per E-Mail: [info@tvjahn-walsrode.de](mailto:info@tvjahn-walsrode.de) zu erhalten und sollten möglichst frühzeitig angefordert werden. Für einen unbeschwerteren Abend wird um die Durchführung eines Corona-Tests gebeten.

## Freizeitmaßnahmen

Leider konnte die diesjährige Radtour krankheitsbedingt nicht stattfinden. Die Winterwanderung steht als nächstes an. Dann werden die feinen Tanzschuhe wieder durch die derben Wanderschuhe ersetzt. Am Ende gibt es dann eine Stärkung beim gemeinsamen Abendessen.



**Genau mein Geschmack:  
Mein Konto zahlt  
mir Geld zurück!**

**VR Prime Konto**

Wir machen den Weg frei.

VR Prime Bonusprogramm  
Alle Infos unter:  
[vblh.de/bonus](http://vblh.de/bonus)

 **Volksbank  
Lüneburger Heide eG**

**Jetzt  
Konto  
eröffnen!**

# Fanshop

Seit letztem Jahr können Sportler und Interessierte die TV Jahn Fanartikel offiziell erwerben. Ursprünglich wurden diese als Geschenke für zu ehrende Sportler beim jährlichen Sport Award ausgegeben. Jedes Jahr im März kommen neue Artikel dazu, die dann das Vereinsle-

ben für alle Sportler und Interessierte bunter machen. Gegen eine kleine Summe können die Artikel nach Überweisung in der Geschäftsstelle abgeholt werden. Die Preise ergeben sich aus dem abgerundeten Einkaufspreis der Artikel, so dass dem Verein weder ein Gewinn, noch ein Verlust entsteht.

## Jacke

Verfügbare Größen:  
Kinder: 140 - 164  
Damen: S - L  
Herren: S - XXL



Kinder: 20,00 €  
Erwachsene: 25,00 €

## Cap



Einheitsgröße: 5,00 €

## Handtuch



Einheitsgröße: 10,00 €

## Schal



Einheitsgröße: 10,00 €

## Mütze



Einheitsgröße 5,00 €

Nach Überweisung auf folgendes Konto können die Artikel zu den Öffnungszeiten oder nach Absprache in der Geschäftsstelle abgeholt werden.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an  
[info@tvjahn-walsrode.de](mailto:info@tvjahn-walsrode.de)

### Kontoinhaber:

TV Jahn e.V. Walsrode  
Kreissparkasse Walsrode  
IBAN: DE91 2515 2375 0001 0820 23  
BIC: NOLADE21WAL

## Grillnachmittag am Bootshaus

### Der Vorstand grillt für die Ehrenamtlichen des TV Jahn

Zum zweiten Mal hatte der Vorstand für den 26. August alle ehrenamtlich Tätigen zu einem „Dankeschön-Grillfest“ ans Bootshaus eingeladen.

Und viele Hungrige kamen, trotz ungewisser Wettervorhersage und drohendem Gewitter waren über 60 Gäste pünktlich um 16:30 Uhr am Bootshaus und ließen sich mit frisch gegrillten Leckereien, Salaten und kühlen Getränken verwöhnen. Zu vielen netten Gesprächen an den Tischen auf der Wiese am Bootshaus, kamen einige auch dazu das für das Stadtfest geplante Spiel Corn-Hole auszuprobieren und hatten dabei viel Spaß.

Es steht fest: auch im Nächsten Jahr wollen wir unsere Ehrenamtlichen wieder bei einem Grillfest feiern um ihnen unsere Wertschätzung für ihren Einsatz im Verein zu zeigen.



## Jugend bewegt der TV Jahn beim Stadtfest Walsrode



# Judo Gürtelprüfung

Puh, endlich wieder einmal eine Gürtelprüfung in der einst sehr erfolgreichen Judo Sparte des TV Jahn Walsrode nach nun schon zwei Jahren Pandemiezeit!

Nach den allgemeinen und persönlichen Problemen etlicher Mitglieder in dieser Zeit, konnten jetzt sieben Judoka, entweder ihren ersten oder nächsthöheren Gürtel erlangen! Die Leistungen in den verschiedenen Farben waren gut, so die übereinstimmende Meinung der beiden lizenzierten Prüfer, aus eigenem

Dojo, Ralf-H. Lippert 2. DAN und Viktor Beutelspacher 1. DAN. Einen Dank an die derzeitigen 22 Judoka, bei denen trotz allem die Lust an unserem anspruchsvollen und schönen Sport nicht verloren ging und durchgehalten haben!

Bei manchen lohnt es sich auch. Denn durch die (unter anderem) vermittelten Judo-Grundwerte haben sie eine Persönlichkeitsentwicklung erfahren, oder haben dieses Erlernte zu einer Lebensphilosophie entwickelt!



Judoka

Von links: Viktor Beutelspacher, Fabio La Mona, Huan Iliev, Joline Dressler, Noel Sprang, Romina Dressler, Maik Marunde, Ralf-Hartmut Lippert (Abteilungsleiter und Trainer).

## Bestandene Kyu-Grade

### 8. Kyu-Grad=weiß/gelb

Noel Sprang  
Fabio La Mona  
Maik Marunde  
Romina Dressler

### 7. Kyu-Grad=gelb

Marc Wessel, der als Jugendlicher als Orangegurt aufgehört hatte in dieser Sparte, kam zurück und legte jetzt die ersten beiden Gürtelfarben noch einmal ab! Kompliment!

### 4. Kyu-Grad=orange/grün

Joline Dressler

### 3. Kyu-Grad=Grün

Huan Iliev

## Werde Teil unseres Teams im Bereich Vereinsarbeit

## Wir suchen dich!

Mit über 2000 Mitgliedern ist der TV Jahn Walsrode der größte Sportverein im südlichen Teil des Heidekreises.

In 16 Abteilungen werden Breiten-, Freizeit-, Leistungs-, und Gesundheitssport angeboten. In Zukunft soll besonders der Bereich Fitness- & Gesundheitssport weiter ausgebaut werden. Zur Unterstützung unserer Vereinsarbeit suchen wir weitere Interessierte für Tätigkeiten als Übungsleitende oder für Projekte und Prozesse.

**Keine konkrete Idee aber Lust Teil unseres Teams zu werden?** Folgende Angebote können wir uns vorstellen in Zukunft (wieder) anzubieten oder auszubauen:

- Boule
- Darts
- Jumping Fitness
- Kinderturnen

- Laufftreff
- Parcours
- Radwandern
- Schach
- Triathlon

Eine Idee, die nicht auf dieser Liste steht? Melde dich bei uns! Gern sind wir bereit deine Idee in unserem Verein umzusetzen!

In einem angemessenen Rahmen unterstützen wir dich gern bei der Aus- und Fortbildung. Interesse? Melde dich bei Saskia Göbel, [saskia.goebel@tvjahn-walsrode.de](mailto:saskia.goebel@tvjahn-walsrode.de) oder 0176-63284080.

**Wir freuen uns auf dich!**





Reparatur/Service für alle Marken  
 Getriebespülung  
 Aufbereitung  
 Autoglasservice  
 TÜV/AU

# CarStop Heidekreis



**KFZ-SERVICE IN BAD FALLINGBOSTEL**

WIR SIND IHRE PROFISERVICE-WERKSTATT



Düshorner Str. 34 • 29683 Bad Fallingbostel

**0 51 62 / 9 00 72 92**

info@carstopheidekreis.de

www.carstopheidekreis.de

## Die Shotokan-Karate-Abteilung stellt sich vor



### Was ist Shotokan-Karate?

Shotokan-Karate beinhaltet Selbstverteidigung und Beweglichkeit und ist für Menschen jeden Alters und jeder Statur geeignet. Es fördert die körperliche und geistige Beweglichkeit. Diese Sportart macht Spaß und hält Fit.

### Selbstverteidigung

Shotokan-Karate - eine Kampfkunst zur Selbstverteidigung - ist eine der beliebtesten Kampfsportarten überhaupt. Neben Schnelligkeit und Ausdauer, trainieren wir Geschicklichkeit und Gelassenheit. Muskelkraft und Körpergröße stehen nicht im Vordergrund. Wichtiger sind die einzelnen Techniken und die innere Ruhe, um bei einem Angriff angemessen handeln zu können. Gerade deshalb ist Shotokan-Karate-Selbstverteidigung für Frauen und Männer gleichermaßen interessant.



### Anfängertraining für Jugendliche und Erwachsene in Walsrode

Trainingsort: Sportstätte TV-Jahn  
in der Benzer Straße 2a  
für Jugendliche ab 14 Jahren  
Öffnung: ab 16:45 Uhr  
Trainingszeiten: Dienstag: von 17:00-18:00 Uhr

Trainingsort: Sporthalle der Oberschule  
in der Ostdeutschen Allee  
für Erwachsene ab 18 Jahren  
Hallenöffnung: ab 19:15 Uhr  
Trainingszeiten: Dienstag: von 19:30-21:00 Uhr

„ **Selbstverteidigung eignet sich für jedes Alter und dient der Stärkung von Körper und Geist.**

### Gesundheit für Körper und Geist

Shotokan-Karate hat positive Auswirkungen auf Körper und Geist. Durch das regelmäßige Training werden die Gesamtmuskulatur und das Kreislaufsystem gestärkt. Neben der Freude an Bewegung beim gemeinsamen Training, stellt das Arbeiten an der eigenen Persönlichkeit einen Wert dar. Wir entwickeln im Team und jeder für sich Konzentrationsfähigkeit und Koordination.

Auch deshalb empfiehlt die Welt-Gesundheitsorganisation (WHO) Kampfkünste wie z.B. Shotokan-Karate für einen "Active Lifestyle", also eine aktive Lebensweise.

### Selber mitmachen

Shotokan-Karate ermöglicht Anfängern und Fortgeschrittenen in allen Altersgruppen ein breites Betätigungsfeld. Durch diese Vielseitigkeit fördert Shotokan-Karate Beweglichkeit und Wohlbefinden. Unsere Trainingsgruppen bestehen aus einer bunten Mischung von Menschen aller Altersstufen mit und ohne Kampfsporterfahrung.

Wir hoffen, dass wir Interesse bei euch geweckt haben und würden uns sehr freuen, euch bei uns - gerne auch erstmal zum „Schnuppertraining“ - zu begrüßen.

Euer Karateteam Manuela & Karsten

Für Fragen stehen wir euch gerne zur Verfügung unter:

M. Michels 0172 4438960  
K. Waliszewski 0152 26263901  
shotokan@tvjahn-walsrode.de  
www.tvjahn-walsrode.de



# GÜMMER

Malereibetrieb – Akustikputz – Pulverbeschichtungen



## GÜMMER GmbH

Pulverbeschichtungen

Hainholzstraße 57 · 27336 Rethem/Aller

Tel. (0 51 65) 23 15 · Fax (0 51 65) 25 05

www.maler-guemmer.de · guemmer-rethem@t-online.de

Akustikputz  
Sandstrahlen  
Glasperlstrahlen  
Fußbodenbeläge  
Spritzlackierungen  
Pulverbeschichtung  
Exklusive Malerarbeiten

## Musikschule in der *musikpassage* NICOLAUS

Inhaber Axel Nicolaus – Mitglied im DTKV, DALV und im  
Bundesverband Deutscher Privatmusikschulen



**Alle Instrumente – Gesang  
Ballett – Ensemble – Chöre**

Moorstraße 76 · 29664 Walsrode

Telefon (0 51 61) 7 16 51 · [www.musikschule-nicolaus.de](http://www.musikschule-nicolaus.de)



**trinkgut**  
Walsrode

**trinkgut macht  
die Party!**

**mehr als nur Getränke...!**

Lange Straße 56a, 29664 Walsrode

Tel.: 05161/7887880, Fax: 05161/6030298

E-Mail: [dickhoerner-walsrode@trinkgut.de](mailto:dickhoerner-walsrode@trinkgut.de)





**1. Herren**

Vordere Reihe von links: Jan Lehmann, Nils Asche, Marlon Jakel, Paul ten Bosch & Lukas Wischmann  
 Hintere Reihe von links: Felix Sch aard, Jan Austen, Mathis Pfeiffer & Jörn Schuster



**1. Damen**

Vordere Reihe von links: Evelin Behrendt, Celine Wiegandt, Lina Hehlke, Jenna Wiegandt, Franziska Lange & Pia Schuster  
 Hintere Reihe von links: Jonna Nieber, Victoria Schröder, Jelka Drewes & Daniela Hartung

## HSG Lohheide Handball

Die Handball Abteilung des TV Jahn (gemeinsam mit der SG Bomlitz-Lönsheide und SG Benefeld-Cordingen) hat sich zur neuen Spielzeit ein modernes Logo gegeben sowie einen aktuellen Instagram Kanal ins Leben gerufen, um Interessierte bestens zu informieren. Schaut gerne vorbei: @hsglohheide  
 Die erste Herren Mannschaft der HSG verstärkt sich zur neuen Saison mit zahlreichen Spielern aus der eigenen Jugend und startet nach einer intensiven Vorbereitung gespannt in die kommende Saison der Regionsliga Süd, die mit zwei Derbypartien gegen Mannschaften aus dem Heidekreis aufwartet.

Bei der Damenmannschaft konnte mit Jan Austen ein neuer Trainer verpflichtet werden, Verstärkung kam hier zudem noch aus der eigenen Jugend. Die Regionsliga Süd der Damen

wurde neu gebildet, sodass in der Spielzeit 2022/23 neben vielen bekannten Mannschaften auch zahlreiche neue Herausforderungen warten.

Beide Mannschaften sowie die Zweite Herrenmannschaft und die Jugendtrainingsgruppen freuen sich über Handball-Interessierte, die selbstverständlich bei den Trainingseinheiten willkommen sind. Schaut gerne zu den Trainingszeiten in Walsrode oder Bomlitz vorbei oder meldet euch vorher bei [hsg-vorstand@tutanota.com](mailto:hsg-vorstand@tutanota.com)!

Ein herzliches Dankeschön gilt Maik Grinda (@about\_maik) für die fabelhaften Mannschaftsbilder sowie den Stadtwerken Böhmetal für die Aufwärmshirts der Damen und Herren Mannschaft.



## Qualität und Frische, die man schmeckt!

- Weiß- und Grünspargel
- Fleisch und Wurst vom Duroc-Schwein und Galloway-Rind aus artgerechter Haltung

[www.hof-rengstorf.de](http://www.hof-rengstorf.de)

Benzen 6 • 29664 Walsrode • Tel. 05161-32 34 • [info@hof-rengstorf.de](mailto:info@hof-rengstorf.de)



**AUTOHAUS**

**WENZEL**

**WALSRODE**



Wolthers  
**BrotKate**  
... natürlich ist besser!



**Nutzen Sie unseren Catering-Service für Ihre Veranstaltung.**  
Wir freuen uns auf Ihren Anruf.  
Honerdingen 107 · Tel. (0 51 61) 98 14 11 · [info@brotkate.de](mailto:info@brotkate.de)



**WEROART**  
Ein Unternehmen der Heide-Werkstätten e.V.

Lange Straße 37  
29664 Walsrode  
Tel.: 05161 73572  
[www.heide-werkstaetten.de](http://www.heide-werkstaetten.de)

**SAMOCCA**  
KAFFEERÖSTEREI • CAFE • DELI

Moorstraße 39  
29664 Walsrode  
Tel.: 05161 7889625  
[www.samocca-walsrode.de](http://www.samocca-walsrode.de)



Moorstraße 37  
29664 Walsrode  
Tel.: 05161 911037  
[www.37-walsrode.de](http://www.37-walsrode.de)



Unternehmen der  
**Heide-Werkstätten e.V.**



## ... mit Sylvia Baumgarten, lizenzierte Zumba-Trainerin

Eine ereignisreiche Zeit liegt in diesem Jahr hinter den Zumba-Kids. Nach einem fröhlichen Auftritt beim Inklusionssportfest im Mai 2022 sind sich alle einig, dass es unbedingt eine Wiederholung geben muss. Noch am selben Tag steht fest, die Zumba-Kids werden auf dem Stadtfest dabei sein und ordentlich für Stimmung sorgen. Der Applaus des Publikums ließ keinen Zweifel daran, dass ihnen das ganz großartig gelungen ist.

Aber auch ohne Auftritt kommen die Zumba-Kids jeden Dienstag zusammen, um zu tanzen und Spaß zu haben. In der ersten Gruppe hat das tänzerische Spielen einen hohen Stellenwert, in der zweiten Gruppe werden von den Tänzer:innen Schrittkombinationen und Bewegungen eingeübt, die dann auch bei ersten eigenen Tanz-Kreationen zum Einsatz kommen.

Insgesamt trägt Zumba zu einem gesunden Lebensstil bei und die Tänzer:innen lernen wichtige Qualitäten wie Respekt, Teamwork, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl.

Beim Training der Erwachsenen kommt neben dem Tanzen auch der sportliche Aspekt nicht zu kurz, denn Zumba ist ein Intervalltraining, das Elemente aus dem Fitness-, Cardio- und Muskelaufbautraining sowie Übungen für Balance und Flexibilität kombiniert. Wer aus dem Kurs kommt, sprüht nur so vor Energie und fühlt sich richtig gut.

Fragen bitte gerne an [sylvia.baumgarten@tvjahn-walsrode.de](mailto:sylvia.baumgarten@tvjahn-walsrode.de)



**Sylvia Baumgarten**  
Lizenzierte Zumba-Trainerin

Einfach vorbeikommen und Schnuppern - Neueinsteiger sind in allen Gruppen herzlich willkommen.



## Übungszeiten

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ort
Erwachsene	dienstags	15.30 - 16.30	Turnhalle Grundschule Süd
Erwachsene	mittwochs	18.00 - 19.00 19.00 - 20.00	Sporthalle Hans-Brüggemann-Schule
Zumba@-Kids ca. 4 bis 9 Jahre (Gruppe 1)	dienstag	16.45 - 17.30	Turnhalle Grundschule Süd
Zumba@-Kids ab 9 Jahre (Gruppe 2) Die Tänzer:innen sollten in der Lage sein, eine Stunde ohne größere Pausen mitzu- tanzen	dienstags	17.30 - 18:15	Tanzsporthalle des TV Jahn Walsrode (Eingang unter an der Treppe der Tanzsporthalle)

## Zwei Urgesteine der Leichtathletikabteilung feiern runde Geburtstage

Kürzlich feierten zwei außergewöhnliche Walsroder Sportler ihren runden Geburtstag. Schwimmen, Laufen, Speerwerfen, Weitsprung sowie viele weitere Disziplinen und das mehrmals in der Woche, waren lange das Trainingspensum zweier TV-Jahn-Urgesteine: Klaus Klusmann, der in diesen Tagen 90 Jahre alt geworden ist und Herbert Karnitzki, der ebenfalls im September seinen 85. Geburtstag feiern konnte.



**Herzlichen Glückwunsch:**

*Unseren "Oldies" Klaus Klusmann (links) und Herbert Karnitzki (rechts) wünschen wir alles Gute und gratulieren zu ihrer beachtlichen Leistung im Training und im Wettkampf.*

Für jeden, der in Walsrode im TV Jahn und hier insbesondere in der Leichtathletik aktiv und engagiert ist, sind die beiden bestens bekannte Gesichter. Zudem kennt sie jeder, der in Walsrode schon einmal sein Sportabzeichen abgelegt hat. Auch mit weit über 80 trainierten die beiden Jubilare nicht „nur“ Jahr für Jahr selbst tatkräftig auf dem Sportplatz, sondern haben zudem jahrzehntelang Sommer für Sommer ehrenamtlich das Sportabzeichen abgenommen. Klusmann war sogar mehr als 40 Jahre der Sportabzeichen-Obmann des TV Jahn Walsrode. Vielfach gaben beide dabei auch fachkundige Hilfestellung, wenn bei dem einen oder anderen Aspiranten auf das Sportabzeichen der letzte Sprint über die 100-Meter-Distanz oder das letzte Kugelstoßen schon etwas länger zurück lag. Klusmann und Karnitzki bildeten dabei stets ein eingespieltes Team zusammen mit Benno Vegelahn und Marion Wienrich. Herbert Karnitzki ist nach wie vor zusammen mit Benno Vegelahn und Marion Wienrich bei der Sportabzei-

chen-Abnahme auf dem Sportplatz anzutreffen. Das Trio wird dabei von Priska und Heiner Wethkamp unterstützt. Mit wieviel Herzblut die beiden sich um die Sportabzeichen-Abnahme in Walsrode kümmern, wird auch deutlich, wenn die zwei Walsroder zuweilen mit etwas Enttäuschung davon berichten, dass in manchen Jahren die Zahl der abgelegten Sportabzeichen leicht rückläufig war. Entmutigen ließen sich die zwei Sportler davon aber keinesfalls und es war für sie immer eine klare Sache, dass sie jährlich ebenfalls die Normen für Sportabzeichen erfüllt und die geforderten Leistungen mit Bravour erbracht haben. Klusmann und Karnitzki selbst haben das Sportabzeichen in Gold rekordverdächtig häufig abgelegt: weit über vierzig Mal.

Dass sich das ganze Training in all den Jahren ausgezahlt hat, wird daran deutlich, dass beide zusammen mit einigen weiteren junggebliebenen Mitstreitern auch im Alter von über 70 und später über 80 Jahren noch an Wettkämpfen, teilweise in der gesamten Bundesrepublik, teilgenommen haben.

So gibt es kaum eine größere Sportanlage in Niedersachsen, auf der die Walsroder nicht schon einmal bei einem Wettkampf ihre Spuren hinterlassen haben. Sie beschränkten sich dabei selten auf eine bestimmte Disziplin.

**„ Wir mögen die Vielseitigkeit, die der Mehrkampf bietet.**

In der Regel traten sie dabei zusammen mit dem Fallingbostler, Dieter Lange, als eingespieltes Team an. So haben sie auch schon unzählige Podestplätze bei Landesmeisterschaften erringen können und sogar ein dritter Platz bei den Deutschen Meisterschaften im Fünfkampf der Mannschaft schlägt zu Buche.

Sowohl im Training als auch im Wettkampf und im Leben zeichnet die beiden „Oldies“ dabei großer Ehrgeiz und Durchhaltevermögen aus, auch im Angesicht von gesundheitlichen Problemen.

Bei allem Training waren und sind die beiden dabei aber immer für einen Plausch zu haben und stets daran interessiert, die Jüngeren zu fördern und ihre eigene Begeisterung für den Sport und die Bewegung an sie weiterzugeben.

Auch darüber hinaus leben sie in jeder Hinsicht ihren Sport und das Ehrenamt.

Jahrelang halfen beide tatkräftig bei der Organisation des größten Laufereignisses der Region, beim Eckernworth-Waldlauf unseres TV Jahn mit. Klusmann war zudem 27 Jahre Vorsitzender der DLRG-Ortsgruppe Walsrode.

So sind es dann auch vor allem ihre Leidenschaft für den Sport, ihre Zuverlässigkeit und Hilfsbereitschaft, die als charakteristische Eigenschaften genannt werden, wenn man sich mit anderen Menschen über Herbert Karnitzki und Klaus Klusmann unterhält.

## Bericht aus der Schwimmabteilung

Nach den Osterferien konnten aufgrund der sinkenden Inzidenzen endlich alle Trainingsgruppen ihren Übungsbetrieb wieder aufnehmen.

Das Ziel, Kinder mit Schwimmabzeichen von der Warteliste in vorhandene Gruppen zu integrieren, konnte wie in den letzten TV Jahn Nachrichten bereits berichtet, im Herbst 2021 erfolgreich umgesetzt werden. Durch die erneuten Corona-Einschränkungen am Anfang des Jahres 2022 hat sich die Warteliste für alle Angebote der Schwimmabteilung schon wieder auf sagenhafte 193 Interessenten erhöht.

Bis zu den Sommerferien ist es gelungen von dieser Warteliste 87 Interessierte in neue oder vorhandene Gruppen aufzunehmen bzw. zu integrieren. Weitere 13 Kinder sind in zwei neuen Kursen „Jedes Kind soll schwimmen lernen“ gestartet. Mit über 90 Interessierten ist die Warteliste immer noch sehr gut gefüllt. Besonders nachgefragt sind die Plätze in der Wassergewöhnung am Samstag. Ebenso für Kinder die nach dem Erreichen des Seepferdchen Abzeichens gerne im Verein schwimmen möchten. Leicht entspannt hat sich die Situ-

ation bei den Kursen „Jedes Kind soll schwimmen lernen“. Die Auswirkungen des Ukrainekrieges haben auch die Schwimmabteilung erreicht. Mit den Energieeinsparungen, sprich, abgesenkte Wassertemperaturen im Fitnessbad Walsrode, gibt es neue Herausforderungen. Speziell bei den Gruppen der Wassergewöhnung und den Seepferdchen-Kursen frieren die Kinder bei den niedrigeren Wassertemperaturen deutlich schneller. Hier wird ggf. die Länge der Trainingszeit an die aktuelle Situation angepasst.

Die Schwimmabteilung konnte sich über eine Spende freuen. Bei der Trauerfeier von Erika Lange hatte die Familie um Spenden zur Förderung der Schwimmausbildung von Kindern im TV Jahn gebeten. Diese wurde von der Tochter Anfang des Jahres übergeben.

Ganz im Sinne von Erika Lange wurden von dem Geld Schwimmflossen für die Wassergewöhnung und das Anfängerschwimmen angeschafft sowie Tauchringe und Tauchstäbe mit lustigen Wasser-Tierchen. Die Tauchringe/-stäbe sollen die kleinen Schwimmer zum Tauchen animieren.

**Offsetdruck**  
**Digitaldruck**  
**Werbetechnik**

Geschäfts-, Werbe- und Privatdrucksachen · Briefbogen · Briefumschläge · Visitenkarten  
 Plastikkarten · Aufkleber · Durchschreibesätze · Endlos-Formulare · Haftnotizen  
 Notizblöcke · Flyer · Faltblätter · Broschüren · Mailings · Bücher · Programme · Karten  
 Ringordner · Mappen · Versandtaschen · Kalender · Plakate · Banner · Fahnen  
 Schilder · Displays · Leuchttransparente  
 Auto- und Lkw-Beschriftungen  
 Außenwerbung

**SCHRODER  
 DRUCK  
 & DESIGN**

Werner-von-Braun-Str. 12  
 29664 Walsrode  
 Fon 0 51 61 / 98 20 - 0  
 Fax 0 51 61 / 98 20 - 20  
 info@druckereischroeder.de

**Die Profis für Druck und  
 Werbung in Ihrer Nähe!**

# Jetzt Mitglied werden

## TV Jahn e.V. Walsrode



Der Verein für Breiten-, Freizeit-, Leistungs- und Gesundheitssport

♦ Geschäftsstelle: Moorstraße 10, 29664 Walsrode, ♦ Tel.: 05161 - 7870756 ♦  
♦ Internet: tvjahn-walsrode.de ♦ E-Mail: info@tvjahn-walsrode.de ♦ Gläubiger-ID: DE 53ZZZ 00000 244619 ♦

### EINTRITTSERKLÄRUNG

Abteilung: .....  aktiv  passiv

Bereits TV-Jahn-Mitglied? Ja  Nein

Name ..... Vorname .....

Straße ..... PLZ Wohnort .....

Freiwillige Angabe:

Freiwillige Angabe:

Geb.-Datum ..... Telefon ..... E-Mail-Adresse  Anmeldung zum monatl. Newsletter

**Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Satzung und Ordnungen des Vereins in der jeweils gültigen Fassung an. Die Dokumente finde ich im Internet (siehe oben) des TV Jahn e.V. Walsrode**

Ich bin damit einverstanden, dass die freiwilligen Angaben zu Vereinszwecken durch den Verein genutzt und hierfür auch an andere Mitglieder des Vereins (z.B. zur Bildung von Fahrgemeinschaften) weitergegeben werden dürfen.

→  Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich ausdrücklich damit einverstanden, dass von mir/von meine(n) Kindern gefertigte Licht- und/oder Tonbildaufnahmen in den Medien, gleich welcher Art, zeitlich, räumlich, sachlich und inhaltlich, veröffentlicht werden können.

Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung der vorbenannten Angaben freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann.

Datum ..... Unterschrift (bei Minderjährigen des ges. Vertreters) .....

**Monatliche Zusatzbeiträge: Schwimmen: 5,00 €,  
Wassergymnastik: 7,50 €**

SEPA – Lastschriftmandat (Einzugsermächtigung)

↓ Bankleitzahl ↓ ↓ Kontonummer ↓

Name des Kontoinhabers ..... DE / / / / / /  
IBAN

Name des Kreditinstituts ..... Ich ermächtige den TV Jahn e.V. Walsrode, die fälligen Beiträge mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom TV Jahn e.V. Walsrode gezogenen Beitragslastschriften einzulösen.

Zahlungen: monatlich

Datum ..... Unterschrift des Kontoinhabers .....

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen ab Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Die Mandatsreferenznummer wird vom Verein zugeteilt.

Stand: 10/2022



Einfach heraustrennen oder  
über den QR Code selber ausdrucken.

<b>Unsere Beiträge (monatlich):</b>		<b>Unsere Konten:</b>	
Erwachsene	11,50 €	<b>Kreissparkasse Walsrode</b>	
Jugendliche bis 23 J.	8,00 €	IBAN: DE91 2515 2375 0001 0820 23	
Familien	27,00 €	<b>Volksbank Lüneburger Heide e.G.</b>	
Passive	3,00 €	IBAN: DE69 2406 0300 0008 5189 00	
Aufnahmegebühr:	1 Monatsbeitrag		

## **Satzungsbestimmungen:**

### **§ 6 Erwerb der Mitgliedschaft**

Die Mitgliedschaft im Verein kann jede natürliche Person erwerben, sofern sie eine schriftliche Eintrittserklärung abgibt und der Vorstand die Mitgliedschaft beschließt. Für Kinder und Jugendliche ist die schriftliche Zustimmung eines gesetzlichen Vertreters erforderlich.

Kommt das neu aufzunehmende Mitglied seiner ersten Zahlungsverpflichtung, bestehend aus festgesetzter Aufnahmegebühr und dem Mitgliedsbeitrag für den laufenden Beitragszeitraum nicht zum Fälligkeitstermin nach, kann der Vorstand den Vertrag außerordentlich aus wichtigem Grund kündigen.

Passives Mitglied kann jede natürliche Person werden, die dem Verein angehören will, ohne sich in ihm sportlich zu betätigen. Für die Aufnahme passiver Mitglieder gelten die Regeln über die Aufnahme ordentlicher Mitglieder entsprechend.

Bei Ablehnung des Aufnahmeantrages hat der Aufnahmesuchende das Recht, sein Begehren dem Ehrenrat zur Beschlussfassung vorzulegen, der endgültig und mit einfacher Stimmenmehrheit entscheidet.

Der Vorstand kann durch Beschluss Beitragsbefreiung oder Ermäßigung erteilen.

### **§ 7 Erlöschen der Mitgliedschaft**

Die Mitgliedschaft erlischt:

- a) durch Austritt
- b) durch Ausschluss
- c) durch Tod

Der Austritt aus dem Verein ist in der Finanz- und Beitragsordnung geregelt.

Durch das Erlöschen der Mitgliedschaft bleiben die aufgrund der bisherigen Mitgliedschaft zur Entstehung gelangten Verbindlichkeiten gegenüber dem Verein unberührt. Beitragsschulden dürfen nicht mit Gegenforderungen verrechnet werden.

### **§ 9 Rechte und Pflichten der Mitglieder**

a. Mitglieder sind berechtigt, im Rahmen des Vereinszweckes an den Veranstaltungen des Vereins teilzunehmen.

b. Jedes Mitglied ist verpflichtet, sich nach der Satzung und den weiteren Ordnungen des Vereins zu verhalten. Alle Mitglieder sind zu gegenseitiger Rücksichtnahme und zur Einhaltung gemeinsamer Wertvorstellungen besonders im Sinn des § 2 verpflichtet.

c. Die Mitglieder sind zur Entrichtung von Beiträgen und Umlagen verpflichtet (Näheres regelt die Finanz- und Beitragsordnung)

d. Sämtliche Mitglieder sind nach den geltenden Bestimmungen für Vereinsversicherungen durch den Verein versichert.

## **Beitragsordnung:**

*Die vollständige Satzung sowie die Ordnungen des Vereins können auf unserer Homepage: [www.tvjahn-walsrode.de](http://www.tvjahn-walsrode.de) eingesehen und heruntergeladen werden bzw. in der Geschäftsstelle angefordert werden.*

### **§ 1 Beitragszahlung**

Der Beginn der Mitgliedschaft ist der Erste des Folgemonats des auf der Beitrittserklärung genannten Datums.

Der Austritt aus dem Verein ist zum 30.06. und zum 31.12. des Kalenderjahres möglich und muss dem Vorstand 4 Wochen vorher schriftlich angezeigt werden.

Für Teilnehmer an Kursen und Sonderveranstaltungen des Vereins gelten gesonderte Gebühren, die nicht mit den Vereinsbeiträgen abgegolten sind.

Bei Vereinseintritt wird eine einmalige Aufnahmegebühr von einem Monatsbeitrag berechnet. Bei Neueinrichtung einer Familienmitgliedschaft beträgt die Aufnahmegebühr 15,00 €. Wenn für bestehende Familienmitgliedschaften weitere Mitglieder angemeldet werden, beträgt die Aufnahmegebühr 5,00 € pro Person.

Die fälligen Mitgliedsbeiträge sind per Einzugsermächtigung zu zahlen und werden monatlich abgebucht.

Kann der Bankeinzug aus Gründen, die das Mitglied zu vertreten hat, nicht erfolgen und wird der Verein dadurch mit Gebühren belastet, sind diese durch das Mitglied zu tragen.

Die Regeln zu Mitgliedsbeiträgen werden auf den Beitrittsformularen hinterlegt und sind in der Geschäftsstelle, bei den Abteilungs-/Übungsleitern sowie als Download auf der Homepage des Vereins erhältlich.

Die Mitglieder sind verpflichtet, Anschriften- und Kontoänderungen der Geschäftsstelle umgehend mitzuteilen. Mitglieder, die ihre Beiträge nicht zahlen oder deren Adressen nicht ermittelbar sind, können aus dem Verein ausgeschlossen werden. Über den Ausschluss von Mitgliedern entscheidet der Vorstand.

### **§ 2 Beitragsfreiheit/-minderung**

Schüler und Studenten zahlen bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres den Beitrag für Jugendliche bzw. bleiben im Familienbeitrag. Zum Ende des Jahres in dem das Mitglied 21 wird, wird der Beitrag umgestellt.



**Mixed Team**

Hinten von links: Ahmed ElGendi Paul Ley, Christoffer Leonov, Henner Löhne, Anselm Kruse  
 Vorne von links: Steven Ndzengue, Hamza Eid, Ida Eickhoff, Carsten Kayser, Jörg Schuck

## Mit Freude und vier Teams in die neue Saison 2022/23

Wie bei vielen Aktivitäten und Sportarten waren die letzten beiden Jahre schwierig. Umso schöner ist es zu sehen, mit wie viel Freude und Energie sich die Basketballabteilung gerade präsentiert. Dies resultiert in viel Zulauf von neuen Spielern und auch vier Mannschaften, die am Spielbetrieb teilnehmen.

Die U14 (s.u.) haben unter dem Trainerduo Aimee Eigner und Anselm Kruse ihr erstes Saisonspiel überhaupt klar und vor allem mit viel Freude und Einsatzzeit aller Spieler gewonnen. Die U16 der letzten Saison unter der neuen Traineein Ida Eickhoff, die dem Verein schon lange verbunden ist, wird im U18 Bereich vor Herausforderungen stehen, diese aber sicherlich mit Spaß und Lernerfahrungen meistern.

Noch nicht am Spielbetrieb nehmen die U12 teil, denn dort wird unter dem „Alten Hasen“ Jörg Schuck viel Wert auf Beweglichkeit und Koordination sowie Freude am Lernen in einem Mannschaftssport gelegt.

Fehlen noch die Herren unter dem neuen Coach Jason Tyacotee, der sehr viel Erfahrung hat, neue Schwerpunkte setzt und auch neue Trainingsinhalte mitbringt. Dies wird dem in der Regionsliga spielenden Team helfen, das Ziel Aufstieg umzusetzen.

Last but not Least das Mixed Team, das seit Jahren nicht gemeldet wurde. Hier steht ganz klar der Spaß im Vordergrund und in der Liga sind auch nur vier Teams gemeldet. All dies wäre nicht ohne die Trainer, aber auch die „Macher“ in der Abteilung möglich. Dies sind u.a. Dr. Uwe Schulze im Hintergrund, Marlon Gerber und natürlich Anselm Kruse als Organisatoren sowie Carsten Kayser, der seit mittlerweile 2016 den Vorsitz innehat. Alle sind mit viel Energie und Herzblut dabei.



**U14**

Hinten von links: Herry Schuck, Finn Hawkins, Tom Hinze, Benjamin Ahmetajj, Bela Heims, Anselm Kruse  
 Vorne von links: Jan Cordes, Johann Hoyer, Adrian Köhler, Aaron Funk, Ole Alm, Oke Brandes, Aimee Eigner, Nils Oskar Krüger

## BRILLEN FÜR FREIZEIT UND BERUF



Kleiner Graben 20E · 29664 Walsrode · Tel. 05161-8887 · [www.cityoptic-walsrode.de](http://www.cityoptic-walsrode.de)



## Eine fahrtenreiche Paddelsaison geht zu Ende

Auch in diesem Jahr gab es wieder einige Veranstaltungen und Touren für die Mitglieder der Kanu-Abteilung. Ob auf Böhme, Aller, Weser, Wümme, Ems oder auf der Mecklenburgischen Seenplatte, die Kanu-Abteilung war auf den Flüssen der Region und auch darüber hinaus vertreten.

Den Auftakt machte dabei die Aller-Hochwasser-Rallye am 26.03.22, an der die TVJ-Kanuten jedes Jahr teilnehmen. Am Tag darauf folgte auf der Böhme das traditionelle Anpaddeln der Abteilung.

### Good to know:

### In der Kanuabteilung wird nur Breitensport betrieben- Freizeitvergnügen für und mit der ganzen Familie!

Im Mai stand, durch die Corona-Pandemie etwas verspätet, die Abteilungsversammlung inklusive Wahlen, Ehrungen und Übergabe der Wanderfahrerabzeichen der Paddelsaison 2021 an.

Über das Pfingstwochenende ging es für die Kinder und Jugendlichen auf Pfingstfreizeit. Auf dem Platz des Emders Kanu-Clubs wurde gezeltet und von dort aus wurden verschiedene Touren und Ausflüge gestartet.

Einige Wochen später und ebenfalls in Emden wurde erstmalig ein „Wochenende für alle“ veranstaltet. Daran durfte jedes Mitglied der Abteilung jeden Alters teilnehmen und selbst entscheiden, ob im Zelt, Wohnwagen, Hotel oder in einer Ferienwohnung übernachtet wird. Die Idee wurde gut angenommen und alle 15 Teilnehmer:innen hatten viel Spaß.

In den Sommerferien war die Mecklenburgische Seenplatte das Ziel der Kinder und Jugendlichen. Im Rahmen einer Gepäckfahrt, also ohne festes Standquartier und mit dem Gepäck und Verpflegung in den Booten, paddelte die Gruppe insgesamt eine Woche lang einen ca. 120 km langen Rundkurs. Auf Seen, Flüssen und Kanälen wurde unter anderem der Nationalpark

Müritz und die Stadt Mirow erkundet.

Anfang September gab es eine weitere Gepäckfahrt, diese war „nur“ 94 km lang und führte die Teilnehmer:innen auf der Aller und Weser von Hodenhagen nach Kirchweyhe. Ursprünglich sollte diese in Walsrode auf der Böhme starten, dies war jedoch aufgrund des niedrigen Wasserstandes nicht möglich.

Das diesjährige Abpaddeln fand am letzten Sonntag im September mit Bockwurstessen, Salaten und Gästen aus Ritterhude statt. Die Paddelsaison endete kurz darauf am 30.09.22, weswegen mit den Ergebnissen des Wanderfahrerwettbewerbs erst Mitte November gerechnet werden kann.

Nach den Herbstferien startete das Winterprogramm für die Kinder und Jugendlichen. Auch in diesem Jahr stehen wieder verschiedene Angebote, wie zum Beispiel Schwimmen, Kochen, Filmabende oder Schulungen auf dem Plan. Sobald es wieder wärmer wird, voraussichtlich im März, geht es mittwochs um 17 Uhr wieder auf die Böhme. Die Klönabende finden weiterhin dienstags um 20 Uhr im Bootshaus statt.

Interessierte können sich unter der E-Mail-Adresse der Kanu-Abteilung melden ([kanu@tvjahn-walsrode.de](mailto:kanu@tvjahn-walsrode.de)) oder den QR-Code scannen und sich online über unsere Abteilung informieren.



# Personal-Training beim TV Jahn Walsrode

## NEU AB NOVEMBER 2022 - Trainerportrait Torben Witte

Mein Name ist Torben Witte, seit meinem Freiwilligen Sozialen Jahr beim TV Jahn wusste ich, Sport ist mehr als nur ein Hobby für mich.

Daher habe ich mich entschlossen, Angewandte Sportwissenschaften zu studieren. Ich freue mich, nach meinem erfolgreichen Bachelor-Abschluss und einer abgeschlossenen Ausbildung zum Sportfachmann meine Expertise in den Verein einzubringen und gemeinsam mit dem Verein neue Ideen zu realisieren.

Während des Studiums habe ich gemerkt, dass mich die Themen Gesundheit und Sport in Verbindung sehr reizen. Daher freue ich mich über die neue Herausforderung beim TV Jahn.

Meine Oma hat immer gesagt: „Du kannst alt werden wie eine Kuh du lernst immer noch dazu“.

Unter diesem Motto sehe ich mit großer Freude meinem Master-Studiengang im Bereich Gesundheitsmanagement entgegen, welchen ich während meiner Tätigkeit beim TV Jahn absolvieren werde.

Mit diesen Voraussetzungen, den bestehenden Ideen sowie dem neuen Input durch den Verein und das Studium bin ich davon überzeugt, interessante Projekte rund um körperliche Bewegung und Gesundheit umsetzen zu können. Dabei ist mir wichtig, den Stellenwert von körperlicher Betätigung für die allgemeine Gesundheit in der Region weiter zu verbessern.

Besonders der Bereich Muskelkräftigung beschäftigt mich dabei. Studien zeigen seit Jahrzehnten, wie wichtig ein qualitatives Krafttraining für die körperliche Gesundheit über alle Altersgruppen ist. Auch Gesundheitsorganisationen wie die WHO empfehlen daher mindestens zwei Mal pro Woche ein qualitatives Krafttraining zur Muskelkräftigung durchzuführen. Dadurch lassen sich nachweislich Rückenbeschwerden minimieren/verhindern, Gelenkerkrankungen treten seltener auf und das allgemeine Wohlbefinden wird gesteigert. Trotzdem ist ein Krafttraining im Fitnessstudio für viele Personen in der Region nicht attraktiv.

Mit einem neuen Angebot beim TV Jahn wird in diesem Bereich Abhilfe geschaffen. Derzeit wird ein qualitativ hochwertig betreutes Krafttraining mit individueller Betreuung entwickelt, welches diese Lücke schließen soll.



**Torben Witte**  
Personal Trainer

## Warum Personal-Training?

Training zur Muskelkräftigung ist wichtig für Personen jeden Alters. Von besonderer Bedeutung ist dabei eine professionelle Anleitung und Betreuung, denn ein falsches Krafttraining kann grundsätzlich Probleme verursachen.

Im Gegensatz zum Fitnessstudio oder vielen Kursangeboten kann beim Personal-Training durch eine geringe Anzahl an Teilnehmenden pro Termin eine hervorragende Betreuung geboten werden, um für Deine Gesundheit die richtigen Übungen zu finden.

## Das erwartet Dich

In Kleingruppen bis zu 5 Personen trainierst Du individuell mit uns an Krafttrainingsgeräten sowie mit Deinem eigenen Körpergewicht.

Wir sorgen durch neueste wissenschaftliche Erkenntnisse dafür, dass Du Deine Ziele erreichen, Deine Lebensqualität verbessern und aktiv Problemen des Bewegungsapparates vorbeugen kannst.

## Kosten und Anmeldung

Ansprechpartner: Torben Witte  
Per Mail an: [torben.witte@tvjahn-walsrode.de](mailto:torben.witte@tvjahn-walsrode.de)  
Per Whatsapp an: 0151-56944335

Kosten: Mitgliedschaft + Zusatzbeitrag von 30 € pro Monat

## Übungszeiten

Gruppe	Tag	Uhrzeit
U25	Montag	13:45 - 15:15
	Donnerstag	15:15 - 16:45
Erwachsene „fit“	Montag	19:15 - 20:45
	Donnerstag	17:30 - 19:00
Erwachsene „Gesundheit“	Dienstag	10:30 - 12:00, 12:15 - 13:45
	Mittwoch	17:00 - 18:30



## Erfolgreicher Sportabzeichen-Sommer geht zu Ende

Gestern erhielten mehr als 25 Kinder und Jugendliche ihre Teilnahmeurkunden. Das Team Sportabzeichen des TV Jahn Walsrode, bestehend aus Marion Wienrich, Herbert Karnitzki, Priska Wethkamp und Heiner Henze-Wethkamp, blickt auf einen erfolgreichen Sommer zurück. Viele Einzelpersonen und Familien nutzten die wöchentlichen Übungszeiten, um fit zu bleiben, neue Techniken zu erlernen und gemeinsam Sport zu treiben. Bis Ende des Jahres können die fehlenden Schwimmnachweise noch eingereicht werden. Die offizielle Verleihung der Sportabzeichen findet Anfang 2023 statt.



## Gut gelaufen - 400,- € für die Walsroder Tafel

Endlich konnte dieses Jahr wieder gelaufen werden. Nachdem der traditionelle Eckernworthlauf zweimal ausfallen musste, machten sich dieses Jahr wieder hunderte Läufer auf die verschiedenen Strecken in der Eckernworth. Zur Entlastung der Laufenden hatte der TV Jahn diesmal auf ein Startgeld verzichtet und stattdessen um Spenden gebeten für die Jugendarbeit im Verein und für die Walsroder Tafel. Rund 800,- € kamen zusammen und die wurden redlich geteilt. Zur Übergabe der Spende von 400,- € besuchten Thomas Dierking und Gerd Baumgarten die Walsroder Tafel und konnten sich vor Ort überzeugen, dass die Spende dringend Ge-

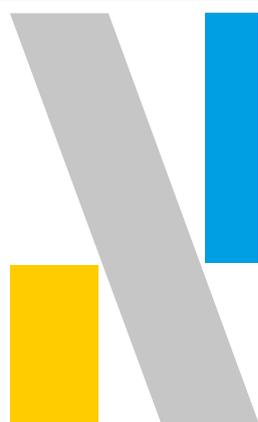
braucht wird und gut angelegt ist. Der Vorstand der Tafel um Ursula Büch bedankte sich herzlich für die Unterstützung.

Übrigens: Auch im nächsten Jahr kann wieder gelaufen werden. Am 24. Mai 2023 findet der nächste Eckernworthlauf statt. Wer teilnehmen möchte, kann ab sofort mir dem Training beginnen.



### Infos und Anmeldung:

[www.tvjahn-walrode.de](http://www.tvjahn-walrode.de)  
Rubrik: Events



# NIEMEYER

## PLANUNGSGRUPPE GMBH

KIRCHPLATZ 5 29664 WALSRÖDE

TEL.: 05161 / 9808-0 FAX: 05161/9808-20

E-Mail: [buero@pg-niemeyer.de](mailto:buero@pg-niemeyer.de) [www.pg.niemeyer.de](http://www.pg.niemeyer.de)





- Übungsgruppen
- Übungszeiten
- Übungsstätten
- Übungsleiter\*innen
- Hinweise
- Ansprechpartner

## Fragen?

Wenden Sie sich gerne an die zuständigen Ansprechpartner oder an unsere Geschäftsstelle unter 05 161-7870759 oder per E-Mail an [geschaeftsstelle@tvjahn-walsrode.de](mailto:geschaeftsstelle@tvjahn-walsrode.de)



## Badminton

**Ansprechpartner: Günter Strube**  
**Tel.: 05161-5708**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Dienstag	18:00 - 20:00	Jugend und Schüler	Sporthalle BBS	Boris Remmert
Dienstag	20:00 - 22:00	Erwachsene	Sporthalle BBS	Günter Strube



## Bogenschießen

**Ansprechpartner: Reiner Schmidt**  
**Tel.: 05165-715**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
<b>Sommer: 16.04. bis 15.09.</b>				
Dienstag	17:30 - 20:30	Anfänger und Jugendliche	Bogenplatz Waldstadion Bomlitz	Harald Röhrs
Dienstag	18:00 – 20:30	Erwachsene	Bogenplatz Waldstadion Bomlitz	Harald Röhrs
Donnerstag	17:30 – 20:30	Training	Bogenplatz Waldstadion Bomlitz	Harald Röhrs
<b>Winter: 16.09. bis 15.04</b>				
Dienstag	18:00 - 19:45	Jugend & Anfängertraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Harald Röhrs
Dienstag	19:45 - 22:00	Erwachsene	Sporthalle SZ Gymnasium	Harald Röhrs
Freitag	18:00 - 19:45	Jugend und Erwachsene	Sporthalle SZ Gymnasium	Harald Röhrs
Freitag	19:45 - 22:00	Erwachsene/Ligatraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Harald Röhrs



# Stadt-Apotheke

*Die freundliche und kompetente Apotheke*



Apotheker Klaus Leifried

Moorstraße 50 · 29664 Walsrode

Tel. 051 61 / 7 11 55 · Fax 051 61 / 7 27 39

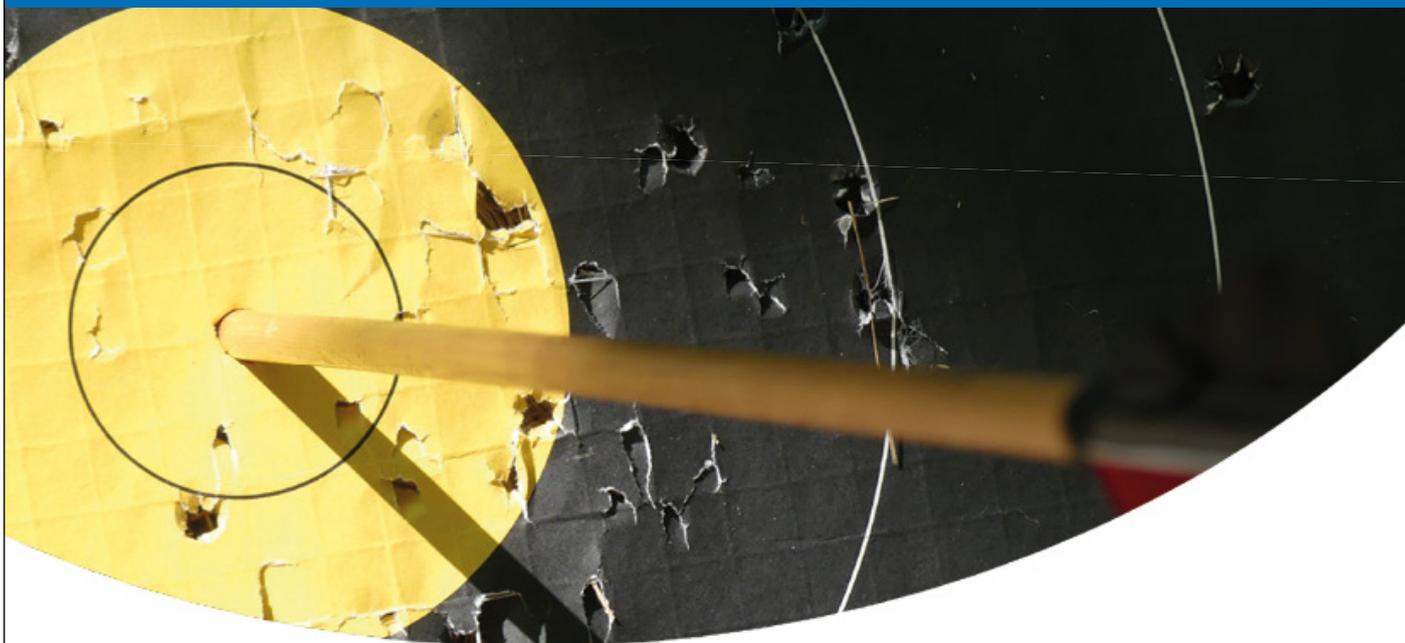


## Basketball

Ansprechpartner: Carsten Kayser  
Tel.: 0172-5429772

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	18:00 - 19:45	Damen	Sporthalle SZ Gymnasium	Peter Berndt
Montag	18:00 - 20:00	U14	Sporthalle SZ Gymnasium	Anselm Kruse & Aime Aigner
Montag	20:00 - 22:00	Herren	Sporthalle SZ Gymnasium	Jaysen Tyacootee
Mittwoch	18:00 - 19:30	U12, U14 & U18	Sporthalle SZ Gymnasium	Jörg Schuck, Anselm Kruse, Aime Aigner & Ida Eickhoff
Mittwoch	20:00 - 22:00	Herren	Sporthalle SZ kleine Halle	Jaysen Tyacootee
Freitag	18:00 - 20:00	U14 & U18	Sporthalle SZ kleine Halle	Anselm Kruse, Aime Aigner & Ida Eickhoff
Freitag	18:00 - 19:30	U12	Sporthalle SZ kleine Halle	Jörg Schuck
Freitag	20:00 - 22:00	Herren	Sporthalle SZ kleine Halle	Jaysen Tyacootee

## Augenmaß für die Region...



**Wir versorgen Sie zielsicher  
mit Strom, Gas und Wasser**

Poststraße 4 . 29664 Walsrode . Tel. 05161 6001-400 . [www.swbt.de](http://www.swbt.de)

**STADTWERKE**  
 **Böhmatal**



## Faustball

**Ansprechpartner: Andre Schwanke**  
**Tel.: 05161-4885585**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
<b>Sommer: 01.04. bis 15.09.</b>				
Mittwoch	18:00 - 20:00	Erwachsene Training	Freisportanlage SZ	Andre Schwanke
Mittwoch	18:00 - 20:00	Jugend Training ab U12	Freisportanlage SZ	Jan Müller
Freitag	18:00 - 20:00	Kinder Training	Freisportanlage SZ	Jan Müller
<b>Winter: 16.09. bis 31.03.</b>				
Donnerstag	20:00 - 22:00	Erwachsene Training	Sporthalle SZ Gymnasium	Andre Schwanke
Freitag	18:00 - 20:00	Kinder und Jugend Training	Sporthalle BBS	Jan Müller



## Handball

**Ansprechpartnerin: Ramona Lenz**  
**Tel.: 05161-7876081**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Mittwoch	16:30 - 18:30	männliche B-Jugend Jahrgang 2006/2007	Sporthalle SZ Bomlitz	Wally Schulze & Jörn Schuster
Mittwoch	17:30 - 19:30	Minis: Jahrgang 2014 und jünger & E-Jugend: Jahrgang 2012/2013 in der Winterzeit	Sporthalle BBS	Heiko Tamke & Victoria Schröder
Mittwoch	20:00 - 22:00	1. Herren (+ Jugendliche ab Jahrgang 2006)	Sporthalle SZ Bomlitz	Jörn Schuster
Mittwoch	20:00 - 22:00	1. Damen (+ Jugendliche ab Jahrgang 2006)	Sporthalle SZ Bomlitz	Jan-Niklas Austen
Donnerstag	18:00 - 20:00	männliche B-Jugend Jahrgang 2006/2007	Sporthalle BBS	Wally Schulze & Jörn Schuster
Freitag	16:30 - 18:00	Minis: Jahrgang 2014 und jünger & E-Jugend: Jahrgang 2012/2013	Sporthalle BBS	Heiko Tamke & Victoria Schröder
Freitag	18:45 - 20:00	2. Herren (+ Jugendliche ab Jahrgang 2006)	Sporthalle SZ Bomlitz	Peter Scharf
Freitag	20:00 - 22:00	1. Herren (+ Jugendliche ab Jahrgang 2006)	Sporthalle SZ Bomlitz	Jörn Schuster
Freitag	20:00 - 22:00	1. Damen (+ Jugendliche ab Jahrgang 2006)	Sporthalle BBS	Jan-Niklas Austen



## Judo

**Ansprechpartner: Ralf-Hartmut Lippert**  
**Tel.: 0172-4011956**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Dienstag	17:30 - 19:30	Gürteltraining 7-14 Jahre	Sporthalle Oberschule	Ralf-Hartmut Lippert
Dienstag	17:00 - 19:00	Winterprogramm für Kinder & Jugendliche bis zu den Osterferien	Sporthalle Oberschule	Ralf-Hartmut Lippert
Donnerstag	19:00 - 20:30	Gürteltraining ab 15 Jahre (Erwachsene)	Sporthalle Oberschule	Ralf-Hartmut Lippert
Donnerstag	20:30 - 21:30	Kata-Training	Sporthalle Oberschule	Ralf-Hartmut Lippert
Samstag	15:30 - 17:30	Randori	Sporthalle Oberschule	Ralf-Hartmut Lippert



## Kanu

**Ansprechpartner: Arno Braemer**  
**Tel.: 05161-6826**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Dienstag	20:00 - 21:30	Klönen, Fahrten besprechen usw., Gäste sind immer willkommen	Bootshaus	Arno Braemer
Mittwoch	17:00 - 19:00	Winterprogramm für Kinder & Jugendliche bis zu den Osterferien	Bootshaus	Birthe Kling / Tim Braemer

Interessierte melden sich bitte unter [paddeln@tvjahn-walsrode.de](mailto:paddeln@tvjahn-walsrode.de) an.



## Volleyball

**Ansprechpartnerin: Sandra Müsebeck**  
**Tel.: 05161-5039942**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	18:00 - 20:00	Jugend, Mannschaftstraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Jennifer Ziemke-Schulze
Montag	20:00 - 22:00	Herren, Mannschaftstraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Steven Harding
Montag	20:00 - 22:00	Hobby Mixed	Sporthalle SZ Gymnasium	Alina Hoffmann
Mittwoch	19:30 - 21:30	Hobby Mixed	Sporthalle BBS	Alina Hoffmann
Donnerstag	18:00 - 20:00	Damen, Mannschaftstraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Peter Hartwig
Donnerstag	18:00 - 20:00	Jugendtraining ab 16 Jahre	Sporthalle SZ Gymnasium	Jennifer Ziemke-Schulze
Donnerstag	20:00 - 22:00	Herren, Mannschaftstraining	Sporthalle SZ kleine Halle	Steven Harding
Freitag	18:00 - 20:00	Damen, Mannschaftstraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Peter Hartwig
Freitag	18:30 - 20:30	Freizeitgruppe	Sporthalle Oberschule	Thomas Knopf



## Leichtathletik

Ansprechpartner: Jürgen Hector  
Tel.: 05161-73563

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
<b>Sommer</b>				
Montag	15:30 - 16:30	alle Kinder ab der 6. Klasse	Freisportanlage SZ	Annette Funck
Montag	16:30 - 18:15	Wettkampfsport	Freisportanlage SZ	André Funck
Mittwoch	15:30 - 16:30	Kinder 5-10 Jahre	Freisportanlage SZ	Ellen Gause
Donnerstag	15:30 - 16:30	alle Kinder ab Klasse 5	Freisportanlage SZ	Annette Funck
Donnerstag	16:30 - 18:15	Wettkampfsport	Freisportanlage SZ	André Funck
Freitag	14:30 - 15:30	alle Grundschüler	Freisportanlage SZ	Ellen Gause
<b>Winter</b>				
Montag	15:30 - 16:30	alle Kinder ab der 6. Klasse	Sporthalle SZ kleine Halle	Annette Funck
Montag	16:30 - 18:15	Wettkampfsport	Sporthalle SZ kleine Halle	André Funck
Mittwoch	15:30 - 16:30	Kinder 5-10 Jahre	Sporthalle SZ kleine Halle	Ellen Gause
Donnerstag	15:30 - 16:30	alle Kinder ab der 5. Klasse	Sporthalle SZ kleine Halle	Annette Funck
Donnerstag	16:30 - 18:15	Wettkampfsport	Sporthalle SZ kleine Halle	André Funck
Freitag	14:30 - 15:30	alle Grundschüler	Sporthalle SZ kleine Halle	Ellen Gause

# Rickenberg

Schenken

Kochen

Genießen

Bergstraße 14 -16 · 29664 Walsrode  
Tel. 05161 910900

[www.rickenberg-walsrode.de](http://www.rickenberg-walsrode.de)





## RadSPORT

Ansprechpartner: Carsten Wittkopf  
Tel.: 05161-481187

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
<b>Sommertraining: Ab dem ersten Mi. nach der Zeitumstellung</b>				
Mittwoch	18:30 - 00:00	Ausfahrt 35-60 km	Velobox Walsrode	Carsten Wittkopf/Thomas Rynas
<b>Herbsttraining: Ab dem ersten Sa. im Oktober</b> (solange die Witterung mitspielt/ca. Mitte November)				
Samstag	ab 14:00 Uhr (offenes Ende je nach Tour)	Ausfahrt 35-45 km	Velobox Walsrode	Carsten Wittkopf/Thomas Rynas



## Fitness- und Gesundheitssport

Ansprechpartner: Torben Witte  
Tel.: 05161-7871859  
E-Mail: [gesundheitsport@tvjahn-walsrode.de](mailto:gesundheitsport@tvjahn-walsrode.de)

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	10:15 - 11:00	Faszientraining mit der BLACKROLL	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Montag	18:00 - 19:00	BBP (Bauch-Beine-Po)	Gymnastikraum GS Süd	Saskia Göbel
Montag	18:30 - 20:00	Body Workout mit und ohne Step	Bootshaus	Katrin Körber
Montag	19:00 - 20:00	Fit for Fun - Fitnessgymnastik	Sporthalle GS Süd	Clarissa Priebe
Dienstag	18:15 - 19:15	Orientalischer Tanz	Sporträume Benzer Straße	Claudia Brümmer-Bemsouda
Dienstag	20:00 - 21:00	Fit for Fun - Fitnessgymnastik	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Mittwoch	08:30 - 09:30	Beckenbodengymnastik	Gymnastikraum GS Süd	Vanessa Marigou
Mittwoch	09:35 - 10:35	Beckenbodengymnastik	Gymnastikraum GS Süd	Vanessa Marigou
Mittwoch	19:00 - 20:00	Power Dance Fusion	Sporträume Benzer Straße	Claudia Brümmer-Bemsouda
Donnerstag	09:00 - 10:00	Fitnessgymnastik für Frauen	Gymnastikraum GS Süd	Saskia Göbel
Donnerstag	17:45 - 18:45	Fitness für Frauen	Sporthalle GS Vorbrück	Torben Witte
Freitag	08:30 - 10:00	Yoga	Sporträume Benzer Straße	Aimara Bauer
Freitag	18:00 - 19:30	Yoga	Sporträume Benzer Straße	Aimara Bauer



## Jonglage

Ansprechpartner: Robert Barenscheer  
Tel.: 05161-72586

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Donnerstag	18:00 - 19:30	Jonglage ab 10 Jahre	Sporthalle GS Süd	Robert Barenscheer



## Leistungsturnen

**Ansprechpartnerin: Geschäftsstelle**  
**Tel.: 05161-7870756**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Mittwoch	17:00 - 20:00	Pflicht & Kür Anfänger + Aufbaugruppe	Sporthalle SZ kleine Halle	Melanie Neumann
Freitag	16:00 - 18:00	Aufbaugruppe Mädchen 4-6 Jahre	Sporthalle GS Süd	Melanie Neumann & Jessica Arkenberg



## Shotokan Karate

**Ansprechpartnerin: Manuela Michels**  
**E-Mail.: shotokan.karate@tvjahn-walsrode.de**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	20:00 - 21:30	Allgemeines Training	Sporthalle GS Vorbrück	Heinz Schablowski
Dienstag	17:00 - 18:00	Anfänger Jugendliche (ab 14 Jahre)	Sporträume Benzer Straße	Henrik Neue / Karsten Waliszewski
Dienstag	19:30 - 21:00	Anfänger Erwachsene (ab 18 Jahre)	Sporthalle Oberschule	Heinz Schablowski
Mittwoch	20:00 - 21:30	Allgemeines Training	Sporthalle Brüggemannschule	Karsten Waliszewski

## Zumba

**Ansprechpartnerin: Sylvia Baumgarten**  
**E-Mail: sylvia.baumgarten@tvjahn-walsrode.de**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Dienstag	15:30 - 16:40	Erwachsenengruppe	Sporthalle GS Süd	Sylvia Baumgarten
Dienstag	16:45 - 17:30	Kids (ca. 5 bis 9 Jahre)	Sporthalle GS Süd	Sylvia Baumgarten
Dienstag	17:30 - 18:30	Kids (ca. 9 bis 12 Jahre)	Sporthalle GS Süd	Sylvia Baumgarten
Dienstag	18:30 - 19:15	Zumba-Kids-Workshop	Sporthalle GS Süd	Sylvia Baumgarten
Mittwoch	18:00 - 19:00	Erwachsenengruppe	Sporthalle Brüggemannschule	Sylvia Baumgarten
Mittwoch	19:00 - 20:00	Erwachsenengruppe	Sporthalle Brüggemannschule	Sylvia Baumgarten

## Hobby Horsing

**Ansprechpartner: Jan Müller**  
**Tel.: 0172-4267327**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Donnerstag	15:30 - 17:00	Hobby Horsing	Gymnastikraum GS Süd	Jan Müller



## Angebote mit Verordnung

**Ansprechpartner: Torben Witte**

**Tel.: 05161-7871859**

**Mobil: 0151-56944335**

**E-Mail: [gesundheitssport@tvjahn-walsrode.de](mailto:gesundheitssport@tvjahn-walsrode.de)**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	08:30 - 09:15	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Montag	09:20 - 10:05	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Montag	17:15 - 18:00	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Saskia Göbel
Dienstag	18:00 - 18:45	Funktionstraining	Sporthalle Brüggemannschule	Petra Dierking
Dienstag	19:00 - 19:45	Funktionstraining	Sporthalle Brüggemannschule	Petra Dierking
Mittwoch	19:30 - 20:30	Koronarsport	SZ Gymnasium	Clarissa Priebe & Henriette Kulms
Donnerstag	10:15 - 11:30	Reha Wassergymnastik Orthopädie	Hallenbad Walsrode <i>Leider Warteliste!</i>	Saskia Göbel
Donnerstag	18:45 - 19:30	Fit&Mobil Rehasport Orthopädie	Sporthalle GS Vorbrück	Torben Witte
Donnerstag	19:30 - 20:30	Rückenschule	Sporthalle GS Vorbrück	Torben Witte
Freitag	16:30 - 17:30	Sport in der Krebsnachsorge	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Freitag	16:45 - 18:00	Aqua Training	Hallenbad Walsrode	Michael Hanisch



## Schwimmen

**Ansprechpartnerin: Carola Sommer**

**Tel.: 05161-5250 (Mi. 17:00 - 19:00)**

Die Schwimmabteilung des TV Jahn gehört zur SG Böhmetal. Dieser Zusammenschluss ermöglicht ein umfangreiches Angebot im Bereich Schwimmen und Aquafitness für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Die Übungszeiten sind daher über die Abteilungsleitung zu erfragen.



## Sportabzeichen

**Ansprechpartner: Priska und Heiner Wethkamp**

**Mobil: 0162-3270121**

Das Sportabzeichen wird nur während der Sommermonate abgenommen (April bis Oktober). Die Schwimmabnahme wird von dem Schwimmmeister des Walsroder Hallenbades abgenommen, soweit der Badebetrieb dies zulässt.

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort
Dienstag	17:30 - 19:00	Allgemeines Training Sportabzeichen	Freisportanlage SZ
Donnerstag	17:30 - 19:00	Allgemeines Training Sportabzeichen	Freisportanlage SZ



## Taekwondo

**Ansprechpartner: Daniel Bistriz**  
**Tel.: 0151-52300758**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	17:00 - 18:00	Anfänger 7-10 Jahre	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz
Montag	18:00 - 19:00	Anfänger ab 11 Jahre, Fortgeschrittene	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz
Mittwoch	16:00 - 17:00	Frühförderung 4-7 Jahre	Sporthalle GS Vorbrück	Sonja Bower
Mittwoch	17:00 - 18:00	Anfänger 7-10 Jahre	Sporthalle GS Vorbrück	Sonja Bower, Daniel Bistriz
Mittwoch	18:00 - 19:00	Anfänger ab 11 Jahre, Fortgeschrittene	Sporthalle GS Vorbrück	Sonja Bower, Daniel Bistriz
Mittwoch	19:00 - 20:00	Training für Danträger und Dananwärter	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz
Freitag	17:00 - 18:00	Anfänger 7-10 Jahre	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz
Freitag	18:00 - 19:00	Anfänger ab 11 Jahre, Fortgeschrittene	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz
Freitag	19:00 - 20:00	Kickboxen ab 14 Jahre	Sporthalle GS Vorbrück	Daniel Bistriz



## Tanzen

**Ansprechpartner: Rudolf Kaufmann**  
**Tel.: 05161-5137**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	19:30 - 20:45	Breitensport 2	Gymnastikraum GS Süd	Rudolf Kaufmann
Montag	20:45 - 22:00	Breitensport 3	Gymnastikraum GS Süd	Liane Gehrke & Ulrich Gehrke
Dienstag	19:30 - 20:45	Breitensport 4	Gymnastikraum GS Süd	Rudolf Kaufmann
Dienstag	20:45 - 22:00	Breitensport 5	Gymnastikraum GS Süd	Liane Gehrke
Mittwoch	17:00 - 20:00	Freies Training Turnierpaare	Gymnastikraum GS Süd	Rudolf Kaufmann
Donnerstag	19:30 - 20:45	Breitensport 7	Gymnastikraum GS Süd	Rudolf Kaufmann & Liane Gehrke
Donnerstag	20:45 - 22:00	Breitensport 8	Gymnastikraum GS Süd	Liane & Ulrich Gehrke
Freitag	17:00 - 21:45	Turnier- und Fördertraining	Gymnastikraum GS Süd	Rudolf Kaufmann
Samstag	10:00 - 15:00	Freies Training Turnierpaare	Gymnastikraum GS Süd	
Sonntag	10:00 - 15:00	Freies Training Turnierpaare	Gymnastikraum GS Süd	
Sonntag	17:30 - 19:00	Freies Training für alle TSA-Mitglieder	Gymnastikraum GS Süd	1. Sonntag im Monat nach Absprache
Sonntag	18:00 - 20:00	Discofox - Workshops	Sporthalle GS Süd	Christian Müller & Heike Hoops

# CAPITOL-THEATER

Ihr Kino in Walsrode!

*Kartenvorverkauf auch im Internet*

www.capitol-walsrode.de  
Telefon 05161 3596

Täglich 17.00 und 20.15 Uhr  
Sa. und So. 15.00 Uhr Familien-Kino

## Olaf Troschke

Schornsteinfegermeister  
Energieberater  
Brandschutztechniker



**Ihr Sicherheits-,  
Umwelt- und  
Energie-Experte**

Tel. 05161 - 3707  
Fax 05161 - 789610  
BSMOlafTroschke@aol.com  
Osterkamp 6 · 29664 Walsrode

## MEYER

Heiko Meyer  
Malermeister

Quintusstraße 27  
29664 Walsrode  
Tel.: (0 51 61) 5335

Ausführungen sämtlicher

- Maler-
- Fußbodenverlege-
- Tapezierarbeiten
- Fassadenanstriche

## INTERSPORT JOACHIM

Inh. Bernd Joachim  
Moorstraße 35  
29664 Walsrode  
Tel. 05161-911144  
Fax 05161-911145

# Jugger

Ansprechpartner: Patrick Cordes

E-Mail: patrick.cordes@tvjahn-walsrode.de

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
<b>Sommer: Ca. April bis Oktober</b>				
Montag	18:15 - 20:15	Allgemeines Training	Freisportanlage SZ	Patrick Cordes
Mittwoch	18:15 - 20:15	Allgemeines Training	Freisportanlage SZ	Patrick Cordes
<b>Winter: Ca. Oktober bis April</b>				
Mittwoch	17:00 - 19:00	Allgemeines Training	Sporthalle Oberschule	Patrick Cordes



# Turnen und Gymnastik

Ansprechpartnerin: Geschäftsstelle

Tel.: 05161-7870756

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	20:00 - 22:00	Männerturner	Sporthalle GS Süd	Horst-Werner Marwede
Dienstag	08:30 - 09:30	Gymnastik Männer + Frauen	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Dienstag	09:30 - 10:30	Gymnastik für die Frau	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Mittwoch	20:00 - 21:30	Gymnastik für Frauen	Sporthalle GS Süd	Ilka Goerigk
Mittwoch	20:30 - 22:00	Freizeitsport (Hobbybasketball)	Sporthalle GS Vorbrück	Bernd Schriewer
Freitag	20:00 - 22:00	Männerturner	Sporthalle GS Süd	Horst-Werner Marwede



# Rhönradturnen

Ansprechpartnerin: Geschäftsstelle

Tel.: 05161-7870756

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Dienstag	16:00 - 19:00	Rhönradturnen Leistungsgruppe	Sporthalle SZ kleine Halle	Jutta Opfermann
Donnerstag	16:30 - 18:00	Rhönradturnen Breitensport 1	Sporthalle SZ Gymnasium	Jutta Opfermann
Donnerstag	18:00 - 20:00	Rhönradturnen Breitensport 2	Sporthalle SZ Gymnasium	Jutta Opfermann
Freitag	15:30 - 18:30	Rhönradturnen Leistungsgruppe	Sporthalle SZ Gymnasium	Jutta Opfermann
Sonntag	Zeiten nach Absprache	Rhönrad Wettkampftraining	Sporthalle SZ Gymnasium	Jutta Opfermann



## Kinderturnen

**Ansprechpartnerin: Geschäftsstelle**  
**Tel.: 05161-7870756**

Aufgrund der hohen Nachfrage und bereits bestehenden Wartelisten,  
 bitten wir um vorherige Anmeldung zu allen Kinderturn-Angeboten!

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	14:00 - 16:00	Gruppe Montessorischule	Sporthalle GS Am Markt	Lorella Gianfrancesco
Dienstag	15:00 - 16:00	Kleinkinder mit Eltern	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Dienstag	16:00 - 17:00	Vorschulkinder	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Dienstag	17:00 - 18:00	Grundschul Kinder	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Mittwoch	14:00 - 15:30	Grundschul Kinder	Sporthalle GS Vorbrück	Matti Schlüter
Donnerstag	15:45 - 16:45	Vorschulkinder	Sporthalle GS Vorbrück	Matti Schlüter
Donnerstag	16:45 - 17:45	Kleinkinder mit Eltern	Sporthalle GS Vorbrück	Matti Schlüter
Freitag	15:00 - 16:00	Vorschulkinder	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Freitag	16:00 - 17:00	Kleinkinder mit Eltern	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel
Freitag	17:00 - 18:00	Grundschul Kinder	Sporthalle Brüggemannschule	Saskia Göbel



## (Nordic-) Walking

**Ansprechpartner: Horst Schubert**  
**Tel.: 05161-8648**

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Montag	18:00 - 20:00	Walken im Sommer	Treffen Ende Sunderstr. bei Verdi	Horst Schubert
Dienstag	15:30 - 17:00	Walken	Gaststätte an der Eckernworth	Anneliese Willnat
Mittwoch	18:00 - 19:00	Walken und Nordic Walken im Sommer	Tannenweg	Andreas Trautmann
Mittwoch	18:00 - 20:00	Nordic Walking im Sommer	Treffen Ende Sunderstr. bei Verdi	Horst Schubert
Donnerstag	15:00 - 16:30	Walken im Winter	VHS Werkstätten	Anneliese Willnat
Donnerstag	17:30 - 19:30	Walken im Sommer	VHS Werkstätten	Anneliese Willnat
Freitag	18:00 - 19:00	Walken und Nordic Walken im Sommer	Gaststätte Eckernworth	Andreas Trautmann
Samstag	09:00 - 10:30	Walken und Nordic Walken	Tannenweg	Andreas Trautmann
Sonntag	09:00 - 10:30	Walken Im Winter	Beginn Verdi	Horst Schubert

## Abteilungsleiter\*innen/Ansprechpartner\*innen

Abteilung	Ansprechpartner*in	Telefonnummer	E-Mail
Badminton	Günter Strube	05161-5708	badminton@tvjahn-walsrode.de
Basketball	Carsten Kayser	0172-5429772	carsten.kayser@tvjahn-walsrode.de
Bogensport	Reiner Schmidt	05165-715	bogenschiessen@tvjahn-walsrode.de
Faustball	Andre Schwanke	05161-4885585	faustball@tvjahn-walsrode.de
Handball	Ramona Lenz	05161-7876081	ramona.lenz@tvjahn-walsrode.de
Judo	Ralf-H. Lippert	0172-4011956	judo@tvjahn-walsrode.de
Jugger	Patrick Cordes		patrick.cordes@tvjahn-walsrode.de
Kanu	Arno Braemer	05161-6826	kanu@tvjahn-walsrode.de
Karate	Manuela Michels	0172 4438960	shotokan.karate@tvjahn-walsrode.de
Leichtathletik	Jürgen Hector	05161-73563	leichtathletik@tvjahn-walsrode.de
Radsport	Carsten Wittkopf	05161-4811870	radspport@tvjahn-walsrode.de
Schwimmen	Carola Sommer	05161-5250	schwimmen@tvjahn-walsrode.de
Sportabzeichen	Priska & Heiner Wethkamp	0162-3270121	sportabzeichen@tvjahn-walsrode.de
Tanzen	Rudolf Kaufmann	05161-5137	tanz@tvjahn-walsrode.de
Turnen	Geschäftsstelle	05161-7870756	turnen@tvjahn-walsrode.de
Taekwondo	Daniel Bistriz	0151-52300758	taekwondo@tvjahn-walsrode.de
Volleyball	Sandra Müsebeck	05161-5039942	sandra.muesebeck@tvjahn-walsrode.de

## Anschriften der Sportstätten

BBS Sporthalle	Frauenring, 29664 Walsrode
Bogensportgelände im Waldstadion Bomlitz	An der Wisselshorst 10a, 29699 Bomlitz
Bootshaus	Am Kloster 3, 29664 Walsrode
Sporthalle GS am Markt	Marktstraße 11, 29664 Walsrode
Sporthalle GS Süd u. Tanzsporthalle	Prager Str. 2, 29664 Walsrode
Sporthalle GS Vorbrück	Am Hellteich 10, 29664 Walsrode
Sporthalle HBS (Hans-Brüggemann-Schule)	Brüggemannstr. 8, 29664 Walsrode
Sporthalle OBS (Oberschule Walsrode)	Ostdeutsche Allee, 29664 Walsrode
SZ Sporthalle Bomlitz	Am Hoop 15, 29699 Bomlitz
SZ Sporthalle u. Sportanlage	Ostdeutsche Allee, 29664 Walsrode
Sporträume Benzer Str.	Benzer Str. 2a, 29664 Walsrode

## Vorstand

1. Vorsitzender	Gerd Baumgarten
2. Vorsitzender	Timo Albeshausen
Ressortleiter Finanzen	n.n.
Ressortleiter Verwaltung	Boris Remmert
Ressortleiter Projekte/ Veranstaltungen	Timo Albeshausen
Ressortleiter Jugend, Ältere u. Soziales	Jürgen Hector
Ressortleiterin Öffentlichkeitsarbeit	Jennifer Ziemke-Schulze
Vertreter der Abteilungen	Kevin Baker

## Monatliche Beiträge

Erwachsene	11,50€
Familien	27,00€
Kinder u. Jugendliche bis 21 Jahre	8,00€
Passive	3,00€

Aufnahmegebühr 1 Monatsbeitrag

### Unsere Bankverbindungen

Kreissparkasse Walsrode:

IBAN: DE91 2515 2375 0001 0820 23 BIC: NOLADE21WAL

Volksbank Lüneburger Heide eG:

IBAN: DE69 2406 0300 0008 5189 00 BIC: GENODEF1NBU

## Geschäftsstelle

### Ansprechpartnerin

**Sylvia Baumgarten**

Anschrift: Moorstraße 10, 29664 Walsrode

Telefon: 05161-7870756

Fax: 05161-7872109

E-Mail: [info@tvjahn-walsrode.de](mailto:info@tvjahn-walsrode.de)

Bürozeiten:

Dienstag	10:00 - 12:00 Uhr
Donnerstag	16:00 - 18:00 Uhr

(In den Ferien und an Brückentagen bleibt die Geschäftsstelle geschlossen)

### Assistentin des Vorstands

**Saskia Göbel**

Telefon: 0176-63284080

E-Mail: [Saskia.goebel@tvjahn-walsrode.de](mailto:Saskia.goebel@tvjahn-walsrode.de)

### Gesundheitssport

**Torben Witte**

Telefon: 05161-7871859

E-Mail: [geschaeftsstelle@tvjahn-walsrode.de](mailto:geschaeftsstelle@tvjahn-walsrode.de)

Nähere Informationen finden Sie auch im Internet:

[www.tvjahn-walsrode.de](http://www.tvjahn-walsrode.de)

**Redaktionsschluss für die Ausgabe April 2023 ist der 01. März 2023.**



### Herausgeber

TV Jahn e.V. Walsrode

Moorstraße 10

29664 Walsrode

05161-7870756

[info@tvjahn-walsrode.de](mailto:info@tvjahn-walsrode.de)

### Layout & Anzeigen

J. Gronemann GmbH & Co. KG

Lange Straße 12

29664 Walsrode

### Druck

Druckhaus Walsrode

Hanns-Hoerbiger-Straße 6

29664 Walsrode

# **Ausbildung? Natürlich bei DIETEG!**



## **Wir suchen zum 01.08.2023 Auszubildende (m/w/d)**

**Industriekaufmann  
Konstruktionsmechaniker  
Technischer Produktdesigner  
Fachkraft für Lagerlogistik  
Fachkraft für Metalltechnik**

Die DIETEG Gerätebau GmbH & Co. KG ist ein innovatives und etabliertes Unternehmen, spezialisiert auf die Entwicklung und Produktion von hochwertigen Kabinen für Landmaschinen, Flurförderzeuge, Industrie- und Kommunalfahrzeuge.

Wir bieten Dir eine anspruchsvolle Ausbildung in einem zukunftsorientierten Unternehmen. Wir fördern Dich in Deiner Ausbildung durch individuelle Lehrgänge und Fortbildungen. Außerdem bieten wir Dir sehr gute Sozialleistungen.

### **Interesse geweckt?**

Wir freuen uns auf Deine aussagefähige Bewerbung!

DIETEG Gerätebau GmbH & Co. KG  
Fahrenkamp 1 • 29664 Walsrode  
[jobs@dieteg.de](mailto:jobs@dieteg.de) • [www.dieteg.de](http://www.dieteg.de)

