

T S V

VEREINSZEITUNG



Ausgabe Nr. 101 26. Jahrgang Herbst 2019

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3	Vorstand	31
Schon gehört?	4	Trainingszeiten	32
Kurse	8	Turnen	38
Badminton	10	Hundesport	40
Judo	13	Tischtennis	44
Kickboxen	14	Verstorben	49
Tennis	17	Dank den Sponsoren	50
Angeln	20	Abteilungs- und Übungsleiter	52
Ballett/Modern/Hip Hop	22	Termine Termine Termine	54
Gedächtnistraining	24	Impressum	55
Tanzen	26	Titelbild: Spaß beim Outdoor Functional Training am Baggersee	
Beitragsliste	28		



WIR SIND IHRE URLAUBSPROFIS IN TOSTEDT

*Claudia Schäfer, Hilke Beisner (in Elternzeit)
Andrea Heiß, Maren Zander (Verkaufsbüroleitung)
Anja Pelian und Sonja Bahrenburg*

Vertrauen Sie weiterhin auf die jahrelange Erfahrung unseres Expertenteams und die gewohnt persönliche und freundliche Beratung. Wir freuen uns auf Sie!

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gern.



TUI Deutschland GmbH, Bahnhofstr. 21
21255 Tostedt, Tel. 04182/3061, Fax 04182/22367
tostedt1@tui-reisebuero.de
www.tui-reisebuero.de/tostedt1

Vorwort

Liebe Sportsfreunde,

die 100. Ausgabe erfreute sich großer Beliebtheit und wurde uns förmlich aus den Händen gerissen. Zwar können wir für die aktuelle Ausgabe kein Jubiläum bieten, doch hoffen wir trotzdem, das eine oder andere Interessante aus eurem Lieblingsverein zusammengetragen zu haben.

Bereits das Titelbild zeigt es: Endlich gibt es Outdoor Functional Training am Baggersee. Bis Ende September könnt ihr noch dabei sein. Infos: ➔ **S. 8**.

Beim Judo gibt es erfreuliche Nachrichten: Die Nachfrage nach Gurtprüfungen war so groß, dass wir eine Prüfung durchführen konnten. Auf ➔ **S. 13** gibt es schon den Termin für die nächste Abnahme.

Ab ➔ **S. 17** berichten wir über Saisonöffnung und Tenniscamp 2019. Da bekommt man doch gleich Lust, den Filzball über den Court zu jagen – und/oder den Gegner!

Die beiden Kurse Ballett/Modern und Hip Hop von Valerie sind in der Fitnesshalle gestartet und sind bei den jugendlichen Tänzern sehr beliebt. Ab ➔ **S. 22** gibts die ersten Bilder nach dem Start. Ausprobieren ist hier ausdrücklich erlaubt, denn je mehr Tänzer, desto größer der Spaß!

Die Verwandlung des Baggerseegeländes in ein riesiges Hundeturnier-Campingareal könnt ihr ab ➔ **S. 40** in Wort und Bild miterleben.

Doch egal, ob ihr euch für neue Angebote oder beliebte Klassiker entscheidet: Hauptsache ihr seid dabei und habt Spaß! Wir sehen uns beim Sport.

Eure Redaktion



Schon gehört?

Moin, Moin, liebe Sportler/innen!

Die Arbeiten am **Vereinshaus „Haus am See“** gehen planmäßig und gut voran: Am 23. August 2019 haben wir gemeinsam mit den Handwerkern, vielen Mitgliedern und Gästen das Richtfest gefeiert. Die feierliche Eröffnung wird voraussichtlich Anfang nächsten Jahres stattfinden können.

Der **Baggersee** ist in den vergangenen Monaten weiterhin ein großer Magnet gewesen. An den schönen Sommertagen haben viele neue



Unser „Haus am See“ auf dem Weg zur Vollendung

Mitglieder aus nah und fern den hohen Freizeitwert der Anlage kennen und schätzen gelernt. Erholung pur lässt sich hier tanken beim Baden, Schwimmen und Tauchen oder auch beim Spaziergehen, ganz gleich, ob mit oder ohne Hund.

Nicht so gut wie Menschen und Hunden ist es den Fischen und Bäumen in diesem Sommer ergangen: Die im Boden lange anhaltende Trockenheit hatte dazu geführt, dass der kleine Teich am Dammbau neben dem Baggersee zu großen Teilen ausgetrocknet ist,

brehm & fischer GbR



EDV und Veranstaltungstechnik

...fair, preiswert und kompetent!

E-Mail info@medienservice-dohren.de
Internet www.medienservice-dohren.de

**Vermietung von
Ton- und Lichttechnik
DJ-Service
Vermittlung**

DJ-Service

BREHMEDV
Beratung | Verkauf | Service



E-Mail: info@brehm-edv.de | Internet: www.brehm-edv.de

**Computer Notebooks
Telekommunikation und mehr!
Vor-Ort-Service**

Computer

Kontakt: Telefon: 0 41 82 / 28 69 52 | Telefax: 0 41 82 / 28 69 53 | Mobil: 0170 / 7 31 10 38

Schon gehört?

und wir die Fische, die sich an den tiefen Stellen gesammelt hatten, in den großen Baggersee umsiedeln mussten. Außerdem haben das vergangene „Dürrejahr“ und die auch in diesem Jahr anhaltende Trockenheit zum Absterben zahlreicher Bäume auf vielen Anlagen und Plätzen geführt. Die Beseitigung dieser Schäden wird vermutlich noch bis zum Winter andauern.

Unser **Arbeitsteam** wird dabei auch von Flüchtlingen unterstützt. Die Zahl der in Tostedt untergebrachten Flüchtlinge ist in der letzten Zeit stark zurückgegangen. Zwei Container-Wohnheime wurden aufgelöst und abgebaut. Die Integration der Geflüchteten in den Sport, vor allem aber auch in den Verein, ist in vielen Fällen hervorragend gelungen. Insgesamt hatten wir seit Mitte 2014 über 350 Flüchtlinge aus 17 Ländern als Mitglieder bei uns. Zur Zeit betreiben ungefähr

90 von ihnen als Mitglieder verschiedene Sportarten, hauptsächlich Fitness und Fußball. Zwei haben inzwischen nach jahrelangem intensivem Training die Ausbildung zum Fitness-Trainer B und Trainer C erfolgreich abgeschlossen. Ein wichtiger Bestandteil der Integration ist die regelmäßige gemeinsame Arbeit auf den Vereinsanlagen. Zur Zeit helfen uns 42 Geflüchtete mehrmals im Monat bei den vielfältigen Pflege- und Reparaturarbeiten in den Außenanlagen. Die Zusammenarbeit mit unserem Arbeitsteam funktioniert sehr gut. Sprachliche Schwierig-

keiten und Verständnisprobleme nehmen deutlich ab. Manch einer hat inzwischen mit regulärer Arbeit oder einer Berufsausbildung angefangen.

Nicht nur der Baggersee und die Außenanlagen des TSV haben im Sommer regen Zulauf gehabt, sondern auch die **Fitnesshalle** war dank des vielseitigen Trainingsangebots und vieler interessanter Kurse hervorragend besucht. Die Kreativität unserer Trainer, die von ihren Fortbildungen ständig neue Anregungen und Ideen mitbringen, bereichert das Training immer wieder aufs Neue.



Trainerin Andrea beim Hatha-Yoga

Schon gehört?

In der Fitnesshalle wird auch fleißig für die Meisterschaften im **Kraftdreikampf** trainiert. Und das mit Erfolg, was Timo Schütt und Jana Meyers während der Teilnahme an den Europameisterschaften beweisen konnten, die am 20. Juli 2019 in der Nähe von Heidelberg stattgefunden haben: Wir gratulieren beiden zum Europameistertitel. Am 5. Oktober 2019 werden einige TSV-Athleten und Athletinnen bei den norddeutschen Meisterschaften starten. Trainer Krystian Slosarek freut sich, dass sich immer mehr Mädchen und Frauen dafür be-



Timo und Jana

geistern, Kraftdreikampf zu betreiben. Sie hätten mehr Ehrgeiz und würden härter trainieren als Männer. „Viele Männer wollen nur schön sein – Frauen wollen auch stark sein“, erzählt Krystian Slosarek, der bei den Weltmeisterschaften (6.–13. Oktober 2019) in

Südafrika in der Klasse bis 120 Kilo antritt. Wir drücken unserem starken Typen ganz fest die Daumen!

Sehr viel Kraft ist auch beim **Judo** erforderlich. Hier haben wir gute Neuigkeiten: Was das Judo-Training betrifft, so freuen wir uns sehr, mit Uwe Holz (2. Dan Judo) einen außerordentlich erfahrenen und hoch qualifizierten Judo-Lehrer gewonnen zu haben, der aus der Hamburger Judo-Szene kommt und im Frühjahr bei uns die Abteilungsleitung übernommen hat. Durch ihn hat das Trainingsangebot in kurzer Zeit sehr an Qualität und Vielfalt

Die Goldschmiede
seit *Bohrnsen* 1780
in Tostedt

**Unter den Linden 9
21255 Tostedt
Tel. 0 41 82 / 89 53
goldschmiede-boehrsen.de**

*Handgefertigte
Trauringkollektion*

Schon gehört?

gewonnen, und der Zuspruch zu dieser interessanten Kampfsportart hat beim TSV wieder stark zugenommen.

Nicht ganz so viel Kraft, dafür aber Geschicklichkeit und Präzision sind bei dem russischen Wurfspiel **Gorodki** gefragt, das auch beim TSV auf dem Gorodki-Platz am Baggersee angeboten wird. Diana und Konstantin Krivoscheev haben bei den Deutschen Meisterschaften in Oberndorf vom 12. bis 14. Juli 2019 gleich drei Titel einheimen können: Diana wurde deutsche Meisterin bei den Frauen, Konstantin wurde deutscher Meister bei den Männern, und gemeinsam haben sie ihren Titel als Meister im Doppelmix verteidigt. Wir gratulieren dem erfolgreichen Paar!

Euch allen wünschen wir einen gemütlichen Herbst mit vielen sportlichen Stunden.

Euer TSV-Vorstand



Kurz vor dem Abwurf von 13 m



Gruppenfoto nach der Siegerehrung beim Euro-Gorodki

	Bürogemeinschaft	
		
Bewertung Verkauf Vermietung	PROJEKT - GEBÄUDE MANAGEMENT Hausverwaltung Gebäudemanagement	
www.koch-immobilien-management.de	www.miko-immobilien-management.de	
☎ 0 41 82 - 23 89 70		
Öffnungszeiten Montag bis Freitag: 09:00 - 14:00 Uhr sowie nach Terminvereinbarung		

Kurse

Outdoor Functional Training am Baggersee –alle haben ihre Ziele vor Augen

Bei diesem Training kann man wirklich wunderbar den Sommer genießen: Unter freiem Himmel ... an der frischen Luft ... mit Vogelgezwitscher ... – aber das alles spürt man erst am Ende, wenn



Partner-Liegestütz

der eigene Körper erschöpft auf der Wiese liegt.

Denn vorher wartet ein schweißtreibendes, kräftezehrendes Training auf die Supertruppe am Baggersee beim „**Outdoor Functional Training**“ mit Jannick. Jeden Dienstag- und Donnerstagabend von 20 bis 21 Uhr trifft sich eine Gruppe tapferer „Kämpfer“ am Baggersee. Mal werden Hanteln, mal Gewichts-säcke, mal große Treckerreifen genutzt, aber vor allem geht es immer um das Training mit dem eigenen Körpergewicht.

Jannick baut auf funktionelle Übungen, bei denen mehrere Muskelgruppen gleichzeitig trainiert werden. Zum Beispiel beim Aufwärmen mit „Animal moves“. Bewegungen der Tiere werden hier nachgeahmt: Gehen, wie ein Bär, eine Raupe oder ein Krebs, und im

Arthur Intemann

Rechtsanwalt

Notar a.D.

Benkeloher Weg 15, 27389 Lauenbrück

E-Mail: arthur.intemann @web.de Tel.: 04267-95056 Fax: 04267-94075

Termine nur nach Vereinbarung

Tätigkeitsschwerpunkt:

Vorbereitung notarieller Beurkundungen, insbesondere in Testaments- und Vorsorgeangelegenheiten, auch bei landwirtschaftlichen Betrieben, Höferecht und Landgutregelung.

Kurse

Hauptteil stehen dann gerne *Walking Lunges*, *Jumping Squats* oder *Burpees* auf dem Programm. Dabei aber geht es wahrlich nicht nur um Krafttraining. Trainingsziele sind genauso: Schnelligkeit, Ausdauer und Beweglichkeit. Sicherlich ist es ein anspruchsvolles Training, doch Anfänger können wirklich problemlos teilnehmen. Es sollte

nur der Wille da sein durchzuhalten, sich zu steigern und seine eigenen Ziele zu erreichen.

Probiert es gerne aus und kommt einfach dienstags oder donnerstags kurz vor 20 Uhr an den Eingang Baggersee/ Gorodki oder meldet euch bei Jannick unter: 0179/2411634. (eB)



Mobilisation



Tschüss – bis nächstes Mal!

KANZLEI UNTER DEN LINDEN

• Richtig für Ihr Recht •

Michael Oehrich • Rechtsanwalt und Notar

Peter Oehrich • Rechtsanwalt und Notar

Eva Janssen • Rechtsanwältin

Unter den Linden 15 • 21255 Tostedt

Tel. 04182 - 29 49 0 • info@kanzlei-linden.de • kanzlei-linden.de



Badminton

Liebe Sportsfreunde,

eine richtige Sommerpause gibt es beim Badminton nicht, aber zugegeben, an den heißeren Tagen wird die Sporthalle doch gerne einmal durch den Baggersee oder den Garten ausgetauscht! Nichtsdestotrotz ist insbesondere am Mittwochabend die Halle im Sommer gut gefüllt, da sich uns hier Besucher aus anderen Vereinen wie z. B. Blau-Weiß-Buchholz oder TVV Neu Wulmstorf anschließen, um mit uns gemeinsam den Schläger zu schwingen, da viele Hallen im Umkreis die gesamten Sommerferien lang geschlossen sind. Aber natürlich nicht bei uns im Todtglüinger SV und deshalb freuen wir uns jedes Jahr über den sommerlichen Trainingsaustausch mit den Sportkollegen aus unserem Kreis!

Aber wir sind im Kreis nicht nur wegen unserer „offenen Hallen“



Balance ist alles



Vorbildlicher Ausfallschritt am Netz

in den Ferien beliebt. Auch unser alljährlicher **Nordheide-Cup** erfreut sich nun schon seit 13 Jahren großer Beliebtheit – und das mittlerweile nicht nur in der näheren Umgebung! Sogar aus Magdeburg und Göttingen kamen Teilnehmer angereist! Das Turnier fand dieses Jahr am Samstag und Sonntag, 15./16. Juni in der Sporthalle am Düvelshöpen in

Tostedt statt und es haben wieder Spieler aus allen Klassen teilgenommen. Die Klasseneinteilung ist immer wie folgt: Hobbyliga (D), Kreisklasse und Kreisliga (C), Bezirksklasse und Bezirksliga (B), Verbandsklasse und höher (A). Am Samstag finden die Damen- und Herrendoppel und am Sonntag die gemischten Doppel (Mixed) in allen vier Klassen (A–D)

Badminton



Erstklassige Rückhand mit gebogenem Schläger

statt. Am Samstagabend richten wir dann im Anschluss an die Siegerehrung der Doppel unsere Player's Night im Dojo in Todtglüsing aus. Das bedeutet immer ein lustiges Miteinander mit Grillen, Musik und netten Gesprächen. Gerade dies schweißst unsere Badmintongemeinschaft innerhalb und außerhalb des Vereins erst richtig zusammen. Spielszenen des Tages werden noch einmal erzählt und auch gelacht über Ereignisse des Tages, Kontakte geknüpft, Erfahrungen ausgetauscht, Erinnerungen aus den vergangenen 13 Jahren erzählt und natürlich das beliebte „Bier-Pong“ gespielt ...

und meistens endet diese Veranstaltung für einige von uns deutlich zu spät!!! Der Spielbeginn für die gemischten Doppel am nächsten Morgen kommt für einige auf jeden Fall schmerzhaft zu früh! Aber ein gutes Frühstück in der Halle und ein starker Kaffee dazu, richtet die meisten feierlustigen Spieler dann rasch wieder auf und es wird dann doch recht schnell wieder durchgestartet. Wenn wir dann am Sonntagabend nach der Siegerehrung der Mixed alle Netze und die Cafeteria mit allen Kühlschränken, Getränkeboxen, Bänken, Tischen, Geschirr und Besteck wieder abgebaut

und das Dojo aufgeräumt und geputzt haben, dann, ja dann können auch wir nur noch auf dem Sofa liegen und sind völlig K.O.! Und zudem tut auch noch alles weh!! Denn wir haben ja nicht nur organisiert, auf- und abgebaut, Kuchen, Kaffee und Salate verkauft, den Turnierablauf gemanagt, unsere Gäste betreut und gefeiert, wir haben ja schließlich auch noch in beiden Disziplinen an zwei Tagen voll mitgespielt!!! In diesem Jahr hielt sich der eigene Erfolg bei unserem Turnier aus ebendiesen Gründen allerdings eher in Grenzen. Wir sind eben gute Gastgeber, so muss man es mal sehen!



Silke vor der Siegerehrung des NHC

Badminton

Der Wanderpokal, der „Nordheide-Cup“, ging dieses Jahr an den TVV Neu Wulmstorf. Er war beim Turnier mit insgesamt 85 Punkten der erfolgreichste Verein. Platz 2 belegte mit 75 Punkten Blau-Weiß-Buchholz und Platz 3 mit 25 Punkten der SV Olvenstedt Magdeburg.

Erfolgreich waren wir dafür beim **Minimannschaftsturnier**, das der TUS Zeven am 18. Mai anlässlich seines 125-jährigen Bestehens ausgerichtet hat. Unsere Kleemannschaft, die immer aus zwei Herren und zwei Damen besteht, mit Sven

Hatzner, Oliver Czyschke, Silke Rohnke und mir belegte dort in der C-Klasse den 1. Platz. Insgesamt haben wir alle Spiele gewonnen und nur einen einzigen Satz abgegeben. Wir können also auch erfolgreich sein, wenn wir nicht gerade ein Turnier mit 160 Teilnehmern durchführen müssen!

In diesem Sinne wünsche ich der ersten Mannschaft in der Kreisliga und der zweiten Mannschaft in der Kreisklasse eine schöne, erfolgreiche und verletzungs-freie Punktspielsaison 2019/2020!

Eure Sina Thies



Platz 1 beim Minimannschaftsturnier in Zeven

 Herforder <i>Pils</i> <i>Premium-Exquisit</i>	 ASTRA <i>Pilsener</i>	 BECK'S unverwechselbares Spitzen-Pilsener
BIERVERLAG KLEINERT		
Tostedt · Tostedter Str. 30 · ☎ 1378		

Judo

JUDO NEWS

Am 21.6. fand die erste Judoprüfung seit Jahren statt; für viele Kinder die erste Prüfung überhaupt. Sie war für 23 Judokas ein voller Erfolg. Alle haben bestanden, und der Prüfer war mit den gezeigten Leistungen sehr zufrieden. Dank an das Trainerteam: Anke, Lena und Kay haben die Kinder spielerisch und motorisch vielfältig mit neuem Judokonzept vor-

bereitet. Die nächste Prüfung ist für den 29.11. geplant.

Der Herbstlehrgang des Judoverbandes findet wie immer am ersten Septemberwochenende im Vereinsdojo statt: 70 Teilnehmer, von 16 bis 83 Jahren. Es geht vom Gelbgurt bis zum 7-Dan Schwarzgurt. Bei diesem Lehrgang handelt es sich um eine offizielle Trainer-A-Fortbildung, und unsere Trainer sind dabei. (eB)



Noch mehr *Lust auf Entwicklung!* in Todtglüsingern

ENTspannung statt ANspannung

Neue Kurse:

(krankenkassenbezuschusst*)

1. Autogenes Training
2. Progressive Muskelrelaxation
3. Stressbewältigung im Alltag



Tun Sie sich etwas Gutes - Ich freue mich auf Sie!

* Bezuschussung abhängig von der jew. Krankenkasse (bis zu 80%)

Veranstaltungsort: Tostedter Str. 20, 21255 Todtglüsingern (ggü. Hotel und Gasthaus Wiechern)

Details unter:
www.Lust-auf-Entwicklung.de
tel. 0172 / 517 26 47

 *Lust auf Entwicklung!*
CHRISTINE GIELER
coaching • beratung • workshops

Kickboxen



Jan beim Training



Kultur darf nicht fehlen ...

Auch in diesem Jahr reisten 5 Kampfsportler vom TSV nach **Thailand**, um dort in den Muay Thai Camps zu trainieren. Trainiert wurde morgens und abends jeweils 2 Stunden.

Zwischen den Trainingseinheiten war Zeit für Kultur und Regeneration. TSV-Trainer Jan Gutowski leitete die Gruppe.

Trainiert wurde auf den pittoresken Inseln Koh Samui und Koh Phangan. Am härtesten war das Training im Yodyut Muay Thai Camp. Dort trainieren sowohl einheimische Kämpfer als auch Kämpfer aus der ganzen Welt.

Highlight auf der Reise war ein Kampf im Bangla-Stadion auf Phuket von André Bostelmann. Es wurde im Full Muay Thai gekämpft. Das bedeutet 5 Runden mit jeweils 3 Minuten Kampfzeit. Knie und die gefährlichen Ellenbogen zum Kopf sind dabei erlaubte Techniken. André Bostelmann, der in seiner Karriere schon 15

P & Brehm
Tischlerei & Rollladenbau

Peter und Diethelm Brehm OHG

Zinnhütte 15 • 21255 Tostedt
Tel. 0 41 82 / 71 45 • Fax 21307
E-Mail info@pdbrehm.de
Internet www.pdbrehm.de

tischlenord

Kickboxen



... aber Action steht klar im Vordergrund.

derartige Kämpfe absolviert hat, kämpfte gegen einen starken Thailänder in der –70 kg Klasse. Der Kampf ging über alle 5 Runden, danach zeichneten einige Cuts den Thai-Kämpfer. Boxerisch war André Bostelmann total überlegen. Nach 10 Jahren Ausbildung und Training bei Jan Gutowski saß jeder Schlag und brachte den Gegner oft fast auf die Bretter. Doch der Sieg ging überraschend an den Thai. Trotzdem waren André und das gesamte Team sehr glücklich über diesen Kampf. (eB)

Am 15. Juni führen unsere Kickboxer zur Internationalen Deutschen Meister-

schaft nach Hagen. André Bostelmann, der gerade frisch aus den thailändischen Muay Thai Camps kam, trat gleich in zwei Klassen an. Im Muay Thai, wo auch Ellenbogen und Knie zusätzlich zum Boxen und Kicken erlaubt sind, gewann er gleich seinen ersten Vorkampf souverän. Im Finale gelang es seinem Gegner, einen gedrehten Ellenbogen zum Kopf zu bekommen; Bostelmann wird regelkonform angezählt, stellt sich aber wieder hin und versucht den Kampf noch zu kippen. Leider vergeblich: Deutscher Vizemeister. Im K1 stand ihm ein Riese gegenüber. Trainer Gutowski fragte den Hauptkampfrichter kurz vor dem Kampf, ob

sein Gegner sein Gewicht hat. Der Ringrichter sagte: „natürlich“. Gutowski war sich aber sicher: Der hat min. 10 kg mehr. Bostelmann lachte und sagte; „Interessiert mich nicht, ich will jetzt kämpfen.“ Nach zwei Runden Dauerfeuer ging der Sieg mit knappem Vorteil an den Gegner. Bostelmann nahm es gelassen und freute sich über den Kampf: Platz 3. Ira Ibrahim startete ihr Debut in der Frauenklasse bis 60 kg. Die 24-Jährige hat den Kampfsport vor zwei Jahren für sich entdeckt und trainiert beinahe täglich. Während ihrer Bachelor Abschlussarbeit machte sie sich trotz Prüfungsstress stark für den DM-Titel. Ihre

Kickboxen

Gegnerin, eine erfahrene Kämpferin, einen halben Kopf größer. Nach zwei harten Runden waren die Kampfrichter nicht sicher und beschlossen eine Zusatzrunde. Gutowski gab ihr die richtigen Impulse und motivierte sie. Nach harter Zusatzrunde ging der Sieg und somit neue die Deutsche Meisterschaft an Ira Ibrahim.

„Endlich kämpfte nach langer Zeit mal wieder eine Frau für den TSV“, sagte Gutowski.

comer absolvierten ihr erstes Turnier. Georgios wurde nach spektakulären Kämpfen Deutscher Vizemeister. Jerrid Bohn, 15 Jahre, verlor leider nach Punkten, war aber

stolz. Zusätzlich betreute Gutowski noch einen Kämpfer aus Bremen vom Villa Vital Gym. Auch er wurde Deutscher Meister im Muay Thai.

(eB)



Geballte Power bei der Meisterschaft

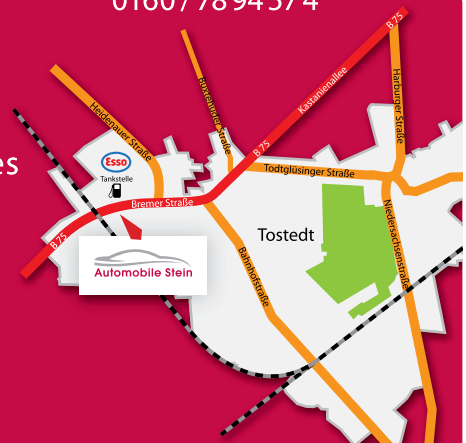

Automobile Stein
freundlich und fair.

- PKW-Verkauf
- gepflegte Fahrzeuge
- Bar-Ankauf Ihres Fahrzeuges
- Finanzierung
- Garantie bis 24 Monate

Automobile Stein & Doll GbR
Bremer Str. 7
21255 Tostedt

Roman Stein
01 51 / 14 28 95 65

Frank Doll
0160 / 78 94 57 4



Tennis

Petrus meinte es zur **Saisoneröffnung** gut mit uns. Während die Vereinsmitglieder am Morgen des 28. April 2019 noch mit ein wenig Regen in die neue Saison starteten, verzogen sich pünktlich um 14.00 Uhr die Wolken und machten der Sonne Platz.

So durften wir auf der Anlage auch in diesem Jahr viele Freunde und Tennisinteressierte begrüßen, die bei gutem Wetter und bester Laune, entweder ihre ersten Tenniserfahrungen auf dem Court machten, ihr erstes Tennistraining mit unserem Günther absolvierten oder sich einfach nur am reichhaltigen und leckeren Kuchen- und Tortenbuffet labten.

Ab sofort waren die sehr gut auf- und vorbereiteten Plätze (hier ein herzlicher Dank an Jörg und Tijani für diese exzellente Arbeit) für den Spielbetrieb freigegeben und die Mitglieder nutzten die ersten Tage, um sich im Freien auf die Saison vorzubereiten.

Während unsere Jüngsten in ihre erste Punktspielsaison starteten und somit die ersten Erfahrungen außerhalb des Trainings sammeln konnten, versuchten



Die aktuelle Tennismode



die Jugend- und Erwachsenenmannschaften ihre Positionen in den Spielklassen weiter zu verbessern.

Sowohl das Trainerteam als auch die Trainingszeiten konnten in diesem Jahr weiter ausgebaut werden, so dass Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 18 Jahren an 5 Tagen in der Woche auf unserer Anlage trainiert werden.

Mit viel Freude und Spaß schafften es unsere TrainerInnen immer wieder, die Kinder und Jugendlichen zu motivieren und sie entsprechend ihren Fertigkeiten und Fähigkeiten zu fördern und in ihnen die Passion für diesen Sport weiter zu entfachen.

Das absolute Highlight für die Kids war auch in diesem Jahr wieder unser



Action auf dem Beach-Platz

Podologische Praxis Diana



Fachpraxis für
medizinische Fußpflege

Schwerpunkt:
Rheuma und Diabetes

Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag:
Vormittags: **8.00 - 13.00 Uhr**
Nachmittags: **14.00 - 17.00 Uhr**
Freitag nach Vereinbarung.
Alle Kassen

Tel. **04182 - 95 95 047**
Fax **04182 - 95 94 540**

21255 Tostedt
Bahnhofstraße 42b

- Entfernung von Hühneraugen und Hornhaut
- Entfernen von Warzen nach Rücksprache mit dem Arzt oder als begleitende Behandlung
- Behandlung erkrankter Nägel
- Nagel-Prothetik (Künstliche Nägel)
- Nagelspangen-Korrektur



alljährlich stattfindendes **Tenniscamp**. Vom 04.07.–07.07.2019 wuselten 27 Kinder und Jugendliche, beaufsichtigt, trainiert und versorgt durch ein hervorragendes Trainer- und Betreuersteam (dem natürlich auch unser herzlichster Dank gilt), auf den Tennisplätzen umher und füllten sie täglich mit Leben, Lachen und Spaß.

Es wurde gemeinsam trainiert, gespielt, Fights auf unserem Beach Platz ausgetragen, zu Mittag gegessen und von Freitag auf Samstag sogar in Zelten und im Clubhaus übernachtet.

Bei Schnitzeljagd, Lagerfeuer, Würstchen und Co. war für Langeweile kein Platz und nach einem schönen, aber auch anstrengenden und spannenden Tag schliefen die Kinder schnell und zufrieden ein, um am nächsten Tag nach dem gemeinsamen Frühstück gestärkt ins nächste Training zu starten. Sonntag erfolgte dann traditionell zum Abschluss des Tenniscamps unser Turnier, bei dem die Camp-TeilnehmerInnen das Erlernte sogleich umsetzen und testen konnten.



Grillen geht immer

Tennis

Beim „Tennis-Baseball“, in Matches, beim Tennis-Quiz und der Ball-Olympiade wurden eifrig Punkte gesammelt, um bei der anschließenden Siegerehrung einen der heiß begehrten Pokale abzustauben.

Auch wenn das Wetter in diesem Jahr nicht ganz so sonnig und auch nicht ganz so warm war wie im letzten, so

hatten wir doch Glück und haben wieder tolle Tage mit tollen Kindern und Jugendlichen erleben dürfen.

Natürlich hoffen wir, dass es euch genauso gut gefallen wie uns und wir uns dann zum TTC Tenniscamp 2020 alle wiedersehen.

Jennifer Scherer



Ihr starkes Team

Kommen Sie bei uns vorbei

VGH Vertretung Rüdiger Meier

Himmelsweg 21

21255 Tostedt

Tel. 04182 9595800

Fax 04182 9595810

www.vgh.de/ruediger.meier

ruediger.meier@vgh.de

Öffnungszeiten:

Mo. – Fr. 8.30 – 12.30 Uhr

14.30 – 18.00 Uhr

und nach Vereinbarung

 Finanzgruppe

fair versichert
VGH 

Angeln

Nach der Gründung der Abteilung „Angeln im TSV“ Ende 2012 haben wir uns dazu entschlossen, auch etwas für den Nachwuchs zu unternehmen, da Jugendliche unter 14 Jahren noch keinen Angelschein erwerben können.

Also haben wir im Frühjahr 2015 unsere Jugendabteilung gegründet.

Gestartet sind wir mit 3 Kids; heute betreuen wir 14 Kinder im Alter zwischen 7 und 13 Jahren. Zzt. sind 3 Betreuer im Einsatz, die mit viel Geschick und Ausdauer den Kindern unseren Sport näher bringen.

Die Gesamtzahl der Mitglieder der Abteilung beträgt im Moment 68 Personen; 20 % davon sind Kinder. Eine exzellente Quote, wie wir meinen. Bekannte Angelvereine aus der näheren Umgebung wären froh, wenn sie nur einen annähernd solch prozentualen Wert hätten. Wir können hierauf also durchaus stolz sein.

Die Jugendabteilung trifft

sich 12 x im Jahr, in der Saison von März/April – Oktober/November je nach Wetterlage. Im Schnitt nehmen 8 Kids an den jeweiligen Terminen teil.

Im Sommer findet jährlich als besonderes Highlight ein sogenanntes **Nachtangeln** statt. Nachdem man sich am Sonnabend gegen Mittag an der Anlage eingefunden hat, werden die Zelte aufgebaut und es darf dann bis Sonntag gegen Mittag geangelt werden „bis die Rute bricht“. Hierbei kommt selbstverständlich auch die Geselligkeit nicht zu kurz. Es wird gegrillt, gemeinsam

in der Natur gefrühstückt usw. Allerdings liegt der Schwerpunkt der Betreuung nicht nur beim Angeln, welches zwar praktisch und theoretisch vermittelt wird, sondern auch auf dem Respekt vor der Natur.

In der heutigen, schnelllebigen Zeit ist es u. a. auch wichtig von der Natur zu lernen – inklusive einem respektvollen Umgang mit den Tieren und den Ressourcen.

Es geht beim Angeln nicht nur um das Fangen von Fischen, sondern einfach nur draußen an der frischen Luft zu sein und die umgebende Natur auf sich wirken zu lassen.

(eB)



Nachtangeln 2019

Angeln

Der Leiter der Angelabteilung, Klaus Haske, war tief besorgt. Ende Juni berichtete er auf einer Abteilungssitzung, dass aufgrund der Hitze der **Sauerstoffgehalt** in den Fischteichen am Spring besorgniserregend niedrig war. Es bestand akute Gefahr für den Fischbestand.

Aufgrund der guten Kontakte des TSV zur Todtglüsender Feuerwehr konnte hier rasch Abhilfe geschaffen werden. Im Rahmen einer Übung rückten die Kameraden der Freiwilligen Feuerwehr wenige Tage später mit einem Löschgruppenfahrzeug auf dem Gelände der Teiche an.



Sogleich wurden zwei Löschwasserversorgungen aufgebaut, eine mit dem Fahrzeug und der dort eingebauten Pumpe, die andere mit der tragbaren Pumpe. Alles genau wie im Einsatzfall, also auch ein gutes Training für die Feuerwehr. Die Wasserabgabe in die Teiche erfolgte über jeweils von zwei Feuerwehrleuten gehaltene Strahlrohre und über am Boden aufgebaute Wasserwerfer. Nach ca. 1 1/2

Stunden war der Einsatz beendet. Eine Messung des Sauerstoffgehalts am nächsten Tag ergab, dass dieser von einem Wert von 1,5 (ganz bedenklich) auf 4,8 (sehr gut) angestiegen war.

Der Feuerwehr sei an dieser Stelle nochmals ganz herzlich gedankt. Sie hat die Mitglieder der Angelabteilung und die Fische in den betroffenen Teichen sehr glücklich gemacht. (eB)

WELLNESSDROPS
SAUNA | WHIRLPOOL | INFRAROT | SWIMSPA

**BESUCHEN
SIE UNSERE
AUSSTELLUNG**



www.sauna-whirlpool.com

Tel. 041 82/707 64 40

Wellnessdrops Ltd.
Unter den Linden 26 A
21255 Tostedt

Ballett/Modern/Hip Hop

Seit Anfang Mai kann man nun in der Todtglüsingener Fitnesshalle Ballett/Modern und Hip Hop tanzen. Die Kurse richten sich an alle, die schon immer einmal das Tanzen in dem jeweiligen Stil erlernen wollten. Ob als Anfänger, oder als Fortgeschrittener, es wird darauf geachtet, dass sich jeder individuell weiterentwickelt und gefordert wird. Natürlich steht der Spaßfaktor aber an erster Stelle. Als Team lernen wir uns immer besser kennen und unterstützen uns gegenseitig.

In beiden Kursen gibt es einen klassischen Stundenablauf. Zunächst starten wir mit einem Warm Up, um den Körper im jeweiligen Stil zu erwärmen. Hinzu kommen technische Elemente, die durch stetiges Üben verbessert werden. Ein kleines Muskelworkout wird auch nicht außer Acht gelassen. Wir trainieren hauptsächlich die Rumpfmuskulatur, aber auch Bein und Armmuskeln sind keinesfalls zu vergessen. Danach wird sich gedehnt, um den Körper in Form zu halten und flexibel

genug zu sein. Zuletzt widmen wir uns immer einer Choreografie, in die wir alles Vorgeübte mit einfließen lassen und die uns koordinativ etwas herausfordert, aber vor allem Spaß macht.

In **Ballett/Modern** beschäftigen wir uns momentan hauptsächlich damit, den Körper bei bestimmten Bewegungen richtig zu platzieren. Wir erlernen die grundlegenden Ballettbewegungen, z. B. wie ein Tendú richtig ausgeführt wird. Und auch aus dem Bereich Moderner Tanz, werden Elemente wie Schwünge geübt. Mit Drehungen und



Trainerin Valerie (Mitte) zeigt beim Modern, wie es geht

**Nicht vergessen:
Bons abgeben**

Einfach Bäcker-Weiss-Bons in den Kasten in der Fitnesshalle einwerfen und den TSV unterstützen!



weiss.

Ballett/Modern/Hip Hop

Sprünge entstehen schöne Bewegungsfolgen.

Zurzeit tanzen wir zu *Dancing With A Stranger* von Sam Smith eine Choreografie.

Wir trainieren immer mittwochs von 16:45 – 17:45 Uhr im großen Aerobicraum der Todtglüsender Fitnesshalle.

In **Hip Hop** sind die Basicschritte eine wichtige Grundlage, um daraus vielfältige coole Bewegungen entstehen zu lassen. Wichtig ist, dass fast durchgehend die Knie gebeugt sind und man versucht, den Körper locker zu lassen. Also so ziemlich das Gegenteil zur Ballett/Modern-Stunde. Wir üben die Basicschritte in verschiedenen Variationen und schulen dabei besonders die Koordination, die dann wichtig für die abwechslungsreiche Choreo ist. Wir tanzen zu *Don't Call Me Up* von Ma-



Ein Freeze beim Hip Hop

bel, aber auch zu Klassikern wie *Sexy Back* von Justin Timberlake.

Wir trainieren immer freitags von 17:00 – 18:00 Uhr im kleinen Aerobicraum der Todtglüsender Fitnesshalle.

Die Kurse sind ab 12 Jahren, aber auch junge Erwachsene sind mit dabei und kommen auf ihre Kosten. Interesse geweckt? Dann starte jetzt mit dem Tanzen und komm zu kostenlosen Probestunden vorbei, ich freue mich auf dich!

Valerie



ABNEHMKURS

Das 12-Wochenprogramm

Starttermine:

Dienstag: 03.09.2019 um 10:00 h

Donnerstag: 05.09.2019 um 17:30 h

Todtglüsender SV

Anmeldung und Info bei:

Maren Zint
Lebe-leichter-Abnehmcoach
Fitnesstrainerin

Tel.: 04182/707330

E-Mail: marenzint@yahoo.de

www.lebe-leichter-in-balance.de



Gedächtnistraining

Mit ein bisschen Training können alle Bereiche des Gehirns aktiviert werden!

Im 2. Halbjahr 2019 finden folgende Workshops statt, jeweils freitags von 16:00 bis 17:30 Uhr, Teilnahmekosten € 10,00:

Workshops Gedächtnistraining:

27. September 2019

Logisch, oder?!

Denksport – keine Akrobatik, sondern eine Kombination von Zusammenhängen

(Quelle: BVGT)

Auf den Würfelseiten findet man Punkte, Ziffern und verschlüsselte Zahlen. Sie sind der Reihe nach von 1 bis 18 zu entdecken.



Krankengymnastik-Praxis

Christine Jacobsen
Bobath-Therapeutin
Unter den Linden 25
21255 Tostedt

Tel.: 04182-29 15 15
04182-29 15 16
Fax: 04182-29 15 17

**Unser Angebot
für Kinder und Erwachsene:**

- * Bobath-Therapie
- * Manuelle Therapie
- * Therapie nach Brügger
- * Therapie nach Vojta
- * Kindertherapie
- * Psychomotorik
- * Therapie bei KISS-Syndrom
- * Massagen – Fango
- * Heißluft – Eis
- * Schlingentisch

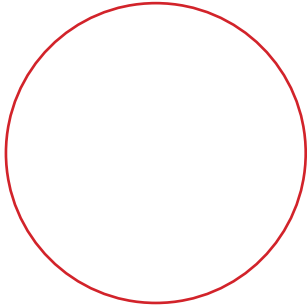
Gedächtnistraining

25. Oktober 2019

Fantasie ist wichtiger als Wissen – Albert Einstein

Fördern der Vorstellungskraft = Aktivierung des Denkens.

Was können Sie aus einem Kreis alles zeichnen?



29. November 2019

Entspannt das Jahr ausklingen lassen

Ein DenkMix! rund um Herbst und Winter. Welche Wörter stehen hier?

5CHLITTEN, 5CH4L, MÜTZ3, 315, 5CHN33-M4NN, 6LÄTT3, H4ND5CHUH3, 5K1

Die Workshops finden im Sitzbereich des Tanzsaales statt. Hier die Adresse: Tanzsaal des Todtglüsinger SV, Tostedter Straße 20 in Todtglüsing, gegenüber Gasthof Wiechern. Der Eingang ist der gleiche wie der zur Geschäftsstelle.

In Planung ist ein fortlaufender Kurs freitags im 8ter Rhythmus, um 1x wöchentlich den Denk-

apparat zu fordern. Bei Interesse spricht mich bitte an oder meldet euch in der Geschäftsstelle des TSV. Sobald 6–8 Teilnehmer zusammen sind, wird es ernst. Die Teilnahmekosten pro Person werden € 40,00 für 8x 60 Minuten betragen. Es kommen keine weiteren Kosten für Material hinzu.

Information und Anmeldung:

Geschäftsstelle TSV
04182-21172 oder
Christiane Beier
04186-891608,
christiane.beier@ewe.net

Christiane Beier

HEINZ HEIDRICH GmbH

- Bedachung • Bauklempnerei
- Energetische Dachsanierung
- Dachrinnenreinigung
- Kran- und Gerüstverleih
- Wandbekleidung

- Alles fürs Dach
- Verkauf sämtlicher Bedachungsmaterialien



21255 Tostedt · Zinnhütte 8
Tel.: 0 41 82/58 02 · Fax: 0 41 82/2 14 80
www.heidrich-bedachung.de



Tanzen

Seit Sommer 2015 wird im Garten gemeinsam mit allen 3 Tanzkreisen gegrillt!



TERMINE – TERMINE – TERMINE

Dancingle 2019 (immer dienstags)

03. September / 01. Oktober / 05. November 2019

Wieder 3x 60 Minuten von 19:30 bis 20:30 Uhr, Teilnahmekosten sind € 15,00 für die 3 Abende. Trotz der Aufteilung in jeweils 3 Abende, ist der Einstieg auch hier jederzeit möglich. Teilnahmekosten entsprechend anteilig.

Discofox Workshops (immer freitags)

Die Discofox Workshops finden nur

auf Anfrage und mit vorheriger Anmeldung statt. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 4 Paare.

1. 06. September 2019: Grundschrift & einfache Figuren
2. 12. September 2019: Brezel- & Körbchenvariationen
3. 20. September 2019: Drehungen

1. 08. November 2019: Grundschrift & einfache Figuren
2. 15. November 2019: Brezel- & Körbchenvariationen
3. 22. November 2019: Drehungen

Die Discofox-Workshops können einzeln oder gesamt gebucht werden. Sie finden freitags von 19:00 bis 20:00 Uhr statt und sind auch offen für Nicht-Vereinsmitglieder.

Teilnahmebeitrag € 15,00 pro Paar für 60 Minuten.

Informationen und Anmeldung in der Geschäftsstelle des TSV 04182-21172 oder bei uns jcb.tanzen@ewe.net; 04186-891608

EP: Bellmann GmbH

TV – HiFi – Video – Telecom - Antennenbau - Reparaturservice

Hamburger Str. 14a, 21244 Buchholz

Tel. 04181-34683, Fax 04181-30238

www.ep-bellmann.de, ep-bellmann@web.de

Tanzen

Tanzabende

Der Tanzabend für die Tanzkreis-Paare findet einmal monatlich statt. Freitags von 20:00 bis 22:00 Uhr kann frei getanzt werden. Einige Tanzabende beinhalten für 60 Minuten ein Extrathema, Wunschthemen der Tanzkreispaaere und Vertiefung spezieller Techniken. Termine und Themen stehen auf der Homepage und im Aushang. Tanzabende sind auch offen für Vereinsmitglieder anderer Sparten.

Tanzkreise

Die Tanzkreise sind ein fortlaufendes Angebot an 3 Abenden. Der Einstieg ist jederzeit möglich – einfach vorbeikommen und mittanzen; es darf 3x „geschnuppert“ werden.

In allen 3 Tanzkreisen werden *alle!* Latein- und Standardtänze unterrichtet und durchgetanzt, auch Slowfoxtrott und Paso Doble. Ergänzt werden Freizeittänze wie Discofox & Discochart, Salsa & Bacchata. Aber auch Tänze wie Polka & Rheinländer finden Platz auf unserem Parkett.

Tanzkreiszeiten:

Montag 20:00 bis 21:30 Uhr für Paare mit Tanzerfahrung

Dienstag 20:30 bis 22:00 Uhr für Einsteiger/Wiedereinsteiger

Donnerstag 20:30 bis 22:00 Uhr für Paare mit ein bisschen Tanzerfahrung

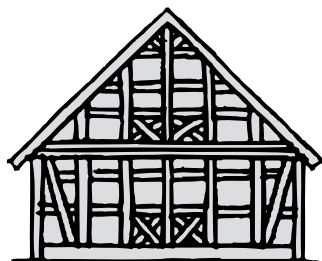
Wie oft in der Woche getanzt wird, ent-

scheidet jedes Paar selbst – möglich ist eine Teilnahme an allen 3 Abenden.

Tanzkreis Unterrichtsausfall

In der Zeit vom 03. Oktober bis 20. Oktober findet kein Tanzunterricht statt. Wir tanzen in Bilbao/Spanien bei der Weltmeisterschaft. Für die Tanzkreispaaere werden wir ein freies Training organisieren, so dass die Möglichkeit besteht weiter zu üben.

Christiane & Jens Beier



ZIMMEREI
THOMAS NOLL

Auf der Timmhorst 10
21255 Tostedt

Telefon: 0 41 82 - 28 12 - 0
Telefax: 0 41 82 - 28 12 - 28

Info@Zimmerei-Noll.de
www.Zimmerei-Noll.de

Dachstühle Sanierungen Innenausbau Carports Dachgauben Gerüstbau Holzrahmenbau Fassaden

Sparte	Abt.-Nr.	Jugendliche		Erwachsene	
		Spartenzuschlag	Beitrag*	Spartenzuschlag	Beitrag*
Aerobic & More	(*)/F	19	11,30	18,00	19,50
Aerobic + Indoor Cycling	(*)/F	19/27	19,30	26,00	27,50
Angelsport	(***)	18	8,00 (bis 14 J.)	9,50	
Angelsport	(***)	18	9,50 (15-18 J.)	11,50	11,50
Badminton	F	7	6,00	9,50	12,00
Baggersee	FB	20		1,75	2,75
Ballett/Modern/Hip Hop	(*)/F	25	10,30	16,00	16,00
Bogensport	(*)	24	7,90	9,70	13,00
Boxen	(*)/F	26	12,00	15,50	17,50
Bridge		47	6,90	8,70	8,70
Fitness	(*)/F	28	12,50	18,50	24,50
Fitness + Aerobic	(*)/F	28/19	21,00	27,00	33,00
Fitness + Indoor Cycling	(*)/F	28/27	20,50	26,50	32,50
Fitness + Aerobic + Indoor Cycling	(*)/F	28/19/27	29,00	35,00	41,00
Fitness + Zumba®	(*)/F	28/45	21,00	26,20	34,30
Freizeitgruppe	F	14		6,70	8,20
Fußball	(*)/F	4	8,00	10,50	15,00

Gorodki		48	6,00	8,50	7,50	10,50
Hundesport	(****)	15	7,70	9,50	7,70	9,50
Indoor Cycling	(*)/F	27	10,50	16,50	10,50	18,00
Jazz-Dance	(*)/F	6	10,30	16,00	10,30	16,00
Ju Jutsu	(*)/F	3	7,50	12,50	7,50	12,50
Judo	(*)/F	1	7,50	12,50	7,50	12,50
Kanu	(*)/F	13	3,50	6,70	5,00	9,20
Karate	(*)/F	2	7,50	12,50	7,50	12,50
Kegeln	F	12	8,00	10,00	10,00	13,00
Kickboxen	(*)/F	21	7,50	12,50	7,50	12,50
Kids in Action		23	6,00	9,30		
Nordic Walking	F	9	5,00	6,70	6,00	8,20
Radsport		22	4,90	6,70	6,70	8,50
Skat		46	4,00	5,00	4,00	5,00
Tanzen	(*)/F	10	10,00	12,50	12,50	17,50
Tennis	(**)	16	7,50	9,00	17,20	19,00
Tischtennis	F	5	5,50	8,20	6,00	9,20
Turnen	F	11	3,00	7,50	3,00	9,00
Turnen/Gesundheitsförderung im Kinderturnen	F	11	7,50			
Zumba®	(*)/F	45	14,00	19,20	14,00	20,70
Zumba® + Aerobic	(*)/F	45/19	22,50	27,70	22,50	29,20

Betreibt ein Einzelmitglied mehr als eine Sportart im Verein, so wird der Beitrag der teureren Sportart berechnet. Hinzu kommt für jede weitere Sportart nur der Spartenzuschlag.
Im Beitrag ist eine Umlage von 0,50 € (Familienkarte 1,00 €) für den Freizeitpark Baggersee enthalten.

Anmerkungen:

Arbeitseinsatz Baggersee: Jedes Mitglied ab 16 Jahren muss einen Arbeitseinsatz (3 Std.) im Jahr leisten. Bei Nichtteilnahme wird 2,00 € Arbeitsumlage/Jahr berechnet; Abbuchung: 2. Quartal.

(*) In diesen Abteilungen ist von allen Mitgliedern ab 16 Jahren mindestens 1 Arbeitseinsatz (3 Std.) / Halbjahr zu leisten.

Bei Nichtteilnahme werden 10,50 € Arbeitsumlage/Halbjahr berechnet.

(**) In diesen Abteilungen ist von allen Mitgliedern ab 16 Jahren mindestens 1 Arbeitseinsatz (6 Std.) / Jahr zu leisten. Bei Nichtteilnahme werden 20,00 € im 1. Quartal berechnet.

(***) In diesen Abteilungen ist von allen Mitgliedern ab 16 Jahren mindestens 1 Arbeitseinsatz (6 Std.) / Halbjahr zu leisten. Bei Nichtteilnahme werden 40,00 € Arbeitsumlage/Halbjahr berechnet.

(****) In diesen Abteilungen ist von allen Mitgliedern ab 16 Jahren mindestens 1 Arbeitseinsatz (3 Std.) / Halbjahr zu leisten. Bei Nichtteilnahme werden 20,00 € Arbeitsumlage/Halbjahr berechnet.

F: Familienkarte ab 3 Personen (Eltern/Partner u./o. Kinder bis 18 J.), Kosten: 16,40 € + die jeweiligen Spartenzuschläge

FB: Familienkarte für den Baggersee ab 3 Personen (Eltern/Partner u./o. Kinder bis 18 J.), Kosten: 5,50 €

Familienkarte Tennis: 32,00 €/Mt (Eltern/Partner u. Kinder bis 18 J.)

Gartenpauschale Tennis: 20,00 € p.a. ab 16 J., 40,00 € p.a. Familie

Trainingsumlage Tennis (Kinder bis 18 Jahre):

Sommertrainingsumlage: 85,- €

Wintertrainingsumlage: im Aerobicraum (Kleinfeldtraining) 90,- €
in der Tennishalle 160,- €

Beiträge für ruhende/passive Mitgliedschaft: Jugendliche und Erwachsene 2,60 €

Beitrag Fördermitgliedschaft: Jugendliche und Erwachsene 2,60 €

Beiträge für Mutter/Kind Turnen: Mutter: 2,60 € Kind: 7,50 €

Kursgebühren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Osteoporosegymnastik (12 Stunden)	20,60 €	49,00 €
Wirbelsäulengymnastik / Fit bis ins hohe Alter (12 Stunden)	20,60 €	49,00 €
Wirbelsäulengymnastik / Bewegen statt schonen (10x 90 min.)	26,00 €	62,00 €
Qi Gong	20,60 €	49,00 €

Weitere Kurse (Trainingszeiten und Gebühren auf Anfrage)

Yoga, Prävention

Sonstige Kosten

Aufnahmegebühr: 1 Monatsbeitrag der jeweiligen Abteilung (bei mehr als einer Sparte wird nur die Aufnahmegebühr der teuersten Sparte fällig)

Aufnahmegebühr Angelsport: Kinder bis 14 Jahre 20,00 €
Jugendliche ab 15 Jahre 30,00 €
Erwachsene 50,00 €

(Aufnahmegebühr fällt auch bei bereits bestehender TSV-Mitgliedschaft an)
Für alle nicht bis zum Jahresende abgegebenen Fangkarten wird eine Pauschale von 50,00 € erhoben.

Zuschlag für Rechnungszahler: 2,60 € / Buchung **Mahngebühr:** 2,60 €

Vorstand

1. Vorsitzende

Renate Preuß Timmhorstkamp 8 21255 Todtglüsingen 7873

2. Vorsitzender

Eike Holtzhauer sen. Schulstraße 25 21255 Todtglüsingen 5240

Geschäftsführer und Kassenwart

Heiner Hoops Tostedter Straße 20 21255 Todtglüsingen 21172

Stellvertretender Kassenwart

Horst Dorsch An der Heide 22 21255 Tostedt 04180/670046

Sportwartin

Ingrid Claußen Heidweg 16 21255 Todtglüsingen 293167

Schriftführer

Stephan Schindzielorz Am Lütten Brook 16 21255 Todtglüsingen 3923

Stellvertretender Schriftführer

Hans Jürgen Kieper Karlstraße 10 21255 Tostedt 7905

Pressewart

Detlef Koch Rübworth 7 21255 Todtglüsingen 292827

Frauenwartin

Corinna Kruse Wiesenstraße 11a 21255 Tostedt 21759

Jugendwart

Klaus Haske Ohnhorstblick 24 21259 Otter 293231

Sozialwart

Ole Jacobs Haxloh 32 27389 Fintel 04265/2224027

Geschäftsstelle

Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsingen
Telefon: 041 82/2 11 72 Telefax: 041 82/95 99 99

Geschäftszeiten

Mo.–Fr. 9–12 Uhr
Mo. 15–17, Do. 17–20 Uhr

Judohalle

Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsingen

Fitnesshalle

Schulstraße 40, 21255 Todtglüsingen

Telefon 041 82/28 77 89

Im Internet: www.todtgluesinger-sv.de **Per eMail:** post@todtgluesinger-sv.de

Wichtig: Austritte müssen in schriftlicher Form an den Vorstand gerichtet sein.

Sie werden jeweils zum Halbjahresende, d. h. zum **30.06.** bzw. zum **31.12.** des Jahres gültig.

Wichtig: Die Erklärung muss dem Vorstand vier Wochen vor Ende der Frist vorliegen.

Der Vorstand behält sich abweichende Regelungen, z. B. in Härtefällen, vor.

Die Vereinsatzung liegt in der Geschäftsstelle aus.

Besonders wichtig: Bei Fragen wenden Sie sich bitte **immer** an die Geschäftsstelle. Hier haben wir die besten Möglichkeiten, auf Ihre Fragen zu antworten.

Bankverbindungen:

Volksbank Lbg. Heide	IBAN: DE85 2406 0300 2206 0928 00	BIC: GENODEF1NBU
SPK Harburg-Buxtehude	IBAN: DE92 2075 0000 0006 0134 03	BIC: NOLADE21HAM

Spendenkonto Integration

SPK Harburg-Buxtehude	IBAN: DE35 2075 0000 0060 0767 00	BIC: NOLADE21HAM
-----------------------	-----------------------------------	------------------

Trainingszeiten

Aerobic & More Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John			Kursprogramm Fitnesshalle
Montag	10:00–11:00	Complete Body Workout	Ilka Bode
	17:15–18:30	Pilates I	Maren Zint
	18:00–19:00	Langhantel Workout	Kerstin Wöller/André Klatt
	18:00–19:00	Fatburner / Step	Maike Hiller
	18:30–19:45	Pilates II	Maren Zint
	19:00–20:00	BBPR	Natalia Reder
	20:00–21:00	KARDO Fight Fit	Natalia Reder
	20:00–21:00	Sling Training	Johanne Gutowski
Dienstag	09:30–10:30	Pilates I + II	
	10:30–11:30	Sling Training	
	16:00–17:15	Power Yoga für Einsteiger	Isabella Werlich
	17:45–19:15	Energy Dance®	Maren Zint
Mittwoch	19:30–21:00	Power Yoga	Isabella Werlich
	09:00–10:15	Power Yoga	Isabella Werlich
	18:00–18:45	M.A.X.*	Natalia Reder
	18:45–19:45	Sling Training	Natalja Totov
	19:00–20:00	BBPR	Natalia Reder
	19:00–20:00	Langhantel Workout	Kerstin Wöller
	20:00–21:00	Functional Fitness Training	M. Holubek/J. Paul
Donnerstag	20:00–21:15	Hatha Yoga	Andrea Müller
	08:45–10:00	Pilates I	Maren Zint
	09:00–10:00	BBPR	Natalia Reder
	10:00–11:15	Pilates II	Maren Zint
	10:00–11:00	Dance Workout	Natalia Reder
	18:00–19:00	Langhantel Workout	Kerstin Wöller/André Klatt
	18:45–19:45	FASZIO® / Faszien Training	Ilka Bode
	19:00–19:45	Fatburner / Step	Stefanie Grimm
	19:45–20:30	BBPR	Stefanie Grimm
Freitag	19:45–21:15	Power Yoga	Isabella Werlich
	10:30–11:30	Sling Training	Jannick Paul
	17:00–18:00	Complete Body Workout	Antje Mühlenberg
Samstag	12:00–13:00	Weekend Workout	
Sonntag	11:15–12:45	Sunday Yoga	Marie Lüscher
	s. Aushang	Sunday FitnessSpecial	Natalia Reder

Angelsport Abt.-L. Klaus Haske

Das Jugendangeln (8–14 Jahre) findet 14-tägig samstags von 09:00–15:00 Uhr statt.

Treffpunkt: Einfahrt Baggersee

Weitere Informationen und genauere Termine bei Ronny Neuling (☎ 04181/138617)

Trainingszeiten

Badminton Abt.-L. Silke Rohnke

Montag	18:30–20:00	Jugend	SH Poststraße	Sina Thies
Mittwoch	20:00–22:00	Erwachsene	SH Poststraße	Jana Zündorf
Freitag	18:00–20:00	Jugendmannschaft	SH Otter	Silke Rohnke
	20:00–22:00	Erwachsene	SH Otter	Silke Rohnke

Ballett/Modern/Hip Hop Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Fitnesshalle

Mittwoch	16:45–17:45	Ballett/Modern (ab 12 J.)	Valerie Kratochwil
Freitag	17:00–18:00	Hip Hop (ab 12 J.)	Valerie Kratochwil

Bogensport Ansprechpersonen A. Mühlenberg / J. Labbow Bogensportanlage

Montag	20:00–22:00	(ab ca. Anfang Oktober)
Sonntag	15:00–17:00	

(ab ca. Anfang Oktober findet das Training in der Schulturnhalle Todtglüsingen statt)

Boxen (ab 9 Jahren) Abt.-L. Axel Neese Aerobicraum (FH)

Montag	16:00–17:30	Boxen Kinder/Jugend	K. Krivoscheev
Dienstag	17:00–19:00	Boxen Jugendliche	K. Krivoscheev
	19:00–21:00	Boxen Erwachsene	K. Krivoscheev
Donnerstag	19:00–22:00	Boxen Erwachsene	K. Krivoscheev
Samstag	15:00–18:00	Sparring	K. Krivoscheev

Bridge Abt.-L. Katrin Runte Clubraum / Dojo

Donnerstag	19:00–21:00	Bridge für Jedermann	Katrin Runte
------------	-------------	----------------------	--------------

Fitness Fitnesshalle Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John

Montag	08:30–22:00	Training	Kinderbetreuung 8:30–11:30 Uhr
	16:30–19:00	Kraftdreikampf	
Dienstag	08:30–12:00	Training	Kinderbetreuung
	15:00–22:00	Training	Kinderbetreuung bis 18 Uhr
	16:00–17:30	Jugendgruppe 1 (nach Absprache)	
	17:30–19:00	Jugendgruppe 2 (nach Absprache)	
Mittwoch	08:30–22:00	Training	Kinderbetreuung 8:30–11:30 Uhr
	16:30–19:00	Kraftdreikampf	
Donnerstag	08:30–12:00	Training	Kinderbetreuung
	15:00–22:00	Training	Kinderbetreuung bis 18 Uhr
Freitag	08:30–22:00	Training	Kinderbetreuung 8:30–11:30 Uhr
	15:15–16:45	Jugendgruppe 1 (nach Absprache)	
	16:45–18:15	Jugendgruppe 2 (nach Absprache)	
	16:30–19:00	Kraftdreikampf	
Samstag	11:00–19:30	Training	Kinderbetreuung 11:00–13:30 Uhr
Sonntag	11:00–18:30	Training	

Trainingszeiten

Freizeitgruppe Abt.-L. Ralf Kahnenbley Schulturnhalle Todtglüsing

Sonntag 13:00–15:00 Hallenfußball u. a. Ralf Kahnenbley

Fußball Abt.-L. Hans-Jürgen Kieper Sportplätze

Informationen rund um Fußball und Trainingszeiten unter www.fussball-tostedt.de oder bei Corinna Kruse (☎ 0152/58960686)

Infos für Jugendliche bei Safa unter fsvjo@email.de oder ☎ 0152/29779481

Gorodki Abt.-L. Konstantin Krivoscheev Gorodki-Platz am Baggersee

Montag	18:00–20:00	Training	Konstantin Krivoscheev
Mittwoch	17:00–19:00	Training	Konstantin Krivoscheev
Donnerstag	16:00–18:00	Training	Konstantin Krivoscheev
Sonntag	14:00–16:00	Training	Konstantin Krivoscheev

Hundesport Abt.-L. Sandra Czyschke

Trainingsplatz Baggersee

Montag	16:00–19:00	Agility	Brigitte Hidde / Heike Martensen
	17:15–18:15	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
	18:30–21:00	Hooper	Antje Auer / Iris Herrndorff
Dienstag	17:30–21:00	Agility	Antje Auer
Mittwoch	15:30–21:00	Agility	I. Strutz / B. Hidde / L. Kramer
	17:30–19:00	Obedience	Brigitte Hidde
	18:00–20:00	Begleithunde	Ilse Strutz
Donnerstag	09:00–11:00	Agility	Maren Dux / Iris Herrndorff
	16:00–21:00	Agility	M. Frese / M. Linne / B. Pape

Wasserarbeit am Baggersee

Sonntag 10:00–14:00 Wasserarbeit Anneka Horch (☎ 0152-21963897)

Trainingsplatz Harburger Str.

Montag	14:00–17:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
Dienstag	17:00–18:00	Welpenprägung	Iris Herrndorff
Mittwoch	15:00–18:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
Donnerstag	18:30–19:30	Clicker-Training	Maria Frese (14tg)
Freitag	18:00–20:00	Longe	Kathrin Schröter
Samstag	10:00–12:00	Longe	Kathrin Schröter

Friedrich-Wiechern-Platz

Freitag 09:00–11:00 Obedience Sandra Czyschke

Neuanmeldung nach Rücksprache mit der Abteilungsleitung unter ☎ 0160-90204552

Trainingszeiten

Indoor Cycling Abt.-L. Heiner Hoops Fitnesshalle

Montag	19:30–20:30	Anne Meier
Dienstag	19:00–20:00	Steffi Kranz / Christian Peuker
Mittwoch	19:30–20:30	Simone Barghusen
Donnerstag	19:00–20:00	Heiner Hoops / Steffi Kranz

Bitte in die Liste
im Bistro der
Fitnesshalle
eintragen

Jazz-Dance Abt.-L. Ilka Bode Hinkenwarns Hus

Montag	17:15–18:15	Kindertanz 10–13 Jahre	Ilka Bode
Dienstag	17:00–18:00	Jazz-Dance 14–17 Jahre	Ilka Bode
	18:00–19:00	Line Dance	Ilka Bode
Mittwoch	16:30–17:15	Kreativer Kindertanz 3–5 Jahre	Ilka Bode
	17:15–18:00	Kreativer Kindertanz 4–7 Jahre	Ilka Bode
	18:00–19:00	Dance Fitness 50 +	Ilka Bode
	19:15–20:30	J-Dato ab 15 Jahre	Ilka Bode
	20:30–21:30	Showtanz Erwachsene	Ilka Bode
Donnerstag	16:30–17:15	Kreativer Kindertanz 7–10 Jahre	Ilka Bode
	17:25–18:25	Line Dance	Ilka Bode
Samstag	11:00–12:30	Line Dance (Anfänger)	Anja Eisendrath

Judo Abt.-L. Uwe Holz Judohalle

Montag	17:00–18:00	5–9 Jahre	L. Holtzhauer / A. v. Berg
	18:00–19:00	9–14 Jahre	L. Holtzhauer / A. v. Berg
	18:30–20:00	15–20 Jahre	A. v. Berg / L. Peters / U. Holz
Donnerstag	17:00–18:00	8–11 Jahre	L. Holtzhauer / A. v. Berg
Freitag	18:30–19:30	Budo-Gymnastik	Uwe Holz
	19:30–21:00	Erwachsene	Uwe Holz

Ju-Jutsu Abt.-L. Sven Brokmöller Judohalle

Dienstag	18:30–20:00	Selbstverteidigung Frauen	Anke v. Berg
Mittwoch	19:30–21:30	Selbstverteidigung	Sven Brokmöller
Donnerstag*	18:30–19:30	Selbstverteidigung Frauen	Anke v. Berg

* jeden 2. Donnerstag im Monat

Kanu Abt.-L. Werner Zündorf Treffpunkt Schule Todtglüsing

Ausfahrten und Veranstaltungen nach Vereinbarung

Karate Abt.-L. Detlef Ott Judohalle

Dienstag	20:00–21:30	Jugend/Erwachsene	Rüdiger Firsching
Mittwoch	18:00–19:30	Anfänger	Petra Ott
Donnerstag	19:30–22:00	Erwachsene	Detlef Ott
Freitag	17:30–19:00	Jugend	Antonia Firsching
	19:00–20:30	Erwachsene	Rüdiger Firsching

Kegeln Abt.-L. Renate Preuß Gasthaus Wiechern

Dienstag	17:30–19:30	Renate Preuß
----------	-------------	--------------

Trainingszeiten

Kickboxen (ab 14 Jahren) Abt.-L. Jan Gutowski Judohalle

Dienstag	18:30–19:30	Anfänger	Jan Schmidt
	19:30–20:30	Fortgeschrittene	Jan Schmidt
Freitag	18:00–19:00	Anfänger	Jan Gutowski
	19:00–20:00	Fortgeschrittene	Jan Gutowski

Kids in Action Maike Hiller Fitnesshalle, großer Aerobicraum

Donnerstag	16:00–17:00	5–8 Jahre	Maike Hiller
	17:00–18:00	9–15 Jahre	Maike Hiller

Nordic Walking Abt.-L. Petra Garbers

Montag	08:30–10:00	Start am Baggersee	Dagmar Bednar
Mittwoch	17:00–18:30	Start am Baggersee (ab November Start an der Fitnesshalle)	Petra Garbers
Samstag	08:30–10:00	Start am Baggersee	D. Bednar/P. Garbers

Radsport Abt.-L. Heiner Hoops

Montag	18:30–21:00	Radwandern Start am Dojo	Wolf Ehlert
	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 1	Sven Krüger
	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 2 (Rennrad 1 und 2 Start: REWE Markt Bahnhofstraße)	Heiner Hoops
Mittwoch	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 1	Sven Krüger
	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 2 (Rennrad 1 und 2 Start: REWE Markt Bahnhofstraße)	Heiner Hoops

(ab Ende September 2019 ist Winterpause bis Anfang April 2020)

Skat Abt.-L. Heinrich Wahlen Clubraum / Dojo

Montag	19:30	Skat für Jedermann	Heinrich Wahlen
--------	-------	--------------------	-----------------

Tanzen Abt.-L. Jens & Christiane Beier Hinkenwarns Hus

Montag	20:00–21:30	Tanzkreis Fortgeschrittene	Christiane u. Jens Beier
Dienstag	20:30–22:00	Tanzkreis Anfänger	Christiane u. Jens Beier
Donnerstag	20:30–22:00	Tanzkreis Anfänger	Christiane u. Jens Beier

Tennis Abt.-L. Detlef Koch

Jugend Wintertraining: Tennishalle Schützenstraße

Jugend Sommertraining: Tennisanlage Lohberger Straße

Informationen: Judit Haus (☎ 0152/01736604)

Tischtennis Abt.-L. Ole Jacobs Schulturnhalle Todtglüsing

Dienstag*	19:00–22:00	freies Training	
Donnerstag**	20:00–22:00	freies Training	
Freitag*	17:45–19:30	Jugendliche	H. Strohecker
	19:30–22:00	freies Training	
Samstag	17:00–20:00	freies Training	

* = Punktspieltage in der Saison

** = alternativer Punktspieltag in der Saison

Trainingszeiten

Turnen/Gymnastik Abt.-L. Ingrid Claußen Schulturnhalle Todtglüsing

Montag	09:00–10:00	Osteoporosegym. (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	10:00–11:00	Qi Gong (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	16:00–17:00	Eltern-und-Kind-Turnen	S. Holtzhauer
	17:00–18:00	Eltern-und-Kind-Turnen	S. Holtzhauer
	18:00–20:00	Spiel-Dich-Fit für Jugendl. ab 12 Jahren wg. Inklusion Altersobergrenze offen	Claudia Fette
Dienstag	08:45–09:45	Pop-Gym Erwachsene (Hinkenw. Hus)	Ilka Bode
	09:55–10:55	Gymnastik Sen. 60+ (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	11:00–12:00	Gymnastik Sen. 70+ (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	16:00–17:00	Kinderturnen 2–4 Jahre	Claudia Fette
	17:00–18:00	Abenteuerturnen 3–5 Jahre	Claudia Fette
Mittwoch	15:00–16:00	Gesundheitsförderung im Kinderturnen ab 4 Jahren	Claudia Fette
	16:00–17:00	Abenteuerturnen 5–7 Jahre	Claudia Fette
	17:00–18:00	Abenteuerturnen 7–9 Jahre	Claudia Fette
	19:00–20:00	Damen	Ingrid Claußen
Donnerstag	08:45–09:45	Pop-Gym Erwachsene (Hinkenw. Hus)	Ilka Bode
	18:30–19:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov
	19:30–20:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov

Zumba® Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Fitnesshalle

Montag	20:00–21:00	Zumba® großer Aerobicraum	Melanie Herschleb
Mittwoch	17:55–18:55	Zumba® großer Aerobicraum	Melanie Herschleb



- Hörtest
- Gehöranalyse
- Hörtraining
- Hörgeräteanpassung
- Tinnitus therapie
- Hyperakusistherapie
- Gehörschutz

Bahnhofstraße 33 • 21255 Tostedt • ☎ (04182) 959 99 05
 info@hoerzentrum-tostedt.de • www.hoerzentrum-tostedt.de

Turnen

Nachdem wir uns nun ein bisschen (oder auch ein bisschen mehr) mit den Anforderungen des Deutschen Sportabzeichens vertraut gemacht hatten, kam ein bisschen Schreibearbeit auf mich

zu. Jeder Teilnehmer hat einen individuellen Trainingsplan bekommen. Anhand dieses Planes kann man gut die Leistungssteigerung erkennen. Das ist für die Kinder und Jugendlichen

ein enormer Ansporn. Allerdings, auch das muss man leider sagen, ist daraufhin meine Spiel-Dich-Fit-Gruppe ein wenig geschrumpft. Aber die mir verbliebenen Teilnehmer sind umso motivierter. Da Jörn so lieb war und mir die Sprintstrecken abgesteckt hat, muss ich nicht nach jedem Regenguss wieder neu vermessen.

Eine wunderbare Erleichterung! Danke Jörn, auch für die schnelle Erledigung!!! Nun haben wir eine 30 m, 50 m, 75 m und 100 m Strecke. Die jüngeren Kinder brauchen für den Zonenweitsprung kaum zu üben. Das klappt schon ganz prima. Zum Weitwurf braucht es da etwas länger. Die Kinder mussten erstmal üben, den Ball nicht gleich auf den Boden zu werfen. Also wurde erstmal über das Fußballtor geworfen. Als das dann klappte, haben Donald und Leana oder Andreas (ein Papa) ein Seil hochgehalten. Jetzt hatten die Kinder



Übung macht den Meister

**365 Tage für Sie da -
mit leistungsstarkem Service und Qualität.**

Ihr Fachbetrieb für:

- Heizungstechnik
- Sanitärtechnik
- Reparatur
- Kundendienst
- Moderne Bäder
- Solaranlagen
- Klempnerei
- Haus-/Kanalanschlüsse

**TEAM
MATTHIES**

HAUSTECHNIK MIT QUALITÄT

Friedrich-Vorwerk-Str. 23
21255 Tostedt
Telefon 0 41 82 - 286 04-0

www.team-matthies.de



Turnen

auch dabei Erfolg. Nun trainieren sie fleißig weiter. Auch der Anlauf wird teilweise schon geübt. Von Klein bis ganz Groß habe ich alles dabei. Die Spiel-Dich-Fit-Gruppe feierte mit Stockbrot und Würstchen den Ferienbeginn und die kleinen Sportler werfen fleißig in den Ferien über Schnüre oder Springseile, um möglichst ein bisschen Höhe beim Weitwurf zu bekommen. Auch dabei verzeichnen wir schon große Fortschritte. (eB)



Mit Stockbrot, Würstchen und selbst zubereiteten Leckereien der Teilnehmer gehen wir in die Sommerferien.

MULTI-FOOD

**Fabrikverkauf
Nahrungsergänzung**

Jeden Do. von 10⁰⁰ - 19⁰⁰ Uhr
Bei der Lehmkuhle 11
21279 Hollenstedt



Whey Protein

Vanille oder Schoko
75% - 80% Eiweiß

Zum Aufbau und Erhalt
von Muskeln und Knochen

1000 g

ab 13,-

Online-Shop: www.multi-food.de

Hundesport

Die Sportler der Hundeabteilung hatten über Pfingsten alle Hände voll zu tun. Der Anlass war der erste **Baggersee Cup** im Agility-Sport.

Das heißt, von Freitag bis Montag Wettkämpfe auf dem Agility Parcours. Am Start waren täglich ca. 100 Mensch-Hund-Teams, die um die begehrten Preise kämpften. Drei Läufe am Tag wurden absolviert.

Am Donnerstag mussten noch die letzten Vorbereitungen wie Rasen mähen, Camper-Plätze ausmessen und einteilen, sowie Zelte und Toilettenwagen aufstellen erledigt werden, bevor die ersten Teilnehmer schon ihre Behausungen aufbauen konnten.

Die Gäste waren größtenteils in den mitgebrachten Wohnwagen, Wohnmobilen und Zelten untergebracht. Ins-



Begehrte Pokale



Berry gibt alles

gesamt ca. 50 Camper besiedelten die Sportanlagen am Baggersee Gelände.



Agility Parcours von oben betrachtet

Hundesport

Der Hundeplatz und die Bogensportanlage glichen einem professionellen Campingplatz.

Unsere Camper genossen das gepflegte Areal mit den schönen Spazierwegen und dem tollen Badesee für Mensch und Hund. Für die Hinterlassenschaften wurden zusätzliche Mülltonnen aufgestellt, damit auch kein Weg zu weit sein konnte.

Das Organisationsteam hatte sich im Vorweg schon viele Gedanken ge-

macht, wie man ein Vier-Tage-Turnier mit wenigen Helfern meistern kann, da am Pfingstwochenende viele anderweitig verplant waren.

An dieser Stelle möchten wir den Bogen- und Gorodkisportlern danken, die uns ihre Sportfläche zur Verfügung gestellt haben und nicht trainieren konnten. Dankeschön.

Besonders aber danken wir Jörn Schneider mit seiner Truppe.

Ihr habt es geschafft aus unserem löchrigen Grün einen Wimbledon-taug-



Turnier-Campingplatz am Baggersee

Wiechern
HOTEL - GASTHAUS - RESTAURANT
Tostedt Str. 9 - 04182 / 29420 - 21255 Tostedt

Saal, Clubzimmer,
Tagungsräume,
ruhige und moderne
Hotelzimmer,
gemütliche Gaststube.

Wiechern
Tel.: 04182 / 29420
Fax: 04182 / 22531
Tostedt-Todtgülsingen
www.hotel-wiechern.de

Hundesport



Frühstück mit Jörns Truppe



Das Orgateam bei einer kurzen Pause

lichen Rasen zu machen. Gerätetransport, Wasseranschluss, Sitzbänke sind nur weitere Stichpunkte. Vielen Dank nochmal.

Unser gemeinsames Frühstück sollte dies zum Ausdruck bringen. Rundum ist alles sehr gut gelaufen, so dass sogar die viele Arbeit an den vier

Tagen viel Spaß gemacht hat und wir doch viel zu lachen hatten.

Von unseren Gästen samt Leistungsrichter wurde uns eine herzliche, entspannte Atmosphäre bescheinigt. Alle möchten gerne im nächsten Jahr bei einer Wiederholung dabei sein.

Nun geht es an die Planung des nächs-

KLEESCH



Über 125 Jahre Erfahrung

Heizung – Lüftung – Sanitär – Fliesenarbeiten

Zertifizierter Fachhändler für barrierefreies Wohnen

Energieberatung und Badplanung

Heizungs- und Solaranlagen

Im Notfall immer für Sie da!

24 Stunden-Notdienst

Zinnhütte 19 • 21255 Tostedt • Tel. 04182-29540 • Fax 04182- 292392

Internet: www.kleesch.de

E-Mail: info@kleesch.de

Hundesport

ten Events, der **Brezel Cup** am 12./13. Oktober 2019. Wie der Name schon vermuten lässt, soll es bayrisch zugehen. Die Verpflegung wird wohl auf Weißwurst, Brezel und Leberkäs hinauslaufen und vielleicht wird man den einen oder anderen Starter in Dirndl oder Lederhose laufen sehen. Wer weiß?

Aus der **Obedience-Sparte** können wir eine kleine Überraschung vermelden: Das Team Sandra mit der Labradorhündin Irmi hat sich auch in diesem Jahr für die Teilnahme an der Bundessiegerprüfung qualifiziert und durfte aus den letzten Reihen des Starterfeldes ihre Leistungen zeigen. Die Übungen funktionierten so gut, dass sie sich bis auf Platz 6 der 32 Starter vorkämpfen konnten. Das Teilnehmerfeld bestand in diesem Fall hauptsächlich aus den sportlichen, schnellen Border Collies, von denen sich schon einige für die Deutsche- und Weltmeisterschaft qualifiziert hatten. Der Erfolg für die siebenjährige Labradorhündin kam in diesem Fall sehr überraschend.



Irmi mit Schleife und Urkunde

Nach der Prüfung ist vor der Prüfung ...
Nun werden wieder neue Punkte für die Qualifikation 2020 erarbeitet. (eB)



FRISEURSALON
WORTMANN

Bremer Str. 19 · 21255 Tostedt
Tel. 04182 80 689 60

Di – Fr 8:30 – 18:00
Sa 8:00 – 12:00

Tischtennis

Zum Abschluss der Saison kamen alle nochmal zusammen.

Zum Ende gab es zudem noch erfreuliche Nachrichten. Nach der Hinserie noch auf Platz 3, doch zur Rückserie gaben unsere Mädchen in sechs Begegnungen nur sechs Spiele ab und wurden mit 12:0 Punkten ungeschlagen Meister in der Kreisliga und erhielten dafür vom Kreisverband als Auszeichnung einen Pokal, den Ole an diesem Tag überreichen konnte.

Beim Saisonabschlussgrillen wurde zusammen



mit Franz, Heinz und Ole dann bei gutem Wetter draußen mit allen Jugendlichen ordentlich gefeiert.

Und nach der Saison ist vor der Saison. Jule und Merle werden in der kommenden Saison

die Erwachsenen-Mannschaften unterstützen und so ihre Erfahrung weiter ausbauen.

Im Anschluss machten es die Erwachsenen den Jugendlichen nach und es wurde bis spät in die Nacht noch weiter gegrillt aber auch gespielt und vor allem viel gefeiert.

Der Anlass war auch allen klar, wollte man doch den Aufstieg der 1. Mannschaft feiern. Bis kurz vor Ende der Saison war es ja noch nicht sicher, ob es der TSV in die Relegation schaffen würde. So fuhr man nach Königsmoor in die Moorhalle und sah sich den Königsmoorern gegenüber anfangs doch



Merle und Jule Fink mit Heinz und Ole

Tischtennis

nervös und skeptisch, waren diese Spiele doch oft spannend bis zum Schluss. Zudem kamen noch die Verletzungen von Martina, die uns schon während der Halbserie fehlte, und Jan-Louis hinzu, der sich eine Bänderdehnung zuzog. Beide sollten aber weiter unsere Mannschaft unterstützen und so versuchen, einen Beitrag zum Aufstieg beizusteuern. Und es kam besser als man sich das erhoffen konnte. Martina und Stephan gewannen das dritte Doppel und hielten so die Mannschaft im Spiel. So ging man mit 1:2 Rückstand in die Einzel-Spiele. Und die waren alle von Erfolg gekrönt. Auch Jan-Louis gelang mit grandiosem Blockspiel und ungeahnter Reichweite der Einzelsieg. Die Stimmung in der Halle war auch hochklassig, denn es waren Vertreter beider Mannschaften zugegen und die Brisanz war allen bewusst. Aber es ging immer äußerst fair

zu, so dass es zwar laut, aber fördernd für unsere Mannschaft war. Viele enge Sätze konnten so gewonnen werden und der TSV siegte am Ende überraschend deutlich mit 9:2. Nun stand aber noch das Spiel gegen Marxen auf dem Plan. Vielleicht nicht ganz so stark einzuschätzen, aber man weiß ja nie, denn Tischtennis

ist auch Kopfsache. Am Ende kam es aber noch besser und die Mannschaft steigerte sich sogar noch und gab nur ein Einzel ab. Somit war der Aufstieg in die 2. Bezirksklasse geschafft. Nun steht aber erstmal die Sommerpause an. Moment mal, Pause? Nein Pause kennen wir nicht.



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Bezahlen Sie mit unseren digitalen Karten per Smartphone und VR-BankingApp!


vblh.de/mobile-payment



Tischtennis

Da die Halle in Todt-glüsingen über die Sommerferien saniert wurde, konnten wir mit der Gemeinde vereinbaren, dass wir Trainingszeiten in der Sporthalle in Otter nutzen können. Und aus gegebenem Anlass veranstalteten wir dort zur Abwechslung wieder mal ein „Brettchen“-Turnier. Hier wird nicht mit dem normalen Tischtennisschläger und griffigen Belägen gespielt, sondern mit einfachen Holzschlägern und Noppen-Belägen ohne Schwammunterlage. Hier kam der eine oder andere an seine technischen Grenzen und die Ballwechsel zeichneten sich dadurch aus, dass sie unvorhersehbare Flugbahnen entwickelten. Zwischendurch wurde auch locker zusammengesessen und gefeiert, denn diese Saison ist wirklich von vielen Erfolgen gezeichnet. Nach zwölf Begegnungen, die jeder Spieler zu absolvieren hatte, kam am Ende ein Spieler auf das höchste Treppchen,

der nicht nur mit diesem Material bestens zurechtkam, sondern der auch in Zukunft noch einiges an Erfolgen einfahren wird: Lukas Bostelmann hat die Gegner alle in Schach gehalten und kein Spiel verloren, Gratulation an dieser Stelle!

Gerne möchten wir aber auch einen Vorausblick auf die kommende Saison 2019/2020 geben: Durch die Reform im Spielsystem vom Landkreis Harburg wird jetzt ab der 1. Kreisklasse und tiefer in 4er Mannschaften gespielt. Dies waren bis zum Ende dieser Saison alles 6er Mannschaften. Diese Umstellung hat mehrere Vorteile, bringt aber auch für viele Vereine Herausforderungen. Spieler müssen am Abend nicht mehr solange zuschauen, bis sie wieder dran sind; die Spiele sind aber auch eher zu Ende, was gerade bei Punktspielen unter der Woche sehr willkommen ist. Der eigentliche Haupt-

grund ist aber, es gibt wieder mehr Mannschaften und es können die Ligen den Leistungen besser angepasst und erweitert werden. Gab es bisher als tiefste Spielklasse die 3. Kreisklasse, so geht es jetzt 2gleisig (in 2 Parallelstaffeln) bis zur 5. Kreisklasse runter. Alle Staffeln sind im Durchschnitt mit 10 Mannschaften besetzt. Bis zum Schluss der vergangenen Saison hatten wir bisher 4 Mannschaften von der Kreisliga bis zur 3. Kreisklasse. Nach der Reform haben wir nun 6 Mannschaften in der Bezirksklasse (1x 6er M'schaft), Kreisliga (1x 6er M'schaft), 1. Kreisklasse (1x 4er M'schaft), 3. Kreisklasse (2x 4er M'schaften) und 5. Kreisklasse (1x 4er M'schaft). Bei der dadurch entstandenen Vielzahl an Punkt- und Pokalspielen, mussten wir unsere Hallenzeiten erweitern, so dass neben den Punktspielen auch noch Training möglich ist. Dies gelang uns

Tischtennis

durch eine feste Hallenzeit in Otter. Seit Beginn der Sommerferien ist Otter nicht nur eine Ausweichzeit/Ausweichhalle für den Umbau in der Sporthalle Todtglüsing. Es ist jetzt unsere feste parallele Punktspielzeit ab 19.00 Uhr, wo 2 Mannschaften zeitgleich ihre Spiele absolvieren können.

Wir begrüßen als Neuzugänge, Franziska Händel, Timo Wemhöner und Bernd Holtmann. Jetzt fest unterstützt werden

die Herrenmannschaften durch Lukas Bostelmann in der 3. Herren und Jonas Riebesehl in der 6. Herren. Ebenfalls unterstützen wird Lasse Jacobs die 6. Herren, wenn Not am Mann ist. Somit rutscht die nächste Generation Jugend bei den Erwachsenen langsam nach.

In den nächsten Jahren gilt es, die neuen gewachsenen Strukturen erstmal zu festigen.

All diese Veränderungen, das Nachwachsen der

Jugend und dass unsere „reiferen“ Mitglieder leider auch nicht jünger werden, müssen verarbeitet werden. Den einen oder anderen Anstoß zum Nachdenken gab es bereits. Nicht zuletzt der Verlust unseres ehemaligen Mitgliedes und Abteilungsleiter, Roland Steiner, im Frühsommer diesen Jahres. Dieser hatte 2007/2008 nach vielen vielen Jahren des Dahindümpelns der Abteilung im Bereich Jugend hier wieder mit der

WIR HALTEN EUER AUTO FIT



MEYER
Ihr Autohaus. Seit 1893



Volkswagen



ŠKODA



Autohaus Meyer GmbH · Friedrich-Vorwerk-Str. 12-14 · 21255 Tostedt · Tel.: 04182 8099-0 · www.meyer-tostedt.de

Tischtennis

Jugendarbeit begonnen. Wir haben das Projekt „Tischtennis – Bewegun-Mal-Altwerden“ gestartet. Dieses zielt nicht nur auf die Generation Ü-60, sondern richtet sich an alle, die etwas für sich tun möchten. Unsere Gedanken dazu waren: Spiele für Senioren – das klingt für manche Menschen befremdlich. Spiele werden häufig immer noch mit Kindern in Verbindung gebracht und gerade in deren Betreuung. Aber auch anders herum: Senioren, Menschen mit Demenz oder Bewegungseinschränkungen können davon profitieren und man ist

stets darauf bedacht, dass diese Menschen so lange wie möglich sich selbstständig bewegen und versorgen können. Ich persönlich glaube nicht, dass man jemals zu alt zum Spielen ist. Spielen fordert und fördert Fähigkeiten, unterstützt Geselligkeit, vertreibt Zeit und macht Spaß. „Spezielle“ Spiele für Senioren braucht man nicht unbedingt, nein man kann Spiele, die für Kinder gemacht sind, in ihren Merkmalen so anpassen, dass davon Senioren profitieren. Dieses hat nicht als Voraussetzung, dass man schon einmal Tischtennis gespielt hat,

nein, das Angebot ist ausdrücklich auch an die Menschen gerichtet, die bis dahin noch nicht mit dem Sport in Berührung gekommen sind. Hier freue ich mich, dass wir unser neues Mitglied, Franziska Händel, dazu motivieren konnten, eine solche Gruppe zu leiten. Die Planungen hierfür sind angelaufen und stecken noch in den Kinderschuhen, aber ein erstes Training soll bereits im Herbst beginnen. Genaueres hierzu werden wir dann entsprechend veröffentlichen. Dieses Training ist außerhalb der jetzigen TT-Trainingszeiten vorgesehen. (eB)



Verstorben

Helga Syring

geboren am 14.6.1941
verstorben am 19.10.2018

Baggersee

Ingeborg Brach

geboren am 30.8.1951
verstorben am 17.4.2019

Rehasport

Dennis Skaza

geboren am 7.3.1974
verstorben am 23.4.2019

Baggersee

Reinhard Peper

geboren am 29.3.1953
verstorben am 14.5.2019

Fitness

Lothar Richter

geboren am 17.8.1949
verstorben am 17.6.2019

Baggersee

Helga Edelberg

geboren am 5.7.1936
verstorben am 22.6.2019

Turnen

Dank den Sponsoren

Der Todtglüinger Sportverein und seine Mitglieder danken den zahlreichen **Förderern** und **Sponsoren**, die durch ihr Engagement unseren Sportbetrieb unterstützen:

Adler Solar

Ahorn Apotheke

Autohaus **Meyer** GmbH

Autoteile Tostedt

Bade GmbH Warenhaus

Baden Bauunternehmen GmbH

EP **Bellmann** GmbH

Ergotherapiepraxis **Susanne Zillgitt**

Ingenieurgesellschaft Dr.-Ing.

Michael Beuße mbH

Böhrnsen, Goldschmiede & Juwelier

Braun Auto & Caravan

P. & D. **Brehm** Fensterbau

Brehm & Fischer – EDV und
Veranstaltungstechnik

Das Futterhaus

Helen Doron Early English

Druckstudio Tostedt

Rainer Ehmke Baugeschäft

Einfach Schön Kosmetikstudio

Fliesen **Engelke**

Fahrrad-Louis

Heizöl **Frommann** Mineralölhandel

Zeltnäherei **Furmanek**

KFZ-Technik **T. Gastinger**

Gerd Gerken Generalvertretung
der Allianz

Galabau FA **Glaus** Garten-,
Landschafts- & Tiefbau

Günter Gosselk GmbH & Co.
Arbeitsbühnen und Baumaschinen

G.u.T. Forst- und Gartentechnik

Ute Haberstroh Massagepraxis

Heinz Heidrich GmbH Bedachungen

Hin & Hair Frisör

Zimmerei **Peter Hinrichs**

Homann Seniorenwohn- und Pflege-
heim

Hoth Tiefbau GmbH

Tischlerei **Inselmann**

Intemo AG

Jaap GmbH Heizung- und Solar-
Spezialisten

Krankengymnastik **Jacobsen**

Immobilien **Ilka Jahn**

Jalaß ARCHITEKTUR

Elektro **Katthagen**

Haustechnik **Kleesch**

Bierverlag **Kleinert**

Malereibetrieb **Werner Krause**

Lack-Zauberer

Dank den Sponsoren

Ratsbäckerei **Latzel** – Herr Knorr

Intersport **Lehrke**

Roland Leininger Gas- und Wasser-
installateurmeister

Partyservice **Heiner Lohmann**

Lotto-Sport-Stiftung Niedersachsen

Marquardt Bedachungen

Team **Matthies** Heizung-Sanitär

Rüdiger Meier VGH Versicherungs-
büro

Miko Projekt + Gebäude Management

Mobilo GmbH

Andrea u. Ernst Müller

Multi-Food GmbH

DEVK Versicherungen **Steffen**
Neumann

Niemann Elektro

Zimmerei **Thomas Noll** GmbH

OLYMPUS – Michael Czempiel

ORT leev GmbH

Pankop Erdarbeiten GmbH

Grafische Entwürfe und Beschriftungen
Thomas Pessel

Änderungsatelier **Phu Loc Tung**

Podologische Praxisgemeinschaft
A. Stannieder & G. Garvs

Sanitär **Siegfried Prigge**

Reise Center Tostedt

Motoren **Respondek**

Rogel Zaun- und Metallbau

Com SAS Computer-Service **Andreas**
Schiemann

Schmidt Brand- und Wasser-
schadenssanierung GmbH

Gunter **Schmidt** Putzarbeiten

Anita Schönfeld Immobilien

Sparkasse Harburg-Buxtehude

Bauklempnerei **Stöver**

RS Golftechnik **Roland Stöver**

Siegfried Twardowski Lohn-
unternehmen u. Abwassertechnik

VEH Solartechnik

Vehiculo Alles rund ums Zweirad
Lebenshilfe Lüneburg-Harburg

Lars Verseemann Bau- und Möbel-
tischlerei

Volksbank Lüneburger Heide e.G.

Irene Vorwerk

Bäckerei Weiss

Wellnessdrops Saunabau

Uwe Werner Holz

Hotel & Gasthaus **Wiechern**

Elektro **Wildemann**

Fa. **Wilkens** Sittensen

Wüst-Buri Rechtsanwältin

Abteilungs- und Übungsleiter

Dagmar Bednar

Nordic Walking

04180-216

Christiane & Jens Beier

Tanzen

04186-891608

Anke von Berg

Judo / Ju-Jutsu

04182-5300

Ilka Bode

Jazz-Dance

04182-287955

Sven Brokmöller

Ju-Jutsu

04183-975267

Dirk Claußen

Fußball

04181-35969

Ingrid Claußen

Turnen / Kanu

04182-293167

Sandra Czyschke

Hundesport

0160-90204552

Maren Dux

Laufen

04182-8128

Claudia Fette

Turnen

04182-293780

Antonia & Rüdiger Firsching

Karate

04182-22624

Petra Garbers

Nordic Walking

04182-6535

Jan Gutowski

Kickboxen

0176-57860699

Klaus Haske

Angeln

04182-293231

Brigitte Hidde

Hundesport

04188-7665

Maike Hiller

Aerobic / Kids in Action

04182-707290

Silke Holtzhauer

Turnen

04182-3067

Uwe Holz

Judo

0157-38129977 bitte SMS oder WhatsApp

Heiner Hoops

Radsport / Indoor Cycling

0172-4173333

Ole Jacobs

Tischtennis

04265-2224027

Hans-Jürgen Kieper

Fußball

0170-6812516

Detlef Koch

Tennis

04182-292827

Valerie Kratochwil

Ballett/Modern/Hip Hop

0176-47749881

Konstantin Krivoscheev

Boxen / Gorodki

0177-4343067

Abteilungs- und Übungsleiter

Corinna Kruse

Fußball

04182-21759

Julia Labbow

Bogensport

0157-59126071

Annegret Martens

Turnen

04182-7200

Konrad Merta

Kraftdreikampf

04165-221765

Antje Mühlenberg

Bogensport

0172-3288628

Axel Neese

Boxen

04187-50280224

Ronny Neuling

Angeln

04181-138617

Tatjana Oshana-John

Sportkoordinatorin der Fitnesshalle

0175-7255141

Petra & Detlef Ott

Karate

04182-8592

Dieter Preuß

Sportabzeichen

04182-7873

Renate Preuß

Kegeln

04182-7873

Christoph Quante

Fußball

04182-3084

Silke Rohnke

Badminton

04182-21243

Katrin Runte

Bridge

04186-5324

Jan-C. Schmidt

Kickboxen

04181/1374018

Kathrin Schröter

Hundesport

0159-02199236

Krystian Slosarek

Kraftdreikampf

0151-53371870

Sina Thies

Badminton

04182-8068561

Finn Tiedemann

Tischtennis

04182-21664

Natalja Totov

Turnen

0177-5426407

Heinrich Wahlen

Skat

04182-7417

Isabella Werlich

Power Yoga

04182-291994

Jana Zündorf

Badminton

0170-2120903

Werner Zündorf

Kanu

04182-289012

Termine Termine Termine

September 2019							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
35							1
36	2	3	4	5	6	7	8
37	9	10	11	12	13	14	15
38	16	17	18	19	20	21	22
39	23	24	25	26	27	28	29
40	30						

Sa. 28.09. **Abangeln**
„Am Spring“

04.10.–18.10. **Herbstferien**

Oktober 2019							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
40		1	2	3	4	5	6
41	7	8	9	10	11	12	13
42	14	15	16	17	18	19	20
43	21	22	23	24	25	26	27
44	28	29	30	31			

Sa. 05.10. **Begleithundeprüfung**
Wiechernplatz

So. 06.10. **Sportabzeichentag**
10:00 Uhr Sportplatz am Schulzentrum
Tostedt

Sa. 12.10. + **Agility Brezel-Cup 2019**
So. 13.10. Wiechernplatz

November 2019							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
44					1	2	3
45	4	5	6	7	8	9	10
46	11	12	13	14	15	16	17
47	18	19	20	21	22	23	24
48	25	26	27	28	29	30	

Sa. 02.11. **Norddeutsche Meisterschaft im Kreuzheben**
11:00 Uhr Turnhalle Schulstraße
(Todtglüsing)

Impressum

Herausgeber:

Todtglüsinger Sportverein von 1930 e.V.
Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsing
Telefon 04182 / 21172
post@todtgluesinger-sv.de
www.todtgluesinger-sv.de

1. Vorsitzende: Renate Preuß
Timmhorstkamp 8, 21255 Todtglüsing
Telefon 04182 / 7873

Auflage: ca. 2000
erscheint quartalsweise

Druck und Bindung: Druckstudio Tostedt
Layout und Gestaltung: Christian Peuker
Inhalt: Stephan Schindzielorz (sz),
Schriftführer des Todtglüsinger SV

Vereinseigene Berichte (eB)
Alle eingesandten Beiträge obliegen nicht der Verantwortung
des Herausgebers.

Änderungen behält sich die Redaktion vor.





Unabhängig ist einfach.

175
Jahre

[spkhh.de/alter](https://www.spkhh.de/alter)

Jetzt beraten lassen,
damit Frau später
finanziell abgesichert ist.

Aus Nähe wächst Vertrauen



Sparkasse
Harburg-Buxtehude