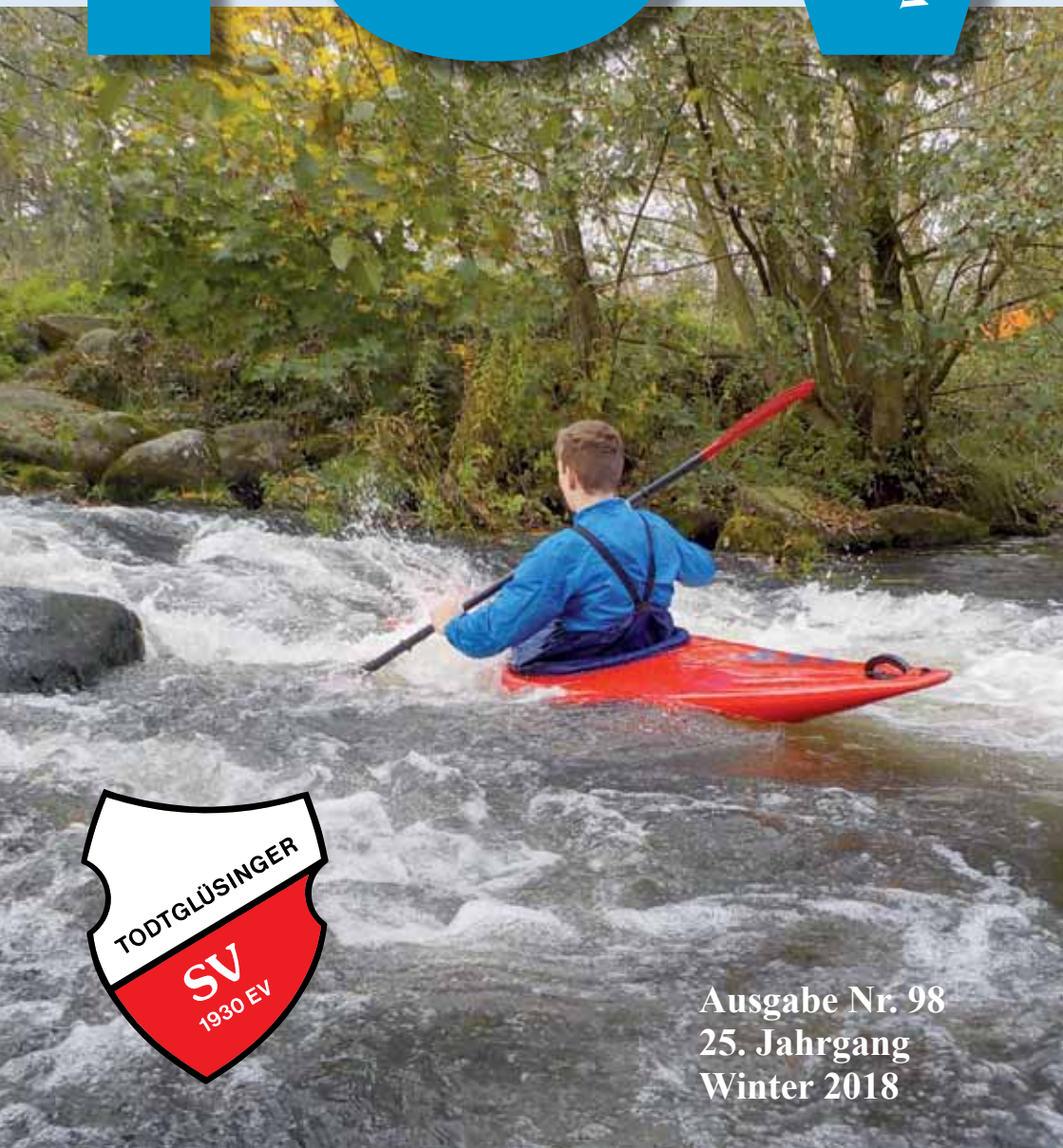
TSV

VEREINSZEITUNG



TODTGLÜSINGER SV 1930 EV

Ausgabe Nr. 98
25. Jahrgang
Winter 2018

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 3
Schon gehört? 4
Radsport 6
Badminton 8
Jazz-Dance 10
Karate 12
Hundesport 13
Veranstaltung Winterwanderung ... 17
Kegeln 18
Fitness 19
Angeln 21
Tanzen 23
Tennis 25
Beitragsliste..... 28
Vorstand 31
Trainingszeiten 32
Indoor Cycling 38
Skigymnastik 39
Zumba® 40
Tischtennis 42
Gedächtnistraining 48
Verstorben 49
Dank den Sponsoren 50
Abteilungs- und Übungsleiter 52
Termine 54
Impressum 55

Titelbild: Die Kanu-Abteilung erlebt Wildwasser-Action auf der Seeve im Oktober 2018.

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

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,

bei Kerzenschein gemütlich auf dem Sofa sitzen und leckere Sachen naschen war gestern. Jetzt stehen sportliche Aktivitäten an erster Stelle. Wir vom TSV helfen gerne weiter und bieten zahlreiche Möglichkeiten zum Motto „Speck muss weg!“ Damit euch die Auswahl etwas leichter fällt, haben wir für euch auf den folgenden Seiten wieder Interessantes, Amüsantes und Informatives zu bieten – sowohl im Rückblick auf die letzten Monate als auch für die kommenden Wochen.

Radsport ist zwar momentan in der Winterpause, doch auf ➲ S. 6 gibt es einen Rückblick auf das Saisonhighlight dreier „Verrückter in Büttenwarder“ – und dann gibt es als Saisonvorbereitung ja auch noch die Indoor Cycler (Trainingszeiten siehe Flyer) ➲ S. 38.

Karate sucht noch neue Trainingsteilnehmer wie ihr auf ➲ S. 12 nachlesen könnt.

Die sportliche Mopshündin Paula stellt auf ➲ S. 13 Rally Obedience vor. Natürlich dürfen sich dort auch alle anderen Hunderassen mit Frauchen oder Herrchen sportlich betätigen.

Ein kompletter Ganzjahresrückblick der Tennisjugend findet sich ab ➲ S. 25 und zeigt eindrucksvoll, wie erfolgreich engagierte Jugendarbeit sein kann.

Auch zum Thema Zumba® könnt ihr spannende Details finden. Schnell auf ➲ S. 40 geblättert, Infos lesen und dann die Sporttasche packen.

Ansonsten gibt es noch viele weitere Infos rund um unseren TSV in diesem Heft, auf unserer Homepage sowie bei Facebook.

Eure Redaktion

Schon gehört?

Moin, Moin, liebe Sportler/innen!

Zwar werden nur wenige von euch während der kühlen Jahreszeit draußen Sport treiben, bei schönem Wetter aber machen rund 4.000 Vereinsmitglieder Sport im Freien. Daher kommen der Unterhaltung und Pflege der Außenanlagen, die insgesamt 36 Hektar umfassen, große Bedeutung zu. Im vergangenen, super sonnigen Sommer konnten wir durch täglichen Einsatz unserer zehn bis fünfzehn Mann starken Arbeitsgruppe an vielen Stellen grundlegende Verbesserungen erreichen. Ausbau und Pflege der Wanderwege mit vielen Bänken und Sitzgruppen an schönen Aussichtspunkten und lauschigen Plätzchen dienen der Erholung ebenso wie der um das Doppelte vergrößerte Badestrand.

Nicht nur am Strand, auch im Wasser war viel los in diesem Sommer. So hat das gute Wetter

Die Kanuten auf dem „Trockenem".

der Abteilung **Kanusport** regen Zuwachs gebracht, sowohl an Kindern als auch an Erwachsenen. Niemand von ihnen musste befürchten, mit dem Kanu auf Grund zu laufen, denn der Baggersee hat trotz monatelang sengender Sonne seinen hohen Wasserstand halten können. Die sechs Fischteiche hingegen sind trotz aller Bemühungen nahezu ausgetrocknet. Der wüstenähnlichen Trockenheit des Sommers sind auch zahlreiche Büsche und Bäume zum Opfer gefallen, die wir im Winter entsorgen müssen.

Bei der Pflege der Sportplätze sind besonders die Herrichtung eines zusätzlichen Kleinspielfeldes im Düvelshöpen, die Auffüllung, Planierung und Neuansaat der Feuchtflächen auf dem Hundesportplatz an der Harburger Straße sowie der Bau von 2,5 Kilometern Drainageleitungen auf dem Hunde- und Bogensportplatz zu erwähnen.

Derzeit sind wir nicht nur mit der Renovierung und

Pflege bestehender Anlagen beschäftigt, sondern auch mit dem **Bau des neuen Vereinshauses** am Baggersee geht es voran: Nachdem mit Baggern der Pankop Erdarbeiten GmbH aus Tostedt im Herbst rund 6.000 Kubikmeter Erde aus der Baugrube geschaufelt wurden, wurden weitere Untergrunduntersuchungen erforderlich, so dass sich der Baubeginn in die Wintermonate verschiebt. Wenn das Wetter mitspielt und kein weiterer Baustopp erfolgt, könnte euch das neue Vereinshaus ab Ende nächsten Jahres zur Verfügung stehen. Voraussichtlich werden dort überwiegend die „ruhigeren“ Sportarten angeboten.

Unser Bestreben, Bewegungsangebote für alle Altersgruppen und zu den unterschiedlichsten Arbeitszeiten passend zu machen, haben wir weiterverfolgt. Und wie es aussieht, werden unsere Angebote gut angenommen: Derzeit trainieren Mitglieder aus über 150 verschiedenen Herkunftsorten bei uns. Über diese hohe, von Jahr zu Jahr gestiegene Akzeptanz, freuen wir uns sehr! Und wir sind dankbar für jede Anregung, die zur weiteren Verbesserung unserer Arbeit beiträgt.

Euer TSV-Vorstand

Planung und die ersten Schritte

Bürogemeinschaft

KOCH IMMOBILIEN
Bewertung
Verkauf
Vermietung
www.koch-immobilien-management.de

MIKO PROJEKT+GEBÄUDE MANAGEMENT
Hausverwaltung
Gebäudemanagement
www.miko-immobilien-management.de

0 41 82 - 23 89 70

Öffnungszeiten
Montag bis Freitag: 09:00 - 14:00 Uhr
sowie nach Terminvereinbarung

„Büttenwarder ist gar nicht weit entfernt“. 8. St.-Pauli-Kaperfahrt

Sonntagmorgen 6.30 Uhr, Carsten unser treues Mitglied aus Delmenhorst hatte sein kostbares auf Hochglanz poliertes Rennrad im Gepäck und machte sich mit dem Auto auf den Weg nach Todtglüsingen zum Treffen mit Mike und Felix. Dank Felix und seinem geräumigen Fahrzeug konnten alle zusammen weiter nach Barsbüttel starten. Der Start der Radtourenfahrt RTF war dort um 9 Uhr. Es erwarteten uns hunderte von aktiven Radsportfreunden. Kurz vor dem Start um 9.00 Uhr fand eine Tourenbesprechung statt. Es hieß: „Die Todtglüsinger fahren zusammen!“ Dabei wurde etwas geschmunzelt. Wir wissen ja, wenn gewisse „Heizer“ dabei sind … Nach 100 Metern ist Mike nicht mehr zu sehen …hat seine eigene Tour gefahren.
Nach der ersten Station, Gasthof „Unter den Linden“, bekannt durch die Fernsehserie „Büttenwarder“, fuhren wir weiter … Wohin? Wieder zurück Richtung Start. Nach ca. 30 km hatten wir und vier Mitstreiter unseren Orientierungsfehler bemerkt: Pfeil übersehen. Ach Gott, also zurück zur ersten Station, wo man uns erneut willkommen hieß.
Danach ging es weiter. Alle waren heiß wie „Frittenfett“, Hirn ausgeschaltet und nur ein Ziel: „nach vorn fahren“. Die weitere Tour verlief reibungslos durch die zahlreichen „Wellen“ Schleswig-Holsteins.
Wir sechs verbleibenden heißen Typen vertrugen uns sehr gut, obwohl kaum miteinander geredet wurde. Im Ziel, nach 169 km, kam doch noch eine rege Unterhaltung zustande, mit den Worten: „Wir waren die geilsten Typen der Tour.“
Im Ziel stand schon der liebe Mike glücklich, aber … auch er hatte sich verfahren.

Beschauliches Idyll: der Gasthof in seeliger Ruhe …

… bis unsere Radler Felix und Carsten sich zu den Pappkollegen gesellen.

Wir freuen uns auf das nächste Jahr, wenn es wieder heißt „Büttenwarder ist gar nicht weit entfernt."

Ein Dank gilt den In- und Outdoor-Trainern, Anne, Simone, Sven, Michael und Heiner. Nur durch die ausgewogenen Trainingseinheiten ist es uns, Felix, Mike und Carsten, möglich gewesen, die St.-Pauli-Kaperfahrt so flott zu fahren.

Anmerkung der Redaktion:
Für den Januar planen die „Verrückten" eine Mountainbike-Tour „Untertage im Harz".
Es geht 700 – 1000 m in die Tiefe bei bis zu 16 % Steigung. Die Tour dauert ca. 3 Stunden.

Carsten, Mike und Felix

Na dann, gebt alles Jungs! Heiß wird es auf jeden Fall bei Temperaturen von 26 – 30 °C. (eB)

Noch mehr Lust auf Entwicklung! in Todtglüsingen
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 Todtglüsingen (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

Badminton

Liebe Sportsfreunde!

Am 09. September war es wieder soweit: Die Punktspielsaison 2018/2019 startete. Nach eingehender Aufbauarbeit in den letzten Jahren im Jugendbereich, aber auch nach einiger „Reaktivierungsarbeit“ im Seniorenbereich, konnten wir endlich wieder mit zwei O19-Mannschaften starten.

Die erste Mannschaft spielt mit altbekannter sowie verstärkter Besetzung durch die Rückkehrer Oliver Czyschke und Udo Schäftner nach ihrem Aufstieg in der letzten Saison wieder verdient in der Kreisliga. Nach einem erfolgreichen Start kletterte die Mannschaft bereits nach dem zweiten Punktspieltag Ende Oktober auf den dritten Platz in der Staffel. Das Saisonziel liegt aber sogar noch weiter oben in der Staffel – es ist auf jeden Fall dieses Jahr alles drin, unter Umständen sogar ein weiterer Aufstieg!

Die zweite Mannschaft wurde um die Mannschaftsführerin, Jana Zündorf, ganz neu formiert. Sie besteht sowohl aus neuen, jungen Spielern der ehemaligen Jugendmannschaft sowie aus reaktivierten älteren Spielern, die sich gedanklich bereits mit dem „sportlichen Ruhestand“ abfinden wollten und es sich dann glücklicherweise und aufgrund der frischen, jugendlichen Kraft ihrer neuen Sportkameraden anders überlegt haben. Daumen hoch ihr „alten Säcke“, Thorsten, Jan, Henning, Ingo und Udo – haltet bitte eure Knochen zusammen, damit ihr auch die nächsten Jahre noch aktiv übers Feld springen könnt! Und ihr wisst ja: Wer nicht mehr kann, kommt mit zum Fahren und Coachen!! Anmerkung an dieser Stelle von mir: Beim aktiven Badmintonsport gilt ein Alter von 50 bereits als „hohes Alter“! Im wahren Leben – ihr mögt es mir deshalb verzeihen – sind die erwähnten

(v. l.) Udo Schäftner, Sina Thies, Wenke Thies, Oliver Czyschke, Silke Rohnke, Henning Thies, Govinda (Goofy) Elstermann

Sportkameraden nämlich noch gar nicht so alt!!! Und immerhin scheint das Kombi-Prinzip „Jung + Alt“ in beiden Mannschaften aufzugehen, denn auch die zweite Mannschaft sicherte sich bereits Ende Oktober einen soliden mittleren Platz in der Staffel.

(v. l.) Kurt Bevensee, Jennifer Spierling, Merle Heiden, Nicole Meyer, Thorsten Meyer, Petja Kock, Finn Engelbrecht. Nicht auf dem Bild: Jana Zündorf, Sonja Rüther, Jan Rüther, David Hillinghäuser

Ich drücke uns allen die Daumen für eine erfolgreiche, spannende und hoffentlich verletzungsfreie Punktspielsaison und wünsche euch an dieser Stelle eine schöne Weihnachtszeit sowie einen guten Rutsch in das Jahr 2019. Eure Sina

REIFENWECHSEL BEI MEYER

- EINGANGSCHECK
- EINLAGERUNG ALARMGESICHERT
- ULTRASCHALLWÄSCHE
- RADNABENREINIGUNG
- MONTAGE

PAKETPREIS: AB 79,90 €

MEYER
Ihr Autohaus. Seit 1893

Volkswagen ŠKODA Audi Service

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

Jazz-Dance

Die Jazz-Dance-Abteilung hat ein aufregendes Quartal hinter sich. Die kleinen Tanzmäuse waren wieder zum Sommerfest der Seniorenresidenz Homann geladen und durften endlich mal bei schönem Wetter dort ihr Können zeigen. Die Kleinen tanzten einen Cowboy- und einen Indianertanz und die Schulkinder kamen als Agenten verkleidet. Alle Tänzer wurden von den Mitarbeitern der Residenz mit Eis, Süßigkeiten und Getränken verwöhnt und freuen sich schon aufs nächste Mal. Zeitgleich wurde der „Walk of Tolerance“ durch Tostedt am Rathaus kurz unterbrochen, denn alle jugendlichen und erwachsenen Tänzer der Abteilung warteten hier zum Linedance-Flashmob. Bei Celtic Duo und All Katchi war die Stimmung prächtig.

Bereits im September stand dann das

Die kleinen Indianer ...

... zeigen, was sie können.

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

BREHM EDV
Beratung | Verkauf | Service
E-Mail: info@brehm-edv.de | Internet: www.brehm-edv.de

Computer Notebooks
Telekommunikation und mehr!
Vor-Ort-Service

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

Jazz-Dance

2. Tanzgruppentreffen des TV Welle an, das alle Jugendlichen und die Gruppe J-Dato besuchten. Zusammen mit 14 anderen Gruppen konnten sie dort schon mal ihre Choreografien für die Weihnachtsaufführung am 15.12. zeigen und beim Zumba® für alle die Hüften schwingen.
Voranmeldungen bitte unter Telefon 04182-287955 oder per E-Mail: ilka.bode@ewetel.net bei Tanzpädagogin Ilka Bode

J-Dato

Linedance vor dem Rathaus

KARATE

... nicht nur ein Kampfsport.

Karate ist eine Kampfkunst, die deine Muskeln und deinen Geist trainiert. Es wird die Beweglichkeit gefördert und deine Ausdauer und Geschwindigkeit verbessert. Für dich bedeutet Karate einen motorischen Anspruch in jeder Hinsicht.

Stress wird abgebaut und dein Selbstvertrauen gestärkt. Karate lehrt Disziplin und Selbstverteidigung, sowie Selbstbehauptung.

Unsere Gruppe kann von Klein bis Groß alles bieten, es macht viel Spaß und wir kommen alle gerne immer wieder. Wir freuen uns auf dich, schnuppere doch mal bei uns rein!

Altersgruppe: 6-99 Jahre
Kontakt: Petra Ott - 04182 8592
Ort: Todtglüsinger SV
Tostedter Straße 20 im Dojo

www.todtglüsinger-sv.de <- Hier kannst du die **Termine** detailliert nachlesen!

Es gibt wieder eine neue Hundesport-gruppe im TSV - Rally Obedience

Ein Teil der neuen Rally Obediencegruppe

Hallo, ich bin Janine und habe eine sportliche Mopshündin namens Paula. Wir sind jetzt ziemlich genau seit 2 Jahren Mitglied in der Hundesportabteilung des TSV.
Damals bin ich aus gesundheitlichen Gründen vom Agility zum Rally Obedience gekommen und habe festgestellt, dass auch diese Sportart sehr viel Spaß bringen kann.Wir waren 2 Jahre lang aktiv im Rally Obedience unterwegs und haben auch einige Turniere bestritten.
Doch irgendwann zog es mich, nein, eher Paula wieder zum Agility und somit auch zu den Sporthunden nach Todtglüsingen, wo wir uns mehr als wohl fühlen. Bis dato gab es in diesem groß aufgestellten Verein noch kein Rally Obedience, also habe ich auf unserem diesjährigen Sommerfest nach bestem Wissen und Gewissen einen Rally Obedience Schnupper-Parcours gebastelt und diese Sportart vorgestellt. Die positive Resonanz war so groß, dass wir

Trainerin Janine mit Paula

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

dann einfach mal eine Gruppe ins Leben gerufen haben. Vom Labrador, über den Berger, bis zum einäugigen Mischling ist alles dabei.

Aber was ist eigentlich dieses „Rally Obedience“?!
Rally Obedience ist eine Hundesportart, die ursprünglich aus Amerika kommt. Mittlerweile hat sie sich auch in Deutschland etabliert und findet immer mehr Liebhaber. Die partnerschaftliche Zusammenarbeit des Mensch-Hund-Teams steht hierbei im Vordergrund.
Es geht darum, so exakt

Kathrin mit Ronja

und schnell wie möglich einen Parcours, der aus mehreren Stationen gebaut worden ist, abzuarbeiten.

Die Stationen bestehen aus Schildern, die angeben, was zu tun ist und in welche Richtung es weiter geht. Der Hund läuft die meiste Zeit „bei Fuß“ und das schönste ist, Hundeführer und Hund dürfen die ganze Zeit kommunizieren. Der Hund darf angesprochen, motiviert, gelobt und an einigen Stationen auch belohnt werden. Es gibt Übungen wie Sitz, Platz, Steh, aber auch Kombinationen aus diesen Elementen. Dann findet man Richtungsänderungen um 90°, 180° und 270° nach

Goldschmiede
Böhrnsen
Juweliere seit 1780

Unter den Linden 9
21255 Tostedt – Tel. 04182 / 8953

goldschmiede-boehrnsen.de

links und rechts, außerdem 360°-Kreise in beide Richtungen. Andere Stationen fordern z. B. auf, einen Slalom um Pylonen, oder eine Acht zu laufen, den Hund über eine Hürde zu schicken oder abzurufen.

Einige Elemente kommen dem einen oder anderen wahrscheinlich aus dem Obedience bekannt vor. Besonders schön ist auch die Übung, bei der das Team an gefüllten Futternäpfen vorbei gehen muss, natürlich ohne, dass der Hund schnuppert oder sich gar bedient.
Im Jahre 2012 wurde Rally Obedience durch den VDH als Funsport anerkannt und es werden auch offene Turniere, Bundessiegerprüfungen, Landesmeisterschaften und Championate veranstaltet.
Teilnehmen können Hunde aller Rassen und Mischlinge, die mindestens 15 Monate alt sind. Es gibt Leistungsklassen von Beginner (Anfänger) bis hin zur Königsklasse 3. Seniorhunde ab 8 Jahren können in einer eigenen Klasse starten. Man braucht keine Begleithundeprüfung, um an einem Turnier teilnehmen zu können. Lediglich ein gültiger

Michael mit Bodhi

Impfausweis mit bestehender Tollwutimpfung, eine Haftpflichtversicherung für Hundehalter und eine Turnierkarte, die

Krankengymnastik-Praxis
Christine Jacobsen
Bobath-Therapeutin
Unter den Linden 25
21255 Tostedt

Tel.: 04182-291515
04182-291516
Fax: 04182-291517

Unser Angebot für Kinder und Erwachsene:

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

man selbst ausdrucken kann, reichen aus. Hund und Hundeführer mit Handicap werden ermuntert im Rally Obedience zu starten. Dafür gibt es dann eine entsprechende Leistungsanpassung.
Der Spaß beim Training steht bei mir im Vordergrund und als angehende Hundephysiotherapeutin ist für mich die Gesundheit des Bewegungsapparates ein wichtiger Aspekt, aber auch die Präzision wird nicht vernachlässigt.

Trainiert wird derzeit freitags im 14-tägigen Wechsel von 17:00-18:30 Uhr auf dem Hundeplatz am Baggersee und wer neugierig geworden ist, kann gerne zum Schnuppern vorbeikommen. Anmeldungen und Fragen an Janine Tel. 0170-4338 001

Wir laden auch herzlich in die Reithalle Tostedt zum Agility Winter Cup 2018/19 ein.
Hier könnt ihr wieder die flotten Hunde über die Hindernisse fliegen sehen.
Zwei Turniere haben schon im Oktober und November stattgefunden. Die letzten drei Termine sind der 26.Januar 2019, 23.Februar 2019 und das Finale am 30. März 2019.

Miriam mit Garou

(eB)

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

Winterwanderung

WANN: Sonntag, den 17. Februar 2019

TREFFPUNKT: Dojo, Tostedter Str. 20 in Todtglüsingen

START: 10.00 Uhr

STRECKE: ca. 10 km Länge, zwischendurch gibt es heißen Punsch!

Zum Abschluss stärken wir uns mit einem Teller Suppe gegen einen kleinen Unkostenbeitrag im Clubraum.

Kommt und macht alle mit! Wir freuen uns auf Euch!

Der Vorstand

„Sportkegler des Landkreises Harburg“ aus Todtglüsingen, Buchholz/Nordheide und Winsen/Luhe gestalten die Sendung „Plattenkiste“ von NDR 1 Niedersachsen

Viel zu erzählen gab es in der Sendung „Plattenkiste“ bei NDR 1 Niedersachsen. Am 10. Oktober zwischen 12 und 13 Uhr unterhielten sich Heiko Heinze (Blau-Weiß Buchholz), Renate Preuß (Todtglüsinger Sportverein) und Björn Müller (Kegelverein Winsen) mit Moderatorin Kerstin Werner über die Arbeit der Vereine.

So beginnt der offizielle Bericht über eine Sendung, die uns drei Teilnehmer doch ein paar Nerven gekostet hat.

Man ist doch nervöser, als man sich eingestehen möchte. Schließlich sitzt man nicht täglich vor einem Mikrofon und hofft/befürchtet, dass halb Niedersachsen zuhört. Aber die Moderatorin, Kerstin Werner, hat es geschafft, uns souverän durch die Sendung zu lotsen. Ihre freundliche, professionelle Art hat uns doch etwas beruhigt.

Schließlich war uns unser Anliegen auch wichtig. Es gibt immer weniger Sportkegler. Da kann es nicht schaden, öffentlich darauf hinzuweisen, dass Sportkegeln Spaß macht, mit Geselligkeit zu tun hat und trotzdem ernsthafter Sport ist.

Für Infos rund ums Kegeln setzen Sie sich bitte mit Renate Preuß | Tel.: 0 41 82-78 73 | oder per Mail: renate_preuss@web.de in Verbindung.

(eB)

Heiko Heinze, Renate Preuß, Moderatorin Kerstin Werner und Björn Müller

Gesund sein – Gesund bleiben

An verschiedenen Stationen wurden die Teilnehmer mit fachgerechter Einweisung der Trainer durch den AFT geleitet.

Der Aktionstag in der Fitnesshalle am 21.10.2018 mit dem Alltags-Fitness-Test (AFT) im Mittelpunkt war ein voller Erfolg. Dieser Test zielt auf die Generation 60+ und ermöglicht nicht nur den jetzigen körperlichen Zustand festzustellen, sondern auch Aussagen über den wahrscheinlichen körperlichen Zustand in 20 Jahren zu machen.
Es hatten sich mehr Interessenten angemeldet, als Tests in der Zeit von 14.00 bis 18.00 Uhr durchgeführt werden konnten. Deshalb wurden am folgenden Montag und Mittwoch zusätzliche Einzeltests durchgeführt, um alle Interessenten zufrieden zu stellen.
Die Tests wurden professionell durch unsere Fitnesstrainer durchgeführt. Großer Dank gebührt auch den Bistromitarbeiterinnen für ihre freundliche Unterstützung bei der Veranstaltung.

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

Trainer Uwe im Auswertungsgespräch mit einer Teilnehmerin des AFT.

Danach bekamen die Probanten im Abschlussgespräch noch Tipps zur Verbesserung ihrer Testergebnisse.

Die Veranstaltung wurde bereichert durch:

– „Gesundheitsvortrag“ von Herrn Dr. Kämpfer
– Messung von Bauch- und Rückenkraft, sowie der Wirbelsäule durch die TKK
– Maren Zint informierte über gesunde Ernährung, speziell für Ältere.
– Die Ahorn-Apotheke bot Blutdruckmessen an.
– Der Weiße Ring informierte über Prävention in der Kriminalität.

Nicht nur die „Testabsolventen“ waren sehr zufrieden mit der Veranstaltung, es hat allen Beteiligten viel Spaß gemacht und war eine gute Gelegenheit den hohen Qualitätsstandard unseres Vereins auch beim Thema „Gesundheit“ darzustellen.

(eB)

Angeln

In den vorangegangenen Jahren haben wir unsere Besatzmaßnahmen immer im Sept./Okt. durchgeführt.

Dieses Jahr ist alles anders !!!

Während einige Abteilungen des Sportvereins wettermäßig mehr als zufrieden waren, wurden wir Angler doch extrem „gebeutelt“.
Aufgrund der niedrigen Wasserstände in allen Anlagen werden wir im kommenden Jahr einen sog. Frühjahrsbesatz vornehmen. Einen Vorteil hatten wir allerdings auch – unser Aufzuchtteich konnte ohne abzupumpen abgefischt werden.
Lediglich der Baggersee, gespeist durch Quellwasser, befindet sich nach wie vor in einem akzeptablen Zustand.

Wir haben daher bei unserer letzten Zusammenkunft beschlossen, diesen lediglich mit Großforellen (1.200 – 1.500 Gr.) und Zander (1.500 – 2.000 Gr.) zu besetzen.
Der Besatz der Forellen erfolgte bereits

Abfischen

im Oktober. Zander, die wir aus Wildfang von der Müritz erhalten, werden im Nov./Dez. im Baggersee eingesetzt. Im kommenden Frühjahr, wenn sich die Wasserstände hoffentlich wieder erholt haben, werden Karpfen sowie Schleien in die Anlagen „Am Spring“ bzw. Waldteich verbracht.

Im September veranstaltete der „Anglerverband Niedersachsen“, dem wir angeschlossen sind, einen Tag der offenen Tür. Hier ging es um gegenseitiges Kennenlernen und persönlichen Austausch. Zusätzlich wurden die aktuellen und geplanten Aktivitäten des

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

Anglerverbandes vorgestellt. Da wir keine Fließgewässer betreuen, war für uns einiges weniger relevant. Unabhängig hiervon ist es aber wichtig, bei evtl. auftretenden Problemen einen Ansprechpartner in Hannover zu wissen.

Unser Aufzuchtteich wurde Mitte September abgefischt. Es wurden div. Fische, aufgrund der Wasserstände, in den „Waldteich“ umgesetzt.
Da teilweise bereits Ende Dezember die ersten Schonzeiten greifen, wird das Zeitfenster um seine Zielfische zu fangen, immer kürzer.

Wir hoffen aber auf ein „anglermäßig“ besseres Jahr 2019. (eB)

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

Tanzen

Zum ersten Mal gab es einen Kurs **„Dancingle – Tanzen ohne Partner/-in“** im TSV. Mit 14 Teilnehmer/-innen war der Tanzsaal gut gefüllt. Wegen der großen Nachfrage haben wir für 2019 weitere Termine geplant.

Termine Dancingle im ersten Quartal 2019:

1. Dienstag, 08 Januar 2019
2. Dienstag, 05. Februar 2019
3. Dienstag, 05. März 2019

Wieder 3x 60 Minuten von 19:00 bis 20:00 Uhr, Teilnahmekosten sind € 15,00 für die 3 Abende. Informationen und Anmeldung in der Geschäftsstelle des TSV 04182-21172 oder bei uns jcb.tanzen@ewe.net; 04186-891608

Auch die Workshops für **Discofox** bieten wir 2019 wieder regelmäßig an.

Termine Discofox im ersten Quartal 2019:

1. 08.März 2019 Grundschritte & einfache Figuren
2. 15. März 2019 Brezel- & Körbchen Variationen
3. 22. März 2019 Drehungen

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

Dancingle

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

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

Tanzen

Tanzkreispaare beim Training

Individueller Unterricht

22:00 Uhr für Paare mit ein bisschen Tanzerfahrung

Wie oft in der Woche getanzt wird, entscheidet jedes Paar selbst – möglich ist eine Teilnahme an allen 3 Abenden.

Für die Tanzkreis-Paare findet einmal monatlich ein **Tanzabend** statt. Freitags von 20:00 bis 22:00 Uhr kann frei getanzt werden. Diese Tanzabende sind auch offen für Vereinsmitglieder anderer Sparten.

Tanzabende im ersten Quartal 2019:
25. Januar 2019
22. Februar 2019
29. Februar 2019

Christiane & Jens Beier

P&D 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

tischlernord

Einblick in die Tenniswelt unserer Jugendlichen

Langsam lassen wir die Tennissaison 2018 hinter uns. Jetzt ist der richtige Zeitpunkt einen Rückblick auf die vergangenen Monate zu werfen.
In der Wintersaison 2017/2018 haben wir wie immer in der Tostedter Tennishalle trainiert.
In das Trainingsprogramm hatten wir ein Challenge-Turnier eingebaut, damit die Kinder im Spielbetrieb zeigen konnten, was sie in den Übungseinheiten so alles gelernt haben.

Challenge-Turnier

Von der Hallensaison haben wir uns dann mit der Eröffnung der Tennisanlage am 22. April verabschiedet, die zusammen mit den Erwachsenen gefeiert wurde.
An diesem Tage erwachte der TTC aus dem Winterschlaf und viele begeisterte kleine und große Tennisspieler weihten unsere Tennisplätze für die Sommersaison 2018 ein.

Der Frühling hat das Leben und die Freude auf die Anlage zurückgebracht, und das Clubhaus wartete mit erneuerter Terrasse auf alle Tennisbegeisterten. Die Vorbereitungen für die kommenden Punktspiele konnten starten, und die Kinder hatten die Möglichkeit sich intensiv und mit einer Erhöhung der Trainingseinheiten auf zwei Stunden in der Woche in Form zu bringen.
In der folgenden Zeit konnten dann die Jugendlichen ihren Sportgeist zeigen und etliche Wochenenden auf heimischen oder gegnerischen Plätzen verbringen.
Es haben 7 Jugend-Mannschaften von Mai bis September um Punkte und Siege gekämpft.
Besonders hervorheben möchten wir zwei Teams:
Erstens unsere Juniorinnen A, die sechs Mädchen, Laura Rombs, Niele Kruse, Jördis Rademacher, Anastasia Leschke, Alexandra Leschke und Svea Stute haben den ersten Platz in ihrer Gruppe belegt und es somit in die Endrunde geschafft.
Zweitens die Jungs der Junioren B, Arved Christensen und Hendrik Moldt haben den ersten Platz in der Regionsliga geschafft und den Sieg für den TTC geholt.
Herzlichen Glückwunsch den beiden Mannschaften!

Auch innerhalb der Sommerferien bestand die Möglichkeit für unsere

Jugendlichen, jeweils mittwochs unter der Aufsicht eines Erwachsenen Tennis zu spielen.

In den letzten vier Tagen der Sommerferien fand dann unser jährliches und mit Spannung erwartetes Tenniscamp statt. 30 Kinder wurden von fünf Trainern und einigen Freiwilligen an den vier

Jede Menge Kinder freuen sich auf das Camp.

Tagen unterrichtet und betreut. An den ersten drei Tagen wurde trainiert und am vierten Tag wurden die gruppeninternen Abschlussturniere durchgeführt. 6 Tennisplätze (inkl. zweier Kleinfeldplätze) und ein Tennis-Sandplatz standen den Spielern zur Verfügung.

Und zwischendurch ins kühle Nass.

Die größte Attraktion in diesem Jahr war aber wohl der Pool.
Da die Quecksilber-Säule auf über 30 Grad anstieg, war die Abkühlung im Pool in den Trainingspausen eine willkommene Abwechselung für die Kinder.
Die vier superheißen Tage vergingen mit intensiven Spielen, Plantschen

Es muss nicht immer Tennis sein.

und leckerem Essen somit wie im Fluge.
Neben Pizza und Hotdog wurde mit einem echt ungarischen Kesselgulasch am offenen Feuer ein wenig mehr Abwechselung auf den Speiseplan gebracht.
Die Kleinen waren mit großen Augen bei der Zubereitung des Gulaschs dabei, aber das Ergebnis hat dann alle restlos überzeugt, so dass keine Kelle übrig blieb und die Aktion als voller Erfolg zu verbuchen war.
Das Abschlussturnier ließen wir unter Teilnahme der Eltern mit der Ergebnisverkündung, Kuchen und Kaffee am letzten Tage ausklingen und besiegelten somit das Tenniscamp 2018.

Wir haben zusammen vier fantastische Tage verbracht und freuen uns auf eine Wiederholung in 2019.
Mit Ende der Sommerferien und dem Schulstart der Kinder sind wir dann auch wieder zum normalen Trainingsmodus zurückgekehrt.

Die letzte Aktion im Sommer war dann die Ende August stattfindende Clubmeisterschaft der Jugendlichen.
Die Kinder haben, über eine Woche verteilt, den Sieger in ihren Trainingsguppen ausgespielt.
Der Ehrgeiz, den Titel als Club-Meister/Club-Meisterin zu erreichen, war sehr groß.
Es war schön zu sehen, dass selbst die Jüngsten die Sache ernst genommen und mit viel Einsatz um den Titel gekämpft haben. Die Ergebnisse wurden dann am 30. August in Anwesenheit der Eltern, mit Würstchen und großer Spannung verkündet.

Damit verabschiedeten wir uns vom unglaublich schönen und warmen Sommer, bedankten uns für das tolle Wetter und bereiteten uns auf die Wintersaison vor.

Nach den Herbstferien startete die Hallensaison. Wir sind uns sicher, dass es auch in diesem Halbjahr wieder einige Überraschungen und Aktionen geben wird.

Zum Ende möchte ich das aktuelle Trainerteam vorstellen:
Tanja Gelübcke, Günther Schulz, Jakob Falke, Philipp Rombs und unser jüngstes Mitglied Laura Rombs.

Für Fragen oder weitere Informationen bitte auf Judit Haus, Jugendwartin, zugehen.
Email: hausjudit@gmail.com
Handy: 0177-6802983

Judit Haus

Siegerehrung Mädchen

Siegerehrung Jungen

Beitragsliste gültig ab 01.04.2018 * Monatliche Beträge

Sparte		Abt.-Nr.	Jugendliche		Erwachsene	
			Spartenzuschlag	Beitrag*	Spartenzuschlag	Beitrag*
Aerobic & More	(*)/F	19	11,30	18,00	11,30	19,50
Aerobic + Indoor Cycling	(*)/F	19/27	19,30	26,00	19,30	27,50
Angelsport	(***)	18	8,00 (bis 14 J.)	9,50		
Angelsport	(***)	18	9,50 (15 – 18 J.)	11,50	9,50	11,50
Badminton	F	7	6,00	9,50	7,00	12,00
Baggersee	FB	20		1,75		2,75
Bogensport	(*)	24	7,90	9,70	11,20	13,00
Boxen	(*)/F	26	12,00	15,50	13,50	17,50
Bridge		47	6,90	8,70	6,90	8,70
Fitness	(*)/F	28	12,50	18,50	17,50	24,50
Fitness + Aerobic	(*)/F	28/19	21,00	27,00	26,00	33,00
Fitness + Indoor Cycling	(*)/F	28/27	20,50	26,50	25,50	32,50
Fitness + Aerobic + Indoor Cycling	(*)/F	28/19/27	29,00	35,00	34,00	41,00
Fitness + Zumba®	(*)/F	28/45	21,00	26,20	27,30	34,30
Freizeitgruppe	F	14		6,70		8,20
Fußball	(*)/F	4	8,00	10,50	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: (Aufnahmegebühr fällt auch bei bereits bestehender TSV-Mitgliedschaft an)	Kinder bis 14 Jahre 20,00 € Jugendliche ab 15 Jahre 30,00 € Erwachsene 50,00 € 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	Tostedter Straße 110	21259 Otter	293231
Sozialwart			
Ole Jacobs	Haxloh 32	27389 Fintel	04265/2224027

Geschäftsstelle	**Geschäftszeiten**
Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsingen	**Mo. – Fr. 9 – 12 Uhr**
Telefon: 0 41 82 / 2 11 72 Telefax: 0 41 82 / 95 99 99	**Mo. 15 – 17, Do. 17 – 20 Uhr**

Judohalle

Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsingen

Fitnesshalle	
Schulstraße 40, 21255 Todtglüsingen	**Telefon 0 41 82 / 28 77 89**

Im Internet: www.todtglüsinger-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 Vereinssatzung 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	Katja Pietka
	10:30 – 11:30	Sling Training	Katja Pietka
	16:00 – 17:15	Power Yoga für Einsteiger	Isabella Werlich
	17:45 – 19:15	Energy Dance®	Maren Zint
	19:30 – 21:00	Power Yoga	Isabella Werlich
Mittwoch	09:00 – 10:15	Power Yoga	Isabella Werlich
	18:45 – 19:45	Sling Training	Natalja Totov
	19:00 – 20:00	BBPR	M. Bartels/K. Pietka
	19:00 – 20:00	Langhantel Workout	Kerstin Wöller
	20:00 – 21:00	deepWORK®	Nicole Unkel
	20:00 – 21:00	Functional Fitness Training	Marcel Holubek
	20:00 – 21:15	Hatha Yoga	Andrea Müller
Donnerstag	09:00 – 10:00	BBPR	Katja Pietka
	08:45 – 10:00	Pilates I	Maren Zint
	10:00 – 11:15	Pilates II	Maren Zint
	10:00 – 11:00	Dance Workout	Katja Pietka
	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
	19:45 – 21:15	Power Yoga	Isabella Werlich
Freitag	10:30 – 11:30	Sling Training	Katja Pietka
	17:00 – 18:00	Complete Body Workout	Antje Mühlenberg
Samstag	12:00 – 13:00	Weekend Workout	

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)

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

Trainingszeiten

Bogensport **Abt.-L. Gerd Weber** **Bogensportanlage**

Samstag	14:00 – 17:00	Gerd Weber
Sonntag	15:00 – 18:30	Gerd Weber

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

Freizeitgruppe **Abt.-L. Ralf Kahnenbley** **Schulturnhalle Todtglüsingen**

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

Trainingszeiten

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
	17:15 – 18:15	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
	17:00 – 21:00	Hooper	Antje Auer
Dienstag	17:30 – 21:00	Agility	Antje Auer
Mittwoch	16:30 – 21:30	Agility	I. Strutz / B. Hidde / M. Dux
Donnerstag	09:00 – 11:00	Agility	Lars Kramer / Maren Dux
	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	17:30 – 18:30	Welpenprägung	Iris Herrndorff
Mittwoch	09:00 – 11:00	Welpenprägung	Anja DRC
	15:00 – 18:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
	18:00 – 19:00	Obedience	Brigitte Hidde
Freitag	09:00 – 11:00	Obedience	Sandra Czyschke
	18:00 – 20:00	Longe	Kathrin Schröter
Samstag	10:00 – 11:00	Longe	Kathrin Schröter

Neuanmeldung nach Rücksprache mit der Abteilungsleitung unter ☎ 0160-90204552

Indoor Cycling Abt.-L. Heiner Hoops Fitnesshalle

Montag	19:30 – 20:30	Anne Meier
Dienstag	19:00 – 20:00	Gudrun Rielke
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

Trainingszeiten

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

Montag	17:15 – 18:15	Jazzdance Kids 8 – 12 Jahre	Ilka Bode
Dienstag	16:00 – 17:00	Jazz-Dance 14 – 17 Jahre	Ilka Bode
	17:00 – 18:00	Jazz-Dance 12 – 15 Jahre	Ilka Bode
	18:00 – 19:00	Line Dance	Ilka Bode
Mittwoch	17:00 – 17:45	Tanzanfänger 3 – 6 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 6 – 8 Jahre	Ilka Bode
	17:25 – 18:25	Line Dance	Ilka Bode
Samstag	11:00 – 12:30	Line Dance (Anfänger)	Uecker/Eisendrath

Judo Abt.-L. zzt. nicht besetzt Judohalle

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

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 Todtglüsingen

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 11 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 an der Fitnesshalle	Petra Garbers
Samstag	08:30 – 10:00	Start am Baggersee	D. Bednar/P. Garbers

Radsport **Abt.-L. Heiner Hoops**

Winterpause bis Anfang April 2018

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 Todtglüsingen**

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	

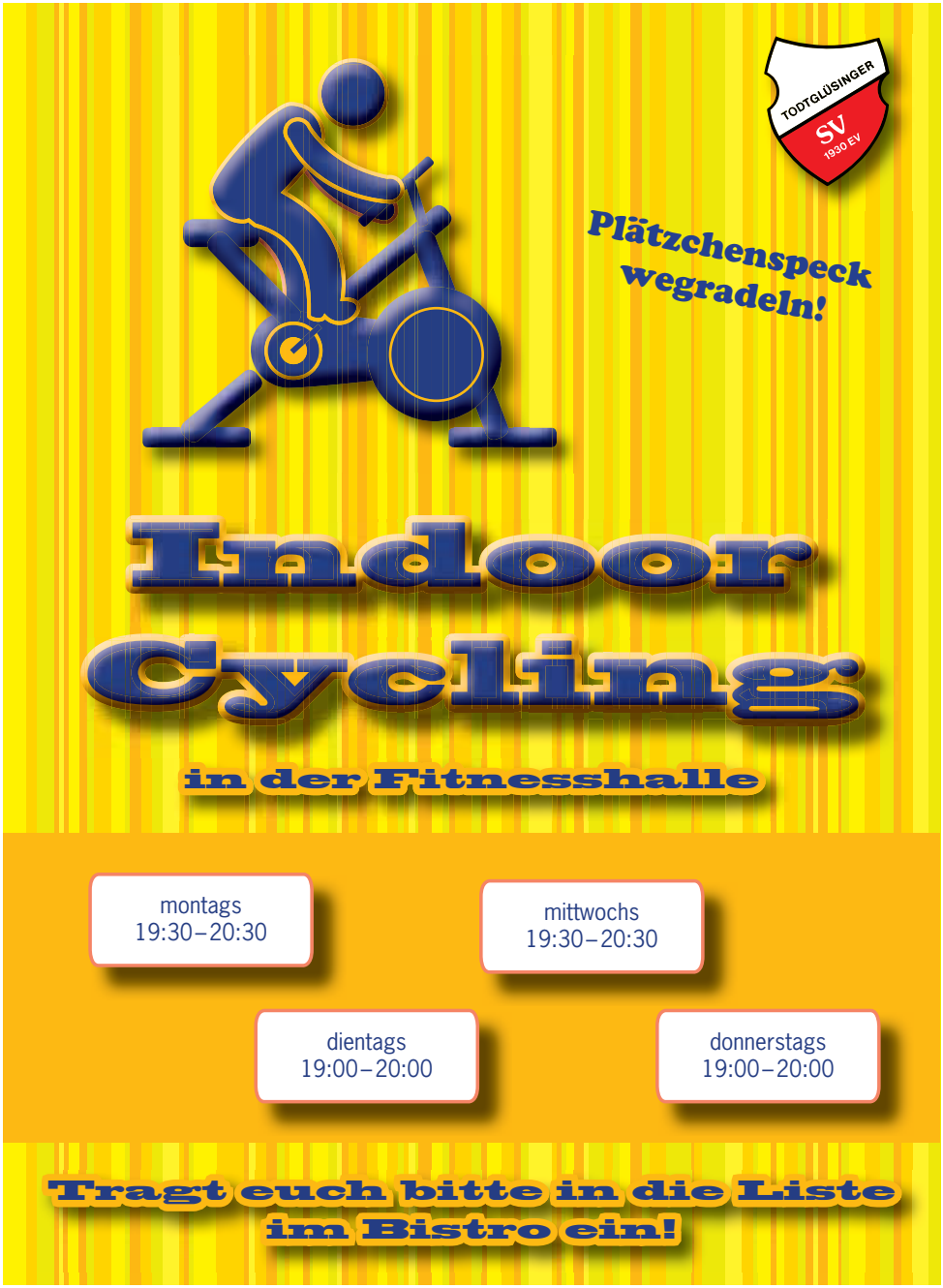
* = Punktspieltage in der Saison ** = alternativer Punktspieltag in der Saison

Trainingszeiten

Turnen/Gymnastik	Abt.-L. Ingrid Claußen	Schulturnhalle Todtglüsingen	
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. 50+ (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	11:00 – 12:00	Gymnastik Sen. 50+ (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
	20:00 – 21:30	Jedermannturnen	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	Elena Belghir
Mittwoch	17:55 – 18:55	Zumba®	großer Aerobicraum	Elena Belghir

Indoor Cycling



Skigymnastik

Neuer Kurs Neuer Kurs Neuer Kurs Neuer Kurs

Wir machen euch fit für die Piste und Loipe!

Skigymnastik

angelehnt an Übungen von Trainern
des Deutschen Skiverbandes

Wann: **1. Kurs ab Samstag, 12.01.2019, 17:00 Uhr**
2. Kurs ab Samstag, 16.02.2019, 17:00 Uhr
(jeweils 4 x 90 Minuten)
Der Folgekurs wird nur nach Bedarf eingerichtet!

Wo: **Todtglüsinger Sportverein**
Fitnesshalle Todtglüsingen,
Schulstraße 40,
kleiner Aerobicraum

Übungsleiterin: Claudia Fette

Informationen und Anmeldung:
Claudia Fette: 04182/293780 oder
TSV Geschäftsstelle: Tel. 04182/21172

Teilnahmegebühr: für einen Kurs (4 Einheiten) 20,00
(ist beim ersten Mal beim ÜL zu zahlen).

Sportkleidung, Hallenschuhe und Handtuch bitte mitbringen.

Der Vorstand

Zumba®

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

Hallo Ihr Lieben! Mein Name ist Elena und ich liebe ZUMBA®!!! Ich möchte euch das coolste Workout überhaupt vorstellen: Abtanzen zu toller Musik, mit großartigen Leuten und dabei noch eine Menge Kalorien verbrennen, ohne dass man es überhaupt merkt: Das ist ZUMBA®.
Hier steht nicht die Leistung, sondern der Spaß an erster Stelle. Durch die Musik, die einfach zu erlernenden Bewegungen und die damit verbundenen schnellen Fortschritte ist der Spaßfaktor besonders hoch.

Was ist Zumba®?

Zumba® ist ein Tanz-Fitness-Programm, das vom Kolumbianer Alberto Perez entwickelt wurde. Ein Zumba®-Kurs verbindet schnellere und langsamere Rhythmen und Bewegungsabläufe zu einem Aerobic- und Fitness-Workout, das die optimale Balance zwischen Ausdauertraining und körperformendem Muskelaufbau bietet. Die Tanzbewegungen und Schritte sind problemlos zu erlernen und zielen auf das Training spezifischer Körperregionen und Muskelgruppen ab, wie z. B. Po, Beine, Arme, Oberkörper, Bauchmuskeln und nicht zuletzt, unser wichtigster Muskel: Das HERZ.
Es ist ein bunter Bewegungsmix: Schritte lateinamerikanischer Tänze wie Salsa, Samba, Mambo und Merengue bilden die Basis. Elemente aus Aerobic, Hip-Hop, Bauchtanz und

Zumba®

Kampfsportarten machen daraus ein abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout.

Ist das was für mich?
Ja, wenn Du …

- … Training mit Spaßfaktor liebst. Denn beim kurzweiligen Tanzen zu Latino-Hits setzt der Körper Glücksbotenstoffe frei.
- … überflüssige Pfunde loswerden willst, weil man pro Stunde bis zu 1.000 Kalorien verbrennt.
- … fitter sein möchtest. Da es die Kondition steigert und die ideale Kombination aus Herz-Kreislauf-Training und Muskelkräftigung ist.
- … gestresst bist. Der Mix aus Sport und Party vertreibt die Alltagssorgen.

Muss man tanzen können um Zumba® zu besuchen?

Nein, man muss nicht tanzen können. Tänzer wie auch Nichttänzer können einem Zumba®-Workout sofort und einfach folgen.

Noch kurz über mich:
Mein Name ist Elena und ich wohne in Tostedt. Seit November 2016 bin ich ausgebildete Zumba® Instruktorin und ich liebe es Zumba®-Kurse zu geben. Von klein an habe ich getanzt: Zuerst Ballett, Volks-, Modern-, Latein- und orientalische Tänze und dann kam Zumba®!
Zumba® verbindet für mich alles, was

ich bisher in meinem Leben an Tanz und Bewegung erlebt, gespürt und erfahren habe – gemixt zu einem großartigen Cocktail an Freude, Emotionen, Energie und Glücksgefühlen – ein wahrer Traum! Ich liebe es zu tanzen und diese Liebe und das Lächeln, das ich durch diese Musik und die Bewegung bekomme, möchte ich an euch weitergeben!
Unsere Zumba®-Gruppen sind einfach großartig. Wunderbare Menschen, die ich kennenlernen durfte – entspannt und bestens gelaunt. Die gemeinsame Liebe zur Musik und Bewegung führt zu neuen Kontakten und Freundschaften. Zumba® ist für uns der ideale Ausgleich zur sitzenden Tätigkeit im Beruf, denn man bekommt den Kopf frei und tankt neue Lebensenergie.

Ihr könnt jederzeit einsteigen und mitmachen. Ich garantiere euch einen Riesenspaß! Kommt zu uns und ihr werdet es spüren. Wenn ihr noch Fragen habt, meldet euch in der Geschäftsstelle oder ruft mich an unter: 0159-04133392.

Herzliche Grüße, Elena :-*)

Na, das ging ja schon mal gut los ...

Umbauten haben an und für sich ja eigentlich etwas Gutes. Doch was uns nun ereilt hat, birgt so manche Einschränkung: Die Sporthalle ist weiterhin eine Baustelle. Es steht uns nur ein Umkleideraum zur Verfügung, die Fenster lassen sich nicht öffnen oder schließen und die defekten Leuchtmittel der Deckenlampen sind bisher nicht ersetzt worden. Wann der Zustand sich zum Positiven ändern wird, kann niemand sagen, aber man ist schon sowohl über Schule als auch Verein mit der Gemeinde in Kontakt.

Aber nun zum eigentlichen Thema, dem Sport: Vor den Erfolg hat das Leben auch das Training gesetzt. Zwischenzeitlich wurde natürlich trainiert, aber auch hier und da ein sogenanntes Race gespielt. So wurden im Juni drei Races vom TSV organisiert, die in der Sporthalle Otter ausgerichtet wurden. Auch im August, September und Oktober war man jeweils nochmal Ausrichter zweier Races, die die Saisonvorbereitung richtig ankurbeln sollten und einige TT-Asse des Landkreises nach Otter lockten. Doch man besuchte auch andere Vereine, wie z. B. den TV Vahrendorf, wo Louis, Przemek und Finn – die drei Race-Spieler des TSV schlechthin – an den Start gingen und folgende Bilanzen ablieferten: Finn 5:1, Przemek 4:2 und Louis 2:4.
So waren also schon einige aus der ersten Mannschaft voll im Wettkampfmodus und bereit für die …

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.

Tischtennis

Serie 2018/2019

Im ersten Spiel musste die **erste Mannschaft** wiederum nach Vahrendorf. Doch trotz Bestbesetzung kam man gegen die Gastgeber nicht über ein Unentschieden hinaus; am Ende hieß es 8:8. Auf dem Dachboden von Dohrens Spielstätte konnte gar nur ein Spiel gewonnen werden. Trotzdem saß man wie schon so oft anschließend gemütlich beisammen und bilanzierte nicht nur das Spiel. Nun steht man nach zwei Spielen im unteren Mittelfeld der Tabelle und versucht in den nächsten Liga-Spielen wieder Boden gut zu machen.

1. Mannschaft

Die **zweite Mannschaft** startete erst Ende Oktober in die laufende Saison. Zum Saison-Auftakt gab es leider eine 3:9 Niederlage gegen den Mitaufstiegskandidaten Scharmbeck. Als Aufsteiger in die Kreisliga Ost wird man alles daran-

KANZLEI
UNTER DEN LINDEN
• Richtig für Ihr Recht •

Michael Oehlrich • Rechtsanwalt und Notar
Peter Oehlrich • Rechtsanwalt und Notar
Eva Janssen • Rechtsanwältin

Unter den Linden 15 • 21255 Tostedt
Tel. 04182 - 29 49 0 • info@kanzlei-linden.de • kanzlei-linden.de

setzen, in den folgenden Partien wichtige Punkte gegen den Abstieg zu sammeln und sich so möglichst früh im Verlauf der Saison im Mittelfeld der Tabelle einzuordnen und festzusetzen. Der Klassenerhalt wäre bei den insgesamt sehr stark aufgestellten Mannschaften der Kreisligen ein großer Erfolg für unsere zweite Mannschaft!

Die **dritte Mannschaft** des TSV wird ebenfalls eine schwere Saison in der 1. KK vor sich haben. Allerdings gelang ein überraschend guter Start in die Spielzeit mit je einem Sieg, einem Unentschieden und einer Niederlage und so rangiert man nach drei Spielen im gesicherten Tabellenmittelfeld, was durchaus als Erfolg verbucht werden kann.

Unsere **Vierte** hat den Saisonstart leider etwas „verschlafen“ und ist nicht so erfolgreich, auch aufgrund von Personalsorgen, gestartet. Mit der Verpflichtung eines neuen ehemaligen Spielers für die Truppe ist hier aber Besserung in Sicht und man kann in den folgenden Partien deutliche Leistungssteigerungen erwarten.

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
Profi im Handwerk
www.team-matthies.de

Pokalwettbewerb/Kreismeisterschaften

In der **Pokalrunde** ging es für die zweite Mannschaft gegen die Freunde von Moisburg 2. Das Spiel ging am Ende knapp mit 9:6 an Moisburg, wo nun die erste Mannschaft gewarnt und motiviert die Gäste erwartete. Mit 9:1 konnte der TSV das Spiel diesmal deutlich für sich entscheiden und somit in die nächste Runde einziehen. Auch die vierte Mannschaft trat gegen die Vertretung aus Moisburg an und verlor nur denkbar knapp mit 6:7 im Entscheidungsdoppel. Unsere Dritte musste auswärts in Eyendorf antreten und lieferte bei den favorisierten Gastgebern tolle Spiele ab, auch wenn es am Ende nicht ganz zum großen Wurf reichte und man mit einer knappen 9:6 Niederlage den Heimweg antreten musste.
Somit haben wir, trotz insgesamt sehr guter Pokalauftritte unserer Teams, leider nur noch

die erste Mannschaft im diesjährigen Pokalwettbewerb vertreten. Diese hofft nun im Achtelfinale, welches Mitte Dezember ausgetragen wird, auf ein Heimspiel – ein bisschen Losglück kann ja bekanntlich auch nie schaden …

Bei den **Kreismeisterschaften** der Erwachsenen waren mit Martina, Stephan, Finn, Louis, Sven und Przemek einige heiße Eisen im Feuer. Sieger der Herren C wurde Louis, der in der Gruppenphase alle Gegner bezwingen konnte. Im Hauptfeld ging es dann im KO-System über Siege gegen Marco Wernstedt und Carsten Stock ins Finale gegen Frank Parlitz. Dort konnte sich Louis, der durchweg ein sehr konzentriertes und hochklassiges Turnier spielte, mit 3:0 durchsetzen und somit den ersten Titel seiner Karriere feiern und parallel den „Medaillenregen“ der TSV-Starter bei den diesjährigen KM fortsetzen.

Zum ersten „Titel“ in seiner Spielerkarriere unsere herzlichste Gratulation!

Tags zuvor standen bereits die Mixed-Paarungen auf dem Programm. Hier starteten unsere Akteure teilweise mit auswärtigen Kollegen; so bestritt Stephan an der Seite von Tanja Donner (Ashausen) seine Partien, Finn bildete mit der

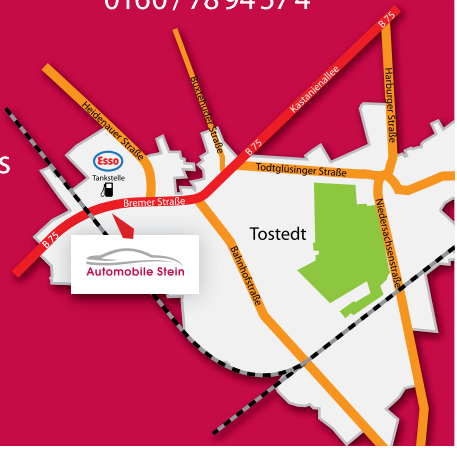
Automobile Stein
freundlich und fair.

- 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



Tischtennis

Herren B – Sieger Finn Tiedemann

Herren B – 3. Platz – Przemek Zielinski

Herren C – 1. Platz – Jan Louis Gerth

Fleestedterin Susanne Frobel-Werner ein Duo und mit Przemek und Martina stellte man auch ein reines TSV-Duo. Alle Paare boten gutes Tischtennis und wurden mit Top-Platzierungen belohnt: 2.Platz an Martina/Przemek, je 3.Platz an Stephan/Tanja und Finn/Susanne. Zudem sicherten sich Tanja und Martina im Damen-Doppel einen hervorragenden zweiten Platz am Samstag.

Am Sonntag, dem letzten KM-Tag, setzte der TSV dann nochmal richtig einen oben drauf: In der Herren D Konkurrenz spielte sich Sven Schemel bis ins Finale vor und unterlag nur dem Top-Favoriten aus Pattensen im Endspiel. Mit einem zweiten Platz konnte Sven seine Superleistung an diesem Tag krönen. Parallel lief die Herren B Konkurrenz,

lebe leichter

ABNEHMKURS
Das 12-Wochenprogramm
Ihre Starttermine:
Mittwoch: 16.01.2019 um 9.30 h
Donnerstag: 17.01.2019 um 17.30 h
Todtglüsinger 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

Lebe leichter in Balance
Abnehmkurse • Fitness • Coaching

Herren D – 2. Platz – Sven Schemel

Mixed A – 2. Platz – Martina und Przemek

Mixed B – 3. Platz – Stephan und Tanja

wo sich Przemek und Finn viel vorgenommen hatten und auch im Doppel zusammen an den Start gingen. Während im Doppel im Halbfinale gegen ein Steinbecker Duo Schluss war und man sich mit Platz 3 begnügen musste, wurde im Einzel richtig nachgelegt. Insbesondere Przemek spielte sich in einen Rausch und warf mehrere Favoriten, insbesondere die Nummer „Eins“ der Setzliste, aus dem Wettbewerb und spielte sich bis ins Halbfinale vor. Dort trafen die beiden TSV-Akteure aufeinander und Finn setzte sich nicht nur in der Vorschlussrunde gegen seinen Vereinskameraden, sondern später auch im Finale gegen den Steinbecker Schlüter durch und sicherte sich und dem TSV somit den zweiten Kreismeistertitel an diesem grandiosen Tischtennis-Wochenende!

Nachwuchs

Unsere Jugend macht sich, und das Jugendtraining findet wie geplant freitags statt. Unser Nachwuchs wird derzeit von den drei erfahrenen Spielern Heinz, Martina und Jürgen trainiert, was sich auszahlt. Die beiden Mannschaften im Jugendbereich sind erfolgreich in die Spielserie gestartet und haben beide bereits mehrere Siege eingefahren …

Die Jungen-Mannschaft tritt in der Kreisliga in einer 9er-Staffel an. Derzeit rangiert sie auf einem Mittelfeldplatz, aber da sich die Halbserie noch bis in den Dezember erstreckt, ist noch viel Luft nach oben und man geht gut vorbereitet in die nächsten Begegnungen. Unsere Mädchen-Mannschaft startet dieses Jahr auch in der Kreisliga und hat einen guten Start erwischt. Momentan reiht man sich mit nur einer Niederlage aus vier Spielen auf dem 3. Tabellenplatz ein und hat noch die Möglichkeit aus eigener Kraft auf den zweiten Tabellenplatz vorzurücken.

(eB)

Gedächtnistraining

Fitness für den Kopf!

Wie die Muskeln des Körpers, sollten auch die grauen Zellen trainiert werden. Beim Körper hat jeder Muskel seine spezielle Funktion, auch im Gehirn gibt es verschiedene Regionen für bestimmte Denkaufgaben. Dazu gehören z. B.

– **Denkflexibilität**: statt Denkstarre mal um die Ecke denken
– **Merkfähigkeit**: Behalten und auch wieder abrufen von Gedanken, Ideen
– **Logisches Denken**: kann jeder üben und lernen

Mit gezieltem Training und Übungsprogrammen können alle Bereiche des Gehirns trainiert werden. Im ersten Quartal 2019 sind folgende **Workshops** geplant: jeweils freitags von 16:00 bis 17:30 Uhr im Tanzsaal des TSV, Teilnahmekosten € 10,00.

1. 22. Februar 2019 **Volle Konzentration voraus!** 90 Minuten praktische Übungen und ein bisschen Theorie rund um das Thema Konzentration.
2. 29. März 2019 **Denkste!** Training für Flexibilität im Denken, mal

um die Ecke denken und eingefahrene Strukturen verlassen.

Information und Anmeldung:
Geschäftsstelle TSV 04182-21172
Christiane Beier 04186-891608, christiane.beier@ewetel.net

KLEESCH

W. KLEESCH Seit 1884

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

Verstorben

Klaus J. Stute

geboren am 5. Oktober 1937

verstorben am
11. Juli 2018

Fitness

René Schön

geboren am 29. Dezember 1947

verstorben am
28. August 2018

Fitness

Horst Brehm

geboren am 11. Januar 1953

verstorben am
12. September 2018

Fitness

Marita Rempf

geboren am 13. Februar 1956

verstorben am
12. September 2018

Baggersee

Irene Hoops

geboren am 26. April 1939

verstorben am
20. September 2018

Turnen

Dank den Sponsoren

Der Todtglüsinger 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

Heizoel **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 Pflegeheim

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 Versemann 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

Walter Alpers – Judo	04282/3726
Dagmar Bednar Nordic Walking	04180/216
Christiane & Jens Beier Tanzen	04186/891608
Anke von Berg Judo / Ju-Jutsu	5300
Ilka Bode – Jazz-Dance	287955
Sven Brokmöller Ju-Jutsu	04183/975267
Dirk Claußen – Fußball	04181/35969
Ingrid Claußen – Turnen / Kanu	293167
Sandra Czyschke Hundesport	0160/90204552
Maren Dux – Laufen	8128
Claudia Fette – Turnen	293780
Antonia & Rüdiger Firsching Karate	22624
Petra Garbers – Nordic Walking	6535
Jan Gutowski Kickboxen	0176/57860699
Klaus Haske – Angeln	293231
Brigitte Hidde Hundesport	04188/7665
Maike Hiller Aerobic / Kids in Action	707290
Silke Holtzhauer – Turnen	3067

Abteilungs- und Übungsleiter

Heiner Hoops Radsport / Indoor Cycling	0172/4173333
Ole Jacobs – Tischtennis	04265/2224027
Hans-Jürgen Kieper Fußball	0170/6812516
Detlef Koch – Tennis	292827
Steffi Kranz Fitness: Jugendgruppe (Anfänger)	0151/57743743
Konstantin Krivoscheev Boxen / Gorodki	0177/4343067
Corinna Kruse – Fußball	21759
Annegret Martens – Turnen	7200
Konrad Merta – Kraftsport	04165/221765
Axel Neese – Boxen	04187/50280224
Tatjana Oshana-John Sportkoordinatorin der Fitnesshalle	0175/7255141
Petra & Detlef Ott – Karate	8592
Christian Peuker Fitness: Jugendgruppe (Fortgeschrittene)	0174/9533995
Dieter Preuß – Sportabzeichen	7873
Renate Preuß – Kegeln	7873
Christoph Quante – Fußball	3084
Silke Rohnke – Badminton	21243
Katrin Runte – Bridge	04186/5324
Jan-C. Schmidt Kickboxen	04181/1374018
Kathrin Schröter Hundesport	0159/02199236
Sina Thies – Badminton	8068561
Finn Tiedemann – Tischtennis	21664
Natalja Totov – Turnen	0157/84669978
Heinrich Wahlen – Skat	7417
Gerd Weber – Bogensport	7381
Isabella Werlich – Power Yoga	291994
Andreas Zeuner – Angeln	0160/98534820
Jana Zündorf – Badminton	0170/2120903
Werner Zündorf – Kanu	289012

Termine Termine Termine

	Dezember 2018						
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
48						1	2
49	3	4	5	6	7	8	9
50	10	11	12	13	14	15	16
51	17	18	19	20	21	22	23
52	24	25	26	27	28	29	30
1	31						

Fr. 07.12.18 **Weihnachtsfeier der Mitglieder in der Fitnesshalle**
ab 9:00 Uhr
(Anmeldung erforderlich)

Sa. 12.01.19 **Skigymnastik**
Beginn 1. Kurs, 17:00 Uhr
Fitnesshalle
(Anmeldung erforderlich)

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

So. 13.01.19 **Neujahrsempfang**

Sa. 26.01.19 **SHV Nordheide WinterCup 2018/19**
Reithalle Tostedt

Sa. 16.02.19 **Skigymnastik**
Beginn 2. Kurs, 17:00 Uhr
Fitnesshalle
(Anmeldung erforderlich)

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

So. 17.02.19 **Winterwanderung**
Treffen 10:00 Uhr am Dojo

Sa. 23.02.19 **SHV Nordheide WinterCup 2018/19**
Reithalle Tostedt

Vorankündigungen

Jahreshauptversammlung
8. März 2018, 19:30 im Gasthaus Wiechern

Tanzgruppentreffen
30. März 2018, Turnhalle Poststraße

Impressum

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

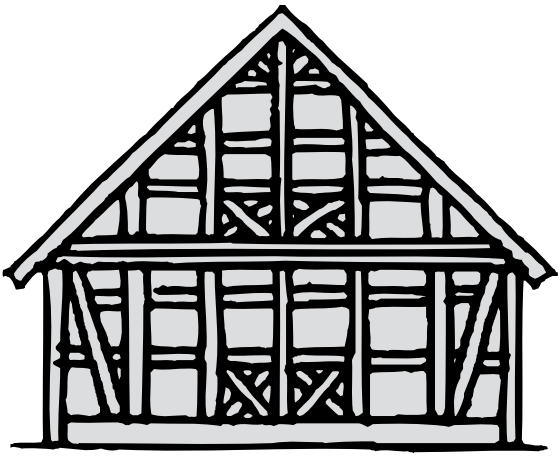
1. Vorsitzende: Renate Preuß
Timmhorstkamp 8, 21255 Todtglüsingen
Telefon 04182 / 7873

Auflage: ca. 1800
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.



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	Innenausbau	Dachgauben	Holzrahmenbau
Sanierungen	Carports	Gerüstbau	Fassaden