

T S V

VEREINSZEITUNG



Ausgabe Nr. 114 30. Jahrgang Frühling 2023

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3	Vorstand	31
News!	4	Trainingszeiten	32
Anbaden	7	Turnen	39
Badminton	8	Tennis	40
Bogensport	10	Tischtennis	42
Crowdfunding	11	Group Fitness	44
FSV	12	Inklusion	47
Tanzen.....	13	Turnen	48
Gedächtnistraining.....	14	Termine Termine Termine	49
Hobby-Horsing (Turnen)	16	Dank den Sponsoren	50
Fitness	20	Abteilungs- und Übungsleiter	52
Jazz-Dance	21	Verstorben	54
Sportabzeichen	22	Impressum	55
Yoga.....	24		
Jazz-Dance	26		
Skigymnastik	27	Titelbild: MännerYoga – immer dienstags 19:45 Uhr in der Fitnesshalle	
Beitragsliste	28		



WIR SIND IHRE URLAUBSPROFIS IN TOSTEDT

v.l.: Claudia Schäfer, Anja Pelian, Hilke Beisner,
Andrea Heiß und Maren Zander

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 / 30 61 · Fax 04182 / 22367
E-Mail: tostedt1@tui-reisebuero.de · www.tui-reisebuero.de/tostedt1

Vorwort

Liebe Sportsfreunde,

wer seine guten Vorsätze immer noch nicht umgesetzt hat, der sollte in den nächsten Tagen mit Sport starten. Wir von eurem Lieblingssportverein würden euch dabei nach Kräften unterstützen. Keine Idee, was man machen könnte? Dann aufmerksam das Heft durchsehen und einfach etwas ausprobieren.

Das Anbaden habt ihr verpasst, aber auf ➔ **S. 7** wird es euch für nächstes Jahr schmackhaft gemacht.

Beim Group Fitness Day haben viele Sportler unsere Angebote ausprobiert, wie ihr auf ➔ **S. 44** lesen könnt. Natürlich kann man die Kurse auch jederzeit testen.

Auch beim Yoga Tag im Februar gab es viele Yogaarten zum Anfassen, doch mit Yoga kann man jederzeit starten. Einen kleinen Ausschnitt unseres Angebotes präsentieren wir auf ➔ **S. 24**.

Wer lieber individuelle Trainingszeiten bevorzugt, der ist beim Fitness genau richtig, wie ihr auf ➔ **S. 20** lesen könnt. Mit Sauna, Solarium, Massageliege und Kinderbetreuung bleiben keine Wünsche offen.

Natürlich runden wir unsere Zeitung mit allen Infos rund um den Verein ab. Wer sich zusätzlich digital informieren möchte, findet alles Interessante bei Instagram, Facebook und auf unserer Homepage.

Eure Redaktion



News!

Moin, Moin, liebe Sportler/innen...

...oder die die es werden wollen. Starte jetzt sportlich durch und werde Mitglied beim TSV!

Der Todtglüsender Sportverein nimmt am Programm des DOSB „ReStart – Sport bewegt Deutschland“ teil. Neue Mitgliedschaften werden mit 40 € über dieses Programm gefördert. Auf der Homepage des DOSB unter <https://www.sportnurbesser.de/> kann man sich den Wertscheck herunterladen. Der Sportvereinscheck kann sowohl digital



als auch ausgedruckt bei uns eingereicht werden. Bitte halte die vierwöchige Frist zum Einlösen des Sportvereinschecks zwingend ein. Das exakte Datum findest du auf deinem individuellen Sportvereinscheck. Die Erstat-

tung der 40 € erfolgt durch den Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) an deinen ausgewählten Verein und wird als Beitrag an deine Neumitgliedschaft angerechnet. Es stehen 150.000 Wertschecks zur Verfügung, danach endet

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

News!

die Aktion. Also, warum noch lange überlegen?

Schluss mit der Theorie, kommen wir zum Sportbetrieb: Die **Kegler** haben sich gefreut, dass endlich wieder **Kreismeisterschaften** ausgetragen wurden. Zwei **Kreismeister** kommen jetzt aus Todtglüsing. Bei den Damen schaffte es Christina Rahn, bei den Herren C unser Heiner Bührke. Beide haben damit die Berechtigung, bei den Bezirksmeisterschaften in Lüneburg zu starten. Wir wünschen viel Erfolg!

Die **Kickboxer** des



Peter Bostelmann (li.) und Andreas Teubner



Ira Ibrahim nach ihrem Sieg in der Fight Night

TSV werden z. B. von Ira Ibrahim ganz stark vertreten. Ira ist 2022 **Deutsche-Vize-Meisterin** und **Vize-Europa-Meisterin** im Kickboxen geworden. Angetreten ist sie in unterschiedlichen Verbänden.

Der TSV versucht mit allen Mitteln wieder zur vollen Stärke anzuwachsen. Wir freuen uns über jede Spende, die dem Verein zukommt. Sei es zu Weihnachten die Tannenbäume, sei es in Form von Pflanzen für den Hang am Baggersee; ein neues Liegefahrrad ist in der Fitnesshalle durch Spenden generiert worden, der Inklusionssport ist mit 3000 € gefördert worden, im Krafraum des Dojo stehen 3 neue Geräte die durch Spendeneinnah-



Gespendete Heide

Sauna im „Haus am See“

Entspann dich nach dem Training im „Haus am See“ in der **Finnsauna** oder **Hydro-Soft-Sauna**.

Nutzung für alle Mitglieder der Sparten aus der Fitnesshalle und des „Haus am See“ inklusive oder über Erwerb einer 10er-Karte



News!



men angeschafft werden konnten und zu guter Letzt haben wir noch einen neuen Vereinsbus von der Volksbank gewonnen. Vieles davon wäre aus eigener Kraft gar nicht möglich gewesen. Wir danken allen Spendern, macht weiter so! Frei nach dem Motto: Es wird der kleine Finger gereicht und wir nehmen die ganze Hand. Der TSV

könnte noch professionelle Hilfe gebrauchen von Mitgliedern, die sich ehrenamtlich betätigen möchten im Bereich Fotografie. Meldet euch in der Geschäftsstelle, Tel. 04182 – 21172.

In der **Fitnesshalle** wird jetzt einer von 3 Fernsehern für Eigenwerbung genutzt, d. h. wir präsentieren unseren Verein mit Kurzvideos, Infos und

Ankündigungen. Wer uns auf unserer Homepage besucht, wird feststellen, dass diese wesentlich moderner gestaltet worden ist. Helft alle mit und macht auf den TSV aufmerksam, teilt uns auf Instagram, Facebook oder nutzt eure Kommunikation mit Nachbarn, Freunden und Verwandten. In allen Sparten nehmen wir noch neue Mitglieder auf. Auf geht's ... (eB)

**Nicht vergessen:
Bons abgeben**

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

weiss.

Anbaden

Der TSV startet frisch in das neue Jahr!

Seit 2018 steigen ver- einzelnd Mitglieder am 1.1. zum Anbaden in den Baggersee. Schöne Aktion! Warum nicht ein Event daraus machen?

Gesagt, getan ...

Durch Werbung unter den Mitgliedern haben wir mit ehrenamtlichen Helfern einen super Start in das neue Jahr hingelegt. Ca. 30 mutige Wasserratten und fast doppelt so viele Schaulustige hatten sich zum Countdown um 13 Uhr am Strand vom Baggersee eingefunden. Bei strahlendem Sonnenschein und 13 °C Lufttemperatur war man gespannt auf das kühle Nass. Die Wassertemperatur wurde gemessen mit 5 °C (gefühlte allerdings etwas kälter ☺). Die Stimmung war von vornherein super gut. Es wurde die Weihnachtsmütze noch einmal rausgekramt, der Zylinder und der Hut mit Spitzenschleier ausgeführt.

Nach dem kühlen Nass

und der heißen Dusche im Haus am See wurde noch nett geplauscht, bei Apfelpunsch und Keksspenden von Weihnachten. Ob mit oder ohne Verkleidung, es waren sich alle einig, dass wir das im nächsten Jahr

wiederholen! Es darf dann gerne ein größeres Event werden. (eB)



Schnell rein ...



... und schnell wieder raus!

Badminton

Badminton – eine der schnellsten Ballsportarten

Zudem ist es auch noch eine der ältesten Sportarten! Wusstet ihr, dass bereits die Inkas und Azteken einen mit Hühnerfedern gespickten Holzball mit abgeflachten Hölzern hin und her spielten? Später in Europa zur Zeit des Barock entwickelte sich ein unter den Namen Battledore und Shuttlecock oder Jeu de Volant bekanntes Federballspiel zu einer der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen des höfischen Adels. Ziel bei dieser Variante des Federballspiels war es, dass zwei Spieler sich mit einfachen Schlägern einen Federball so oft wie möglich zuspielden, ohne dass dieser den Boden berührt. Ein urkundlich erwähnter Rekord aus dem Jahre 1830 beläuft sich auf 2117 Schläge für einen Ballwechsel zwischen Mitgliedern der Somerset-Fa-



Das Trainer-Team Silke, Juri und Sina wartet auf euch!

milie. Das heutige Spiel verdankt seinen Namen einem englischen Landsitz des Duke of Beaufort: Badminton House. Hier wurde 1872 das von dem britischen Kolonialoffizier aus Indien mitgebrachte und als „Poona“ bezeichnete Spiel vorgestellt. 1893 wurde in England dann bereits der erste Badmintonverband gegründet und 1899 fanden bereits die ersten All England Championships statt, die heutzutage unter den Badmintonanhängern den gleichen Stellenwert haben wie das Turnier von Wimbledon für die Tennisfreunde. Eigentlich kommt Badminton somit aus Indien oder doch aus Südamerika? Ganz egal, es macht auch heute noch sehr viel Spaß! Probiere es doch einfach einmal aus!

Was du alles brauchst als richtige/r Badmintonspieler oder -spielerin?

- 1. Teamgeist:** Auch wenn du oft im Einzel alleine auf dem Feld spielst, trittst du bei Punktspielen und einigen Turnieren mit einer Mannschaft an. Und im Doppel oder Mixed musst du dich auf deine/n PartnerIn einstellen, ansonsten hast du schon so gut wie verloren!
- 2. Durchhaltevermögen und Ehrgeiz:** Wie oft haben wir noch Spiele gewonnen, bei denen es bereits 8:18 stand? Manchmal muss man sich einfach durchbeißen und an sich glauben. Ein Punkt ist erst verloren, wenn der Ball auf dem Boden gelandet ist!

Badminton

3. **Fairness:** Im Spiel und gegenüber deinen Teamkollegen ein absolutes Muss!
4. **Höflichkeit** – wird bei uns ganz groß geschrieben und Mobbing hat keine Chance!
5. **Kondition:** Ist wirklich sehr hilfreich und kannst du bei dieser Sportart auf jeden Fall bekommen, auch wenn du diese noch nicht gleich mitbringst.
6. **Beweglichkeit und Sportlichkeit:** Solltest du mitbringen, aber das heißt nicht, dass du Spitzensportler sein musst! Aber wenn du schon einmal im Garten Federball gespielt hast mit Freunden oder Eltern und vielleicht auch noch einen anderen Sport betreibst, wird es dir viel leichter fallen, Badminton zu erlernen.
7. **Hallensportschuhe mit heller Sohle:** Sind bei dieser Sportart Pflicht! Außerdem benötigst du bequemes Sportzeug, im Winter auch lange Sachen zum Drüberziehen, denn es kann ganz schön kalt werden in der Sporthalle!



Wir sind der Meinung ... Badminton ist spitze!!!

8. **Schläger und Bälle:** Haben wir für dich. Kauf dir erst einen eigenen Schläger, wenn du dir ganz sicher bist, welchen Schläger du haben möchtest und wo deine Stärken liegen.

Wenn dich unsere kleine „Check-Liste“ nicht abschreckt, sondern erst recht motiviert, dann schau doch gerne einmal bei uns zum Training in der Sporthalle Poststraße vorbei.

Montags 18:30–20:00 Uhr: Jugendliche von 8–18 Jahren

Mittwochs 20:00–22:00 Uhr: Erwachsene

Wir freuen uns auf dich!

(eB)

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

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

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

Bogensport

Das Jahr 2022 endete für die Todtglüsinger Bogenschützen sehr erfolgreich. An der Kreismeisterschaft am 10. und 11. Dezember 2022 nahm der Todtglüsinger SV mit sieben Sportlern teil. Davon konnten wir vier erste Plätze und einen zweiten Platz abräumen. Außerdem haben Steffan und Petra ihren „Fachschießsportleiter“ erfolgreich absolviert. Herzlichen Glückwunsch! Für Volker gab es endlich die Möglichkeit, einen Trainer C Kurs zu beginnen.

Ins Jahr 2023 starteten die Bogenschützen mit der Kreisliga in Welle



und konnten am 3. Wettkampftag zwei Plätze nach oben rutschen und den Titelverteidiger Kakenstorf mit 6:0 schlagen.

Am 11. Februar folgt der vierte und somit letzte Wettkampftag in der Sporthalle Welle.

Am 29. Januar folgt auf

die Kreismeisterschaft die Landesmeisterschaft in Winsen.

Für den Sommer plant die Bogensportabteilung einige interne Turniere sowie einen Tag der offenen Tür am Baggersee. Weitere Infos dazu werden noch über den TSV bekanntgegeben. (eB)



- Gehöranalyse
- Hörgeräte
- Hörtraining
- Tinnitus therapie
- AVWS-Therapie
- Gehörschutz

Bahnhofstraße 33 • 21255 Tostedt

☎ (04182) 959 99 05 • www.hoerwelten.com

Crowdfunding

Nach unserer erfolgreichen Crowdfunding-Aktion für die Fitnesshalle, mit der wir durch eure Spenden ein Liegefahrrad beschaffen konnten, machen wir gleich weiter:

Die Bogensportabteilung benötigt neues Equipment.

Es fehlen 4 Schießscheiben, 30 Pfeile und 50 Auflagen für die Schießscheiben.

SPENDE FÜR DIE BOGENSPORTABTEILUNG DES TSV!

Bezahlen per GiroCode

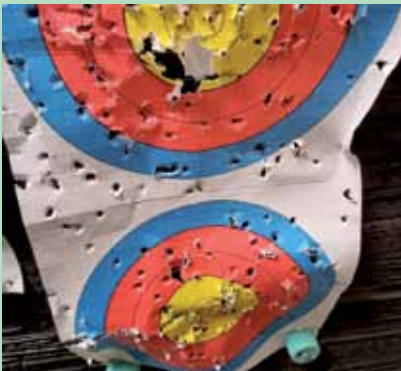


Kontoinhaber: VR Payment für Viele schaffen mehr
IBAN: DE33 6606 0000 0000 1377 49
BIC: GENODE6KXXX
Verwendungszweck: P21101 - Equipment für die Bogensportler

Du hilfst dabei, den Bogenschützen in der kommenden Saison einen ordentlichen Spielbetrieb zu ermöglichen und kannst deine Spende von der Steuer absetzen!

Das Tolle ist: Die „Volksbank Lüneburger Heide eG“ spendet 20 % der Projektsumme als Startkapital UND legt ab einer Spende von 10 € noch einmal zusätzlich 10 € obendrauf!

Weitere Informationen unter <https://www.viele-schaffen-mehr.de/projekte/equipment-fuer-die-bogensportler> und auf den Flyern, die bei den Bogensportlern, in der Geschäftsstelle, im Haus am See und in der Fitnesshalle ausliegen.



Hier bist du mittendrin, anstatt nur dabei – Die FSV Tostedt Damen

Wir suchen ständig tolle Frauen, die unser noch recht frisch gegründetes Team ergänzen. Uns ist ganz egal, ob du bereits Erfahrung im Fußballbereich hast, lange nicht gespielt hast oder dich neu für diesen wunderbaren Sport begeisterst.

Wir sind eine gemischte Gruppe von unerfahrenen und erfahrenen Spielerinnen aller Altersgruppen.

Wir bieten dir eine top Teamphilosophie, Entwicklung deines fußballerischen Potentials, Freunde fürs Leben, Spaß in der Freizeit – auf und neben dem Platz.



Wir haben Spielerinnen im Team, die bereits in der Niedersachsenauswahl oder bis zur Regionalliga gekickt haben; Trainerinnen & Trainer, die studierte Sport-/ bzw. Fitnessökonominnen sind, B-Lizenzen ihr Eigen nennen und Sporternährung praktizieren. Ebenso bieten wir dir eine hervorragende Erstausrüstung. Also, das Rundumsorglos-Paket!

Wen wir suchen? DICH!


- Spielerinnen, die Wert auf ein gutes Team legen & miteinander wachsen wollen.
- Eine weitere Torfrau,

die sich gerne auch mal dreckig macht, um dem Team den Sieg zu retten (wir haben einen tollen Torwarttrainer!).

- Einzige Voraussetzung: Ihr müsst mindestens 17 Jahre alt sein oder dieses Jahr 17 werden, also spätestens 2006 geboren sein.

Trainingszeiten:
mo + mi 19–20.30 Uhr

Du willst mit uns im Jahr 2023 durchstarten? Klasse! Wir freuen uns auf dich!

Nimm gerne kurz vorher Kontakt mit uns auf:
 fsvtostedtdamen@yahoo.com

Tanzen

**Tanzen ist Bewegung ...
und bewegen kann sich
jeder!**

Jeder von uns kennt das: Irgendwo ertönt Musik und unwillkürlich bewegen wir uns im Takt mit. Bewegt ihr euch auch gerne zur Musik? Dann kommt doch einfach vorbei! Ganz gleich, ob Anfänger oder mit Vorkenntnissen, einfach in netter Gesellschaft tanzen.

Wir tanzen, neben den Standard und **Latein-amerikanischen Tänzen**, auch **Discofox**, **Discochart** und andere **Freizeittänze**.



Montags von 20:00 bis 21:30 Uhr tanzen Paare mit Vorkenntnissen, dienstags von 19:30 bis 21:00 Uhr treffen sich Paare ohne/oder mit wenig Vorkenntnissen. Durch uns ausgefallene

Termine (Urlaub, Fortbildungen ...) holen wir donnerstags von 20:30 bis 22:00 Uhr nach.

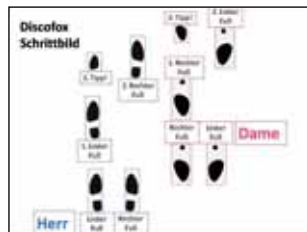
An (fast) jedem letzten Freitag im Monat können Tanzkreispaaire frei trainieren, das Erlernte ausprobieren und ggf. noch mal nachfragen. Sollten sich über einem Paar Gewitterwolken ausbreiten, würden wir beruhigend eingreifen.

Wer nur **Discofox** lernen möchte, kann sich an (fast) jedem letzten Freitag im Monat von 18:00 bis 19:00 Uhr im Tanzsaal des Todtglüsingener SV efinden.

Alle Termine unter Vorbehalt, da wir unse-

ren Urlaub noch nicht geplant haben:

24. März, 28. April,
26. Mai, 30. Juni.



Die Workshops finden ab einer Teilnehmerzahl von 4 Paaren statt. Der Teilnahmebeitrag beträgt € 15,00 pro Paar/Einheit. Anmeldung bis spätestens Mittwoch vor dem Termin in der Geschäftsstelle des TSV 04182 – 211 72 oder unter jcb.tanzen@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.: 041 82/5802 · Fax: 041 82/2 14 80
www.heidrich-bedachung.de

Gedächtnistraining

Fitness für den Kopf

Jeder von uns wünscht sich ein gutes Gedächtnis!

Am liebsten möchte man sich alles beim ersten Lesen oder Hören einprägen. Entscheidend ist, Neues mit bereits Erlerntem in irgendeiner Form in Verbindung oder in eine Ordnung zu bringen.

In den Workshops üben wir dieses, indem wir möglichst viele Anteile des Kopfes (des Gehirns!) aktivieren. Wir trainieren Merkfähigkeit, Konzentration, Wortfindung und Denkflexibilität in der Kombination mit Wahrnehmung, Kreativität und dem Strukturieren.

Dazu gesellen sich Übungen zum logischen Denken.

Auch für den Kopf ist **Training** alles:

Bilden Sie eine **Wortkette** – die **beiden letzten Buchstaben** des voran genannten Wortes sind die **ersten beiden Buchstaben** des nächsten Wortes. (z. B. Tapete – Terrain – Insel – ...)

Zahlenreihen – welche **Zahl** folgt?

2 – 4 – 6 – 8 – ?

(10; immer +2)

1 – 4 – 9 – 16 – ?

(25; $1^2 = 1$, $2^2 = 4$, $3^2 = 9$,
 $4^2 = 16$, $5^2 = 25$)

Farben und Formen – Was ist / was kann alles gelb und rund sein?

(Erdkugel, Sonne, einer der olympischen Ringe, Aromastech, Tennisball, Tipperlose, ...)

WIR HALTEN EUER AUTO FIT



MEYER
Ihr Autohaus. Seit 1893



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

Gedächtnistraining

Welche **Flaggen der Welt** mit folgenden Farben kennen Sie? Rot & weiß (viele) / blau & weiß (nicht ganz so viele) / grün & weiß (nur wenige):



des Todtglüinger SV (alle Termine unter Vorbehalt, da wir unseren Urlaub noch nicht geplant haben):

24. März, 28. April, 26. Mai, 30. Juni, 21. Juli, 25. August, 29. September, 27. Oktober, 24. November.

Die Workshops finden ab einer Teilnehmerzahl von 6 Personen statt. Der Teilnahmebeitrag beträgt € 10,00 pro Person/Einheit.

Anmeldung bis spätestens Mittwoch vor dem Termin in der Geschäftsstelle des TSV 04182 – 211 72 oder unter christiane.beier@ewe.net.


Die nächsten Workshops 2023, freitags von 16:00 bis 17:30 Uhr im Tanzsaal

Christiane Beier

WENN versichern, DANN persönlich!

Vertretung
Rüdiger Meier

Himmelsweg 21 21255 Tostedt
Tel. 04182 9595800
Fax 080012348051632
meier.tostedt@vgh.de

 Finanzgruppe

VGH 
fair versichert

Hobby-Horsing

Hobby-Horsing – eine vielfältige Sportart!

Nach nunmehr über einem Jahr Hobby-Horsing im Todtglüsender SV haben wir die Marke von 30 MitgliederInnen gesprengt! Allen, die an uns am Anfang noch gezweifelt und uns müde belächelt haben, haben wir es somit gezeigt: Hobby-Horsing ist eine etablierte und wirklich ernstzunehmende Sportart! Das Gute hierbei ist vor allem, dass es viele verschiedene Richtungen gibt, so dass für jedes Talent und Geschick etwas dabei ist. Beim **Zeitspringen** geht es vor allem um Geschwindigkeit und eine durchgängige Galoppade, beim **Stilspringen** kommt es auf die richtigen Bewegungen und Körperhaltungen beim Springen an, bei der **Dressur** müssen die Bahnenfiguren und Schrittarthen konzentriert und korrekt ausgeführt werden und hier ist auch Ausdauer gefragt. Und dann gibt es ja auch noch

Western Pleasure, Barrel-Race, Mächtigkeitspringen und natürlich auch **Polo, Vielseitigkeit, Mounted Games** usw. Es wird auf jeden Fall nie langweilig beim Hobby-Horsing und es gibt noch viel zu lernen für die Kinder und auch für uns als Trainer!

Ab und an bekommen wir dann die Gelegenheit, uns bei einem Turnier zu messen.

Am 5. November 2022 hatten wir diese Gelegenheit in Neustadt am Rübenberge. Frohgemut sind wir in aller Herrgottsfrühe um 6 Uhr morgens mit dem Vereinsbus gestartet, damit wir um 8:30 Uhr rechtzeitig zur Anmeldung da sein konnten. Bei Ankunft erschrakten wir sehr, denn es hatte



Das Turnier-Team am 5.11.22 in Neustadt a. Rbg.



Bei der Dressur müssen die Ecken ordentlich ausgeritten werden

über Nacht das erste Mal gefroren und das Turnier sollte tatsächlich draußen stattfinden, obwohl sich eine freie Sporthalle gleich nebenan befand! Der Verein war der Meinung, dass Hobby-Horsing eine Sportart für Draußen sei, aber diese Meinung teile ich absolut nicht! Aufgrund der Verletzungsgefahr bei unebenem und rutschigem Boden sollte der Sport unbedingt ab der kalten Jahreszeit in die Sporthalle verlegt werden! Geschockt, protestierend und frierend starteten wir mit der Dressur und dem Stilspringen. Nach der Durchführung von „Wes-

Hobby-Horsing



Hannah umreitet die Tonnen blitzschnell beim „Barrel Race“



Wenke, konzentriert, beim Stilspringen 60 cm



Zoe überfliegt die Hindernisse beim Zeitspringen

tern Pleasure“ ließ sich die Veranstalterin dann endlich, endlich überreden, die restlichen Disziplinen in der Sporthalle durchzuführen. Glücklicherweise zogen meine Mädels und ich in die Halle um, konnten endlich die Jacken ablegen, um beim Zeitspringen und „Barrel-Race“ zu starten!

Während „Barrel-Race“ als für uns neue Western-Disziplin schon recht gut lief, erfuhren wir, dass wir beim Zeitspringen doch noch etwas Trainingsbedarf hatten. Beim Zeitspringen kommt es nicht nur darauf an, so schnell wie möglich den Hindernis-Parcours zu überwinden. Eine

durchgängige Galoppade statt „Laufen“ muss klar zu erkennen sein. Bis zum Weihnachtsturnier verordneten wir unseren Mädels deshalb noch ein paar Spezial-Trainings-einheiten!!!

Auch wenn wir aufgrund der sehr guten und zahlreichen Konkurrenz nicht so



**FRISEURSALON
WORTMANN**

Bremer Str. 19

21255 Tostedt

Tel. 04182 80 689 60

Öffnungszeiten:

Mi – Fr 8:30 – 18:00

Sa 8:00 – 12:00

Hobby-Horsing

rasant erfolgreich waren, wie bei den beiden letzten Turnieren des Jahres, haben wir viel gelernt (und gefroren!), konnten aber dennoch einige Treppchen-Plätze erkämpfen, die ich einmal bis Platz 4 auflisten möchte:

Dressur L

3. Platz: Tara Jenderni mit 7,4 Punkten

4. Platz: Mia Kelsch mit 7,3 Punkten

Western-Pleasure O12

1. Platz: Marlene Schuboda mit 7,3 Punkten

Western-Pleasure U13

2. Platz: Mia Kelsch mit 6,83 Punkten

3. Platz: Tara Jenderni mit 6,57 Punkten

4. Platz: Norika Buck mit 6,53 Punkten

Barrel-Race O10

2. Platz: Tara Jenderni 9,84 Sekunden

3. Platz: Norika Buck 9,85 Sekunden

Barrel-Race U11

4. Platz: Hannah Lewitzki mit 10,74 Sekunden

Stilspringen 40 cm O10

4. Platz: Norika Buck mit 8,05 Punkten

Stilspringen 40 cm U11

3. Platz: Wenke Thies mit 7,3 Punkten

Stilspringen 60 cm

2. Platz: Wenke Thies mit 8,3 Punkten

Stilspringen 80 cm

4. Platz: Zoe Prüsmann mit 8,8 Punkten

Mädels, mir hat der Tag trotz aller Kälte und Strapazen mit euch sehr viel Spaß gemacht – inklusive aller Lachkrämpfe und McDonald's- und Toiletten-Pannen auf dem Rückweg!!! Ihr wart konzentriert und mit Durchhaltevermögen dabei und habt trotz der starken Konkurrenz doch einige Schleifen abgeräumt! Ihr könnt stolz auf euch sein!

Am 16. Dezember 2022 haben wir dann für alle aktiven Hobby-HorserInnen ein kleines, vereinsinternes **Weihnachtsturnier** durchgeführt. Es konnte gestartet

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

bei Entwicklungs- und
Verhaltensstörungen

* Psychomotorik

* Therapie bei

KISS-Syndrom

* Massagen – Fango

* Heißluft – Eis

* Schlingentisch

Hobby-Horsing



Marlene bei ihrer Dressurvorführung am Weihnachtsturnier



Unsere Zwillinge bei ihrer Weihnachtsaufführung

werden in den Disziplinen **Barrel-Race, Zeit- und Mächtigkeitsspringen**. Dabei haben wir die verschiedenen Altersgruppen von 5 – 14 Jahren berücksichtigt und es bekam jeder einen kleinen Preis und eine Schleife. Marlene, überhängt mit Weihnachtslametta und Lichterketten und Norika und Tara im Zwillings-Outfit führten den anderen ihre Weihnachts-Dressur-Küren vor, die eifrig beklatscht wurden. Annabell Harms vom MTV Hoopete unterstützte uns als versierte

Richterin mit moderner Zeitmess-Technik und einem geschulten Auge. Marlene und ich bedankten uns dafür, indem wir sie ebenfalls beim Hoopeter Weihnachtsturnier als Richterinnen unterstützen. Das war auch für uns beide eine erstmalige, herausfordernde und aufregende Erfahrung!

Bist du auch schon längst im Hobby-Horsing-Fieber oder möchtest es einfach einmal ausprobieren?

Dann komm am Freitag zum Sportplatz oder zur

Grundschulsporthalle in Todtglüsing. Nach den Herbstferien und bei schlechtem Wetter sind wir in der Sporthalle und nach den Osterferien bei trockenem Wetter draußen auf dem Sportplatz. Die Trainingszeiten für die 5- bis 8-Jährigen und für neue, unerfahrene „Hobby-Horse-Neulinge“ sind 15:30 bis 16:30 Uhr. Alle erfahrenen ReiterInnen ab 9 Jahren trainieren von 16:30 – 17:30 Uhr.

Wir freuen uns auf dich!
Sina und Marlene

Fitness

Fitness im TSV – Für alle Altersgruppen und unterschiedliche sportliche und gesundheitsorientierte Ziele!

Möchtest du Gewicht reduzieren, etwas gegen Rückenbeschwerden tun, dein Sixpack trainieren, dich einfach nur fit halten ...?

Dann buche dir gerne ein kostenloses Probetraining in der Fitnesshalle unter 04182 – 287789!

In unserer Fitnesshalle trainieren alle Altersgruppen von 14 bis „114“, Berufstätige genauso wie Jugendliche, Senioren und Kraftdreikämpfer. Unser Augenmerk liegt immer auf gesundheitsorientiertem, zielgerichtetem Training!

Egal, ob du gerade anfängst oder bereits erfahren bist im Training: Wir Traineeinnen und Trainer der Fitnesssparte beraten dich beim Probetraining zunächst in einem Gespräch, stellen dir deinen persönlichen Trainingsplan zusammen und begleiten dich dann beim Training. Zum Erreichen deiner individuellen Ziele unterstützen wir dich auch im

weiteren Verlauf mit Feedback beim Training, denn die persönliche Betreuung unserer Mitglieder ist uns wichtig!

Unser Gerätepark besteht aus **über 90 Kraftgeräten**, einem **Gerätezirkel**, einem **riesigen Freihantelbereich** mit Kurz- und Langhanteln, Powerracks, Multipressen und Kabelzügen sowie einem **Cardiobereich** mit zahlreichen Laufbändern, Rudergeräten, Crosstrainern, Steppern und Fahrrädern.

Für Jugendliche zwischen 14 und 16 Jahren bieten wir dienstags und freitags von 16:00–19:00 Uhr (nach tel. Absprache) eine **Jugendgruppe** an.

Montags, mittwochs und freitags von 16:30–18:00 Uhr trainieren unsere **Kraftdreikämpfer** für Wettkämpfe. Hier kannst du auch als motivierter Anfänger einsteigen. Schau doch gerne mal zu den Trainingszeiten vorbei!

Und das alles inklusive Sauna, Kinderbetreuung sowie kostenlosem WLAN in der gesamten Halle. (eB)



Jazz-Dance

Auch Weihnachten 2022 gab es keine große Aufführung. In weiser Voraussicht haben wir rechtzeitig abgesagt und nur in den jeweils letzten Trainingsstunden vor den Ferien ein „Elternzugucken“ veranstaltet. Der Krankenstand war extrem hoch (in einer Gruppe konnten nur 4 von 10 Tänzerinnen dabei sein) aber es hat trotzdem alles super geklappt und die Monster sahen toll aus.

Für 2023 ist auch schon die erste Auftritts-Anfrage gekommen. Die Mädchen sollen wieder an den Töster Kulturtagen teilnehmen. Das werden wir sehr gerne tun!

Wer zum **Schnuppern** in eine unserer Tanzgruppen kommen möchte, melde sich bitte unter Tel. 04182-287955 bei Tanzpädagogin Ilka Bode.



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

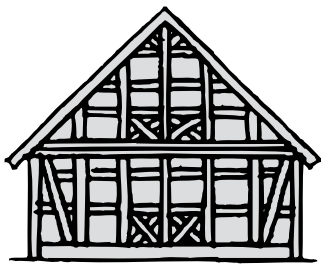
21255 Tostedt
Bahnhofstraße 42b

- 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



Sportabzeichen

Wenn die Skisaison sich dem Ende neigt, scharre ich mit den Hufen und brenne schon mit Freude für einen Neustart des **Sportabzeichentrainings**. Die Hallenzeit, mittwochs von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr, die ich vorher der Ski-gymnastik gewidmet habe, gehört nun wieder dem Training für den Hochsprung, den verschiedenen Übungen an der Reckstange, dem Turnen an den Ringen, dem Barren, dem Schwebelbalken und den Sprungkästen. Menschen



ZIMMEREI
THOMAS NOLL

Auf der Timmhorst 10
21255 Tostedt
Telefon: 0 41 82 - 28 12 - 0
Telefax: 0 41 82 - 28 12 - 28

Info@Zimmererei-Noll.de
www.Zimmererei-Noll.de

Dachstühle Sanierungen Innenausbau Carports Dachgauben Gerüstbau Holzrahmenbau Fassaden

aller Altersgruppen, mit und ohne Behinderung, finden sich, ob drinnen oder draußen zusammen, um gemeinsam zum Erfolg zu kommen.

Aus der Erfahrung des letzten Jahres werden Sabine und ich das Training ein bisschen anders gestalten. Wir planen Schwerpunkte an Trainingstagen zu setzen, um Zeit für den Auf- und Abbau der Geräte besser zu nutzen und um die Üben spezifischer auf die Anforderungen vorbereiten zu können. Auch das Wetter beziehen wir mehr mit ein. Trotz dieser Planung möchten wir natürlich die Bewegungs- und Probierfreude unserer Teilnehmer:innen nicht schmälern. Für Experimente sind wir immer offen.

Am 02. Januar hat bereits das Training in der Spiel-Dich-Fit-Gruppe begonnen. Manchen ist es nicht möglich, den Mittwoch dafür zu nutzen, sind sie doch selbst ehrenamtlich tätig oder müssen für Schule und Beruf lernen. Die Menschen mit Behinderung durften wieder versuchen, den Sandsackwurf mit möglichst hoher Treffsicherheit zu üben, Hindernisse zu überwinden oder einen Medizinball möglichst weit zu werfen. Das sind große Herausforderungen, die viel Zeit für Training beanspruchen. Immer wieder hapert es auch an der Umsetzung und Konzentration bei allen, aber um dort zu helfen sind Sabine und ich ja da. Mit viel Humor, Motivation und einer großen Portion Flexibilität in allen Trainingsbereichen

Sportabzeichen

versuchen wir aus jeder/m das Beste herauszukitzeln.

Wir freuen uns jederzeit über Neuzugänge; die Erfahrung hat uns gezeigt: die Eltern bringen ihre Kinder, versuchen das eine oder andere selbst einmal ... und siehe da, es wäre ja schon Bronze ... ups ... ob ich es wohl auch mal versuche ...?

Also nur Mut, wenn du mindestens 6 Jahre alt bist und schwimmen kannst, versuchs doch mal. Die älteste Teilnehmerin ist über 80 Jahre alt!

Neustart des Sportabzeichentrainings ist am **12.04.23**.

Bei trockenem Wetter gegen 16.00 Uhr auf dem Sportplatz, bei Regen um

18.00 Uhr in der Turnhalle der Grundschule in Todtglüsing.

Bitte vorab anmelden unter meiner Mobilfunknummer 0152 / 31 93 43 53.


Dann steht ein individueller Trainingsplan (alters- und behinderungsgerecht) bereits beim ersten Training zur Verfügung. (eB)



**Ganz nebenbei –
Kontoeröffnung online!**


VR Prime Konto
Wir machen den Weg frei.

Jetzt VR Prime Konto eröffnen



Alle Infos unter:
vblh.de/konto

**In 8 Min.
zum neuen
Konto!**



V Volksbank
Lüneburger Heide eG

Yoga

Hast du schon mal Yoga ausprobiert? Es gibt nicht nur EIN Yoga, sondern viele verschiedene Richtungen – manche sind eher meditativ, andere stärken die Muskulatur und fördern die Beweglichkeit. ALLE sind auf jeden Fall herausfordernd! Der TSV bietet eine bunte Palette der verschiedenen Yoga-Richtungen an; die meisten finden in der ansprechenden Umgebung des Hauses am See statt oder in der Fitnesshalle (dann mit Kinderbetreuung). Bestimmt ist auch für DICH die richtige Yoga-Art dabei!

Es folgen zwei Beschreibungen aus unserem vielfältigen Yoga-Angebot:

Einatmen, ausatmen, lächeln. Im **Männer Yoga** erleben wir ein kraftvolles und entspannendes Yoga. Es ist eine Kombination aus Bewegung und Halten, Dehnung und Loslassen. Eine tolle Truppe findet sich jeden Dienstag in der Fitnesshalle ein, um gemeinsam Fokussierung auf den eigenen Körper zu üben.



Und manchmal darfs beim Yoga auch gesellig sein!

Afternoon Yoga

Es gibt so viele wunderbare Yogarichtungen und ich genieße es, mich aus dieser Vielfalt zu bedienen. Mein yogisches Herz schlägt kundalinisch, daher sind Elemente aus diesem Stil immer vertreten. Jeden Dienstag setzen wir uns einen neuen Schwerpunkt, z. B die Mobilität der Wirbelsäule, das Nervensystem, Lunge und Atmung, Yoga mit Klangschale oder ein Chakra. Ich bin auch offen für Wünsche. Es ist ein Yoga für Jedermann, du benötigst keine Vorkenntnisse. (eB)

Die Goldschmiede
seit *Bohrnsen* 1780
in Tostedt

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

*Handgefertigte
Trauringkollektion*

Yoga

YOGA KURSPLAN

Für die Kurse ist eine Anmeldung im Buchungssystem auf unserer Homepage möglich: www.todtgluesinger-sv.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 – 10:30 Yoga auf dem Stuhl Tina V.	10:00 – 11:15 Postnatal Yoga mit Baby (Präventionskurse) Isabella	9:00 – 10:15 Hatha Yoga Fabian	9:00 – 10:15 Morning Yoga Tina H.	9:00 – 10:30 Kundalini Yoga Tina V.		11:00 – 12:15 Sunday Yoga Marie
	16:15 – 17:15 Kinder Yoga (Präventionskurse) Isabella			11:00 – 12:15 Lu Jong Yoga Mouni		
	16:30 – 17:45 Hatha Yoga (m. Kinderbetreuung) Fabian					
17:15 – 18:15 Kinder Yoga (Präventionskurse) Isabella	18:00 – 19:15 Medical Yoga Claudia	17:30 – 19:00 Kundalini Yoga Tina V.		16:00 – 17:00 Kind-Eltern Yoga Isabella	15:00 – 18:00 3-tägige Kurse Aerial Yoga Isabella und Marie	12:30 – 14:00 Yin Yoga Marie
18:30 – 19:45 Pränatal Yoga (Präventionskurse) Isabella		19:30 – 20:45 Hatha Yoga Andrea	19:00 – 19:45 Yoga meets Tabata Tina H.			
	19:30 – 20:45 Vinyasa Yoga Claudia			18:00 – 19:30 Ashtanga Yoga Marie		
20:00 – 21:15 Postnatal Yoga (Präventionskurse) Isabella		19:30 – 21:00 Aerial Yoga Isabella/Marie	20:00 – 21:15 Vinyasa Yoga Tina H.			
20:15 – 21:30 Lu Jong Yoga Mouni	19:45 – 21:00 Männer Yoga René					

Alle violett hinterlegten Kurse finden im „Haus am See“ statt; Am Baggersee 2, 21255 Tostedt/Todtglüsingern

Alle weiß hinterlegten Kurse finden in der Fitnesshalle statt; Schulstraße 40, 21255 Todtglüsingern

Jazz-Dance

Line Dance

Hier ein paar gute Gründe, warum es uns schon so lange gibt:

Astrid: „Wir fangen das Wochenende mit Spaß und Musik und vielen netten Leuten an.“

Anette: „Line Dance ist gut für Körper, Geist und Seele. Es ist ein toller Sport, den man jederzeit ausüben kann, auch im Alter, ohne den Körper zu stark zu belasten.“

Brigitte: „Line Dance fördert die Koordination zwischen Kopf und Füßen.“

Gaby: „Es ist ein geselliges Beisammensein.“

Heidrun: „Line Dance macht Spaß und ist vielfältig.“

Steffi: „Super zum Abschalten nach einem stressigen Tag.“

Alicja: „Super, da man auch ohne Partner tanzen kann.“

Andrea: „Ich höre ein Lied und fange in der Küche an zu tanzen.“

Angelika: „Line Dance macht den Kopf frei und man wird froh gestimmt.“

Susanne: „Besonders viel Spaß macht es in der Gruppe, die Anfänger/innen freundlich aufnimmt.“

Wir tanzen seit 12 Jahren in mittlerweile 3 Gruppen im Hinkenwarns Hus zu verschiedenen Musikrichtungen. Mal ist es Pop, mal Country oder auch Oldies. Da es unterschiedlich schwierige Tänze gibt, haben wir uns in Anfänger/innen und Fortgeschrittene aufgeteilt. Einige unserer Tänzerinnen finden sich jedoch in allen Gruppen wieder. Ja, leider nur Tänzerinnen, obwohl Line Dance doch ursprünglich von Cowboys getanzt wird ...

Wer jetzt (wieder) Lust hat das Tanzbein zu schwingen, kann ja mal vorbeischaun:
Di 18.00 und Do 17.25 Uhr bei Ilka oder Sa 10.00 Uhr bei Anja (Anfänger/innen)

Anja



Skigymnastik



Nachdem für den Dezember-Kurs sehr viele Anmeldungen vorlagen, haben leider der Grippevirus und Corona die Teilnehmerzahl gesenkt. Es waren trotzdem noch viele begeisterte Skisportler dabei. Ein Großteil von ihnen belegte gleich noch den

Januarkurs, wobei auch im neuen Jahr die Krankheitsausfälle hoch waren. Trotz allem hatten die anwesenden Teilnehmer:innen viel Spaß und haben die Vorbereitung auf den Skisport ganz besonders genossen. Ein Feedback war Folgendes: „Wir waren

konditionell wie auch sportspezifisch so gut vorbereitet, dass auch sportliche Skifahrer gestaunt haben. Kein Muskelkater und deutlich mehr Ausdauer! Das Verletzungsrisiko wird somit gemindert. Da freut sich die Trainee rin 😊. (eB)

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

Sparte	Abt.-Nr.	Jugendliche		Erwachsene	
		Spartenzuschlag	Beitrag*	Spartenzuschlag	Beitrag*
Angelsport	(***) 18	8,00 (bis 14 J.) 9,50 (15–18 J.)	9,50 11,50	9,50	14,00
Badminton	F 7	6,00	9,50	7,00	12,00
Baggersee	FB 20		3,50		5,00
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	28	12,50	18,50	17,50	24,50
Fitness + Group Fitness	(*)/F 28/19	21,00	27,00	26,00	33,00
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
Group Fitness	(*)/F 19	11,30	18,00	11,30	19,50
Hundesport	(****) 15	7,70	9,50	7,70	9,50
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	10,00	12,00	12,00	15,00
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
Outdoor Fitness	FOF	61		3,50		5,00
Radsport		22	4,90	6,70	6,70	8,50
Rehasport privat		38	18,00	30,00	18,00	30,00
Rehasport privat + Group Fitness		38/19	26,50	38,50	26,50	38,50
Rehasport privat + Fitness	(*)	38/28	26,50	38,50	26,50	38,50
Rehasport privat + Group Fitness + Fitness		38/19/28	35,00	47,00	35,00	47,00
Seniorentreff		49			3,00	5,00
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/Rehasport für Kinder			7,50			
Yoga		37	8,50	15,00	22,00	30,00
Yoga + Group Fitness		37/19	17,00	23,50	30,50	38,50
Yoga + Fitness	(*)/F	37/28	17,00	23,50	30,50	38,50
Yoga + Group Fitness + Fitness		37/19/28	25,50	32,00	39,00	47,00
Yoga + Rehasport privat		37/38	26,50	38,50	40,00	48,00

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.

Anmerkungen:

Instandhaltung Außenanlagen: 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 € ab 16 J. bzw. 40,00 € für Familien 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.

Ansprechpartner für Arbeitseinsätze: Jörn Schneider, Telefon 0160 / 1702796

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: 10,00 €

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

FOF: Familienkarte Outdoor Fitness ab 3 Personen (Eltern/Partner u./o. Kinder bis 18 J.), Kosten: 10,00 €

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 5,00 €

Beiträge für Eltern/Kind Turnen: Elternteil: 5,00 € Kind: 7,50 €

Beiträge für Kind-Eltern-Yoga: Elternteil: 7,00 € Kind: 15,00 €

Kursgebühren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Osteoporosegymnastik (12 Stunden)	22,00 €	56,00 €
Wirbelsäulengymnastik / Fit bis ins hohe Alter (12 Stunden)	22,00 €	56,00 €
Wirbelsäulengymnastik / Bewegen statt Schonen (10x 90 min.)	29,00 €	70,00 €
Qi Gong	22,00 €	56,00 €
Präventionskurs Yoga	120,00 €	120,00 €

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 30,00 €

(Aufnahmegebühr fällt auch bei bereits bestehender TSV-Mitgliedschaft an) Jugendliche ab 15 Jahre 50,00 €

Erwachsene 100,00 €

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

Christoph Quante Lohberger Straße 53 21255 Todtglüsingen 0157/74072328

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

Sozialwartin

Stefanie Grimm Rotkehlchenweg 25 21255 Tostedt 7393

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/Dojo

Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsingen

Fitnesshalle

Schulstraße 40, 21255 Todtglüsingen Telefon 041 82/28 77 89

Haus am See

Am Baggersee 2, 21255 Todtglüsingen Telefon: 041 82 / 291 75 12

Im Internet: www.todtgluesinger-sv.de Per E-Mail: 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

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

Trainingszeiten

Angelsport Abt.-L. Klaus Haske

Das Jugendangeln (8–18 Jahre) findet 14-tägig samstags von 10:00–16:00 Uhr statt.
Treffpunkt: Am Spring
Weitere Informationen und genauere Termine bei Brigitte Kühn (☎ 04187/900626)

Badminton Abt.-L. Silke Rohnke

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

Bogensport Ansprechpartner:in V. Maack / J. Labbow Schulturnhalle/Baggersee

Donnerstag	18:00–19:30	Fortgeschrittene
Samstag	14:00–17:00	Fortgeschrittene
Sonntag	15:00–17:00	Anfänger und Probetraining nach Voranmeldung
	17:00–18:30	Fortgeschrittene

Ab April findet das Training auf dem Bogensportplatz am Baggersee statt.

Boxen (ab 9 Jahren) Abt.-L. Ira Ibrahimy Aerobicraum (FH)

Montag	16:00–17:30	Boxen Kinder/Jugendliche	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 Ansprechpartnerin Rosel Zeuschner-Beyreiß Haus am See

Mittwoch	15:30–17:30	Bridge für Jedermann
----------	-------------	----------------------

Fitness Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Fitnesshalle

Montag	08:30–22:00	Training	Kinderbetreuung 8:30–11:30 Uhr
	16:30–19:00	Kraftdreikampf	Krystian Slosarek
Dienstag	08:30–12:00	Training	
	15:00–22:00	Training	Kinderbetreuung 15:00–18:00 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	Krystian Slosarek
Donnerstag	08:30–12:00	Training	Kinderbetreuung 8:30–11:30 Uhr
	15:00–22:00	Training	Kinderbetreuung 15:00–18:00 Uhr
Freitag	08:30–22:00	Training	
	16:00–17:30	Jugendgruppe 1 (nach Absprache)	
	17:30–19:00	Jugendgruppe 2 (nach Absprache)	
	16:30–19:00	Kraftdreikampf	Krystian Slosarek
Samstag	11:00–19:30	Training	Kinderbetreuung 11:00–14:30 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 Düvelshöpen

Informationen rund um Fußball und Trainingszeiten unter www.fussball-tostedt.de

Damen Obmann: Michelle Fuhrmann ☎ 0176/83165739

Herren Obmann: Philipp Böttcher ☎ 0160/5562792

Jugend Obmann: Stephan Grönwoltd ☎ 01523/1797995

Group Fitness Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Kursprogramm Fitnesshalle

Montag	10:00–11:00	Complete Body Workout	Ilka
	18:00–19:00	Fatburner / Step	Maike
	18:15–19:15	Sling Training	Peter
	18:30–19:30	Langhantel Workout	Kerstin/André
	19:30–20:30	Indoor Cycling	Anne
Mittwoch	18:00–19:00	M.A.X. [®] u. Bauch Pur	Natalia
	18:30–19:30	Langhantel Workout	Kerstin
	18:30–19:30	Pilates meets Balance	Mara
	19:00–20:00	HIIT THE BEAT [®]	Natalia
	19:30–20:30	Indoor Cycling	Simone
Donnerstag	08:45–09:45	Achtsamkeit	Maren
	09:00–10:00	BBPR	Tatjana
	10:00–11:00	Pilates	Maren
	18:00–19:00	Langhantel Workout	Kerstin
	19:00–19:45	Fatburner / Step	Steffi
	19:50–20:35	BBPR	Steffi
Freitag	18:00–19:00	Complete Body Workout	Antje
Samstag	12:00–13:00	Weekend Workout	Trainerteam

Group Fitness Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Kursprogramm Haus am See

Montag	17:45–18:45	Achtsamkeit	Maren
	18:45–19:45	BBPR	Natalia
	19:00–20:00	Pilates	Maren
	20:00–21:00	Functional Fitness	Natalia
Dienstag	10:00–11:00	Pilates	Tatjana
Mittwoch	18:15–19:15	Sling Training	Natalja
Donnerstag	18:30–20:00	KARDO FightFit	Natalia
	19:00–20:00	FASZIO [®] / Faszien Training	Ilka
	20:15–21:00	H.I.I.T. Training	Natalia
Freitag	16:00–17:00	Sling Training Einsteiger	Natalja

ACHTUNG: Weitere Informationen zu unserem Kursprogramm und der Kinderbetreuung findet ihr auf unserer Homepage.

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. Lars Kramer

Trainingsplatz Baggersee

Montag	15:00–19:00	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
	16:00–17:30	Agility Anfänger	Heike Martensen
	17:30–19:00	Agility Fortschritt	Heike Martensen
Dienstag	17:30–19:00	Agility Fortschritt I	Antje Auer
	19:00–21:00	Agility Fortschritt II	Antje Auer
Mittwoch	15:30–16:30	Agility Anfänger I	Ilse Strutz
	16:30–18:00	Agility Fortschritt	Ilse Strutz
	17:30–19:00	Obedience	Brigitte Hidde
	18:00–19:00	Begleithunde	Ilse Strutz
	18:00–19:30	Agility Turnier I	Lars Kramer
Donnerstag	19:30–22:00	Agility Turnier II	Lars Kramer
	08:30–10:00	Agility I	Maren Dux / Iris Herrndorff
	10:00–11:30	Agility II	Maren Dux / Iris Herrndorff
	15:30–19:00	Agility	Maria Frese
Freitag	18:30–19:30	Trick-Dog	Maria Frese (14tg)
	15:00–19:00	Hoopers	Antje Auer / Cornelia Marquardt

Wasserarbeit am Baggersee

Sonntag	10:00–16:00	Wasserarbeit	Inke Valentin (☎ 0171-2122081)
---------	-------------	--------------	--------------------------------

Trainingsplatz Harburger Str.

Montag	09:00–10:00	Welpenprägung	Sandra Czyschke
	10:00–11:00	Junghunde	Sandra Czyschke
	15:00–17:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
	15:00–19:00	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
Mittwoch	08:30–09:30	Junghunde	Sandra Czyschke
	16:00–17:30	Grundgehorsam	Ilse Strutz
	17:30–19:00	Begleithunde	Ilse Strutz
Freitag	16:30–17:30	Longe	Kathrin Schröter
Samstag	09:30–10:30	Longe	Kathrin Schröter

Friedrich-Wiechern-Platz

Mittwoch	16:00–19:00	Obedience	Brigitte Hidde
Freitag	09:00–11:00	Obedience	Sandra Czyschke

Dummy-Training am Di, Mi, Do bei Brigitte Hidde nach Absprache.

Neuanmeldung nach Rücksprache mit der Abteilungsleitung unter ☎ 0162-2052386

Trainingszeiten

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

Montag	16:15–17:00	Kreativer Kindertanz Anfänger 4–5 Jahre	Ilka
	17:15–18:15	Jazz-Dance 11–14 Jahre	Ilka
Dienstag	16:30–17:15	Jazz-Dance Kids 6–8 Jahre	Ilka
	17:15–18:00	Jazz-Dance Kids 8–11 Jahre	Ilka
	18:00–19:00	Line Dance	Ilka
Mittwoch	18:00–19:00	Dance Fitness 50+	Ilka
	19:15–20:30	J-Dato ab 16 Jahren	Ilka
	20:30–21:30	Showtanz Erwachsene	Ilka
Donnerstag	17:25–18:25	Line Dance (Fortgeschrittene)	Ilka
Samstag	10:00–11:30	Line Dance (Anfänger)	Anja

Judo Abt.-L. Uwe Holz Judohalle

Montag	16:30–17:30	Kids 6–7 Jahre	K. Dähnhardt / A. v. Berg
	17:30–18:30	Kids 8–11 Jahre	K. Dähnhardt / A. v. Berg
	18:00–20:00	Kraftraum	
Dienstag	19:30–21:00		Uwe Holz
Donnerstag	17:30–18:30	8–11 Jahre	K. Dähnhardt / A. v. Berg
Freitag	17:30–18:30	Budo-Gymnastik	Uwe Holz
	18:30–20:00	ab 15 Jahren	Uwe Holz

Neuanfänger bitte vorherige telefonische Anmeldung beim Trainer

Ju-Jutsu Abt.-L. Sven Brokmöller Judohalle

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

Kanu Abt.-L. Werner Zündorf Treffpunkt Schule Todtglüsing

Ausfahrten und Veranstaltungen nach Vereinbarung

Karate Abt.-L. Detlef Ott Judohalle

Dienstag	19:30–21:30	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
	19:00–21:00	Erwachsene	Rüdiger Firsching

Kegeln Ansprechpartner: Geschäftsstelle Hotel Landgut Stemmen

Dienstag	18:00–20:00
----------	-------------

Kickboxen (ab 14 Jahren) Abt.-L. Ira Ibrahim Judohalle

Montag	19:30	Ira Ibrahim
Freitag	20:15	Ira Ibrahim

Trainingszeiten

Kids in Action Abt.-L. 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

Mittwoch	17:00–18:30	Start am Parkplatz Hauptschule Düvelshöpen ab April: Start am Baggersee	Petra Garbers
Samstag	08:30–10:00	Start am Baggersee	Petra Garbers

Radsport Abt.-L. Heiner Hoops

(Saisonstart Anfang April 2023)

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

Seniorentreff

Mittwoch	11:00	Fotobearbeitung am PC	Clubraum Dojo
Samstag	14:00	Spielnachmittag	Clubraum Dojo

Sportabzeichentraining Ansprechpartnerin Claudia Fette

Mittwoch	16:00	für Kinder ab 6 Jahren, Jugendliche, Erwachsene, Menschen mit Behinderungen Nach Absprache, ☎ 0152/31934353	
----------	-------	---	--

Skat Abt.-L. Heinrich Wahlen Clubraum / Dojo

Montag	19:00	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	19:30–21:00	Tanzkreis Anfänger	Christiane u. Jens Beier
Donnerstag	20:30–22:00	Tanzkreis	Christiane u. Jens Beier

Tennis Abt.-L. Detlef Koch

Jugend Wintertraining: Tennishalle Schützenstraße

Jugend Sommertraining: Tennisanlage Lohberger Straße

Informationen: Detlef Koch (☎ 0170/7566808)

Trainingszeiten

Tischtennis Abt.-L. Jan Louis Gerth Schulturnhalle Todtglüsingen

Dienstag	18:00–19:30	Jugend	Kristina Rosenberger
	19:45–22:30	Erwachsene	
Donnerstag	19:30–22:30	Erwachsene	
	19:00–22:30*	Training und Punktspiele Erw. (bei Bedarf)	
Freitag	18:00–19:30	Jugendliche	H. Strohecker/K. Rosenberger
	19:45–22:30	Erwachsene	
Samstag	ab 17:00	Punktspiele	

* = Grundschulsportthalle Otter

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
	15:00–16:00	Familieturnen 2–4 Jahre	M. Bostelmann
	16:00–17:00	Abenteuerturnen 3–5 Jahre	M. Bostelmann
	17:00–18:00	Abenteuerturnen 5–7 Jahre	M. Bostelmann
	18:00–20:00	Spiel-Dich-Fit für Jugendl. ab 12 Jahren wg. Inklusion Altersobergrenze offen	Claudia Fette
Dienstag	08:45–09:45	Fitness Mix „Jung und Alt“ (Hinkenw. Hus)	Ilka Bode
	09:55–10:55	Gymnastik Sen. 70+ (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	11:00–12:00	Gymnastik Sen. 60+ (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	16:00–17:00	Eltern-und-Kind-Turnen	S. Holtzhauer
	17:00–18:00	Eltern-und-Kind-Turnen	S. Holtzhauer
Mittwoch	16:00–17:00	Gesundheitsförderung im Kinderturnen ab 4 Jahren	M. Bostelmann
	17:00–18:00	Abenteuerturnen 7–9 Jahre	M. Bostelmann
Donnerstag	09:00–10:00	Fitness Mix „Jung und Alt“ (Hinkenw. Hus)	Ilka Bode
	18:30–19:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov
	19:30–20:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov
Freitag	15:30–16:30	Hobby-Horsing (5–9 Jahre)	Marlene
	16:30–17:30	Hobby-Horsing (ab 9 Jahre)	Marlene

Folgt uns auch auf

INSTAGRAM

für regelmäßig neue Infos rund um euren
Lieblingsverein.

Regelmäßig Posts aus allen Sparten, Termine
und Veranstaltungen jederzeit direkt auf
deinem Smartphone.

Übrigens: uns gibt es auch auf
Facebook und im Internet!



Trainingszeiten

Yoga Ansprechpartnerin Isabella Werlich Kursprogramm „Haus am See“

Montag	09:00 – 10:30	Yoga auf dem Stuhl	Tina V.
	17:15 – 18:15	Kinder Yoga (Präventionskurs, 10 – 12 J.)	Isabella
	18:30 – 19:45	Pränatal Yoga (Präventionskurs)	Isabella
	20:00 – 21:15	Postnatal Yoga (Präventionskurs)	Isabella
	20:15 – 21:30	Lu Jong Yoga	Mouni
Dienstag	10:00 – 11:15	Postnatal Yoga mit Baby (Präventionskurs)	Isabella
	16:15 – 17:15	Kinder Yoga (Präventionskurs, 6 – 9 Jahre)	Isabella
	18:00 – 19:15	Medical Yoga	Claudia
	19:30 – 20:45	Vinyasa Yoga	Claudia
Mittwoch	09:00 – 10:15	Hatha Yoga	Fabian
	17:30 – 19:00	Kundalini Yoga	Tina V.
	19:30 – 20:45	Hatha Yoga	Andrea
	19:30 – 21:00	Aerial Yoga (nur mit Vorkenntnissen)	Isabella/Marie
Donnerstag	09:00 – 10:15	Morning Yoga	Tina H.
	19:00 – 19:45	Yoga meets Tabata	Tina H.
	20:00 – 21:15	Vinyasa Yoga	Tina H.
Freitag	09:00 – 10:30	Kundalini Yoga	Tina V.
	11:00 – 12:15	Lu Jong Yoga	Mouni
	16:00 – 17:00	Kind-Eltern Yoga	Isabella
	18:00 – 19:30	Ashtanga Yoga	Maike
Sonntag	11:00 – 12:15	Sunday Yoga	Marie
	12:30 – 14:00	Yin Yoga	Marie

Yoga Ansprechpartnerin Isabella Werlich Kursprogramm Fitnesshalle

Dienstag	16:30 – 17:45	Vinyasa Yoga	Fabian
	19:45 – 21:00	Männer Yoga	René

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

Turnen

Aufruf zu mehr Bewegung

Wir sind eine gemischte Gruppe von etwas älteren Menschen, die aber immer noch Spaß an der Bewegung haben. Die Gruppe „Locker vom Hocker“ am Dienstagvormittag von 10:00–11:00 Uhr trainiert mit Musik den Körper im Stand und im Sitzen. Die Stunden werden so aufgebaut, dass die Beweglichkeit, der Muskelaufbau, das Gleichgewicht und auch die Lachmuskeln nicht zu kurz kommen. Auch Teilnehmer:innen mit Einschränkungen können an den Übungen teilnehmen, jeder so gut er kann und mag. Im Moment besteht die Gruppe vorwiegend aus

über 80-Jährigen. Wir haben viel Spaß miteinander und suchen für noch mehr Spaß neue Teilnehmer:innen. Ich bin selbst eine ältere Übungsleiterin und weiß wie es ist, wenn manches nicht mehr so gut geht und es an einigen Stellen zwickt.

Unsere Sportstätte „Hinkenwars Hus“, Tostedter Str. 20, liegt wunderbar zentral in Todtglüsingem und ein Parkplatz ist vor dem Gebäude. Eine Bushaltestelle befindet sich direkt vor der Tür. Auch eine Rampe ist vorhanden, damit man mit einem Rollator gut ins Tanzhaus gelangt. Wir nehmen gerne jeden „Neuzugang“ auf und freuen uns, wenn du vorbeischaust.

Gleicher Ort, gleicher Tag, andere Zeit

Eine Stunde später von 11.00–12:00 Uhr starten die ab 60-jährigen Teilnehmer:innen. In dieser Gruppe werden nach flotter Musik Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und Muskelaufbau trainiert. Mit unterschiedlichen Handgeräten und kleinen Gedächtnisspielen wird auch das „Oberstübchen“ zum Mitmachen angeregt. Das ganzheitliche Training macht allen viel Spaß, ist gesund und soziale Kontakte entstehen auch über die Sporteinheit hinaus. Wir würden uns als Gruppe freuen, wenn neue Teilnehmer:innen dazu stoßen. Trau dich, mach mit und bleib fit. (eB)



Tennis

Tennis-Spiel-Spaß 2022 (Jugendliche)

Wir trainieren unsere Jugendlichen im Sommer in kleinen Gruppen auf 5 Tennisplätzen unter blauem Himmel auf unserer schönen Anlage.

Im Winter spielen wir in der Tennishalle in Tostedt auf Teppichboden.

Im Fokus steht nicht nur das Training, sondern auch die Vorbereitung auf die Punktspielrunde im Sommer.

In der letzten Sommer-Runde haben wir 2 Jugendmannschaften gemeldet. Dabei haben die Junioren A den vierten Platz und die Junioren B den zweiten Platz in der Staffel erreicht.

Herzlichen Glückwunsch an die Mannschaften zu diesen guten Ergebnissen!

Im Winter in der Halle wird das Training dann weitergeführt und durch kleine Mannschaftsspiele ergänzt.

Kurz vor Weihnachten hat dann auch



der Weihnachtsmann die Jugendlichen beim Training mit kleinen Geschenken bedacht, die von der Herren-40-Mannschaft gesponsort wurden.

Zu guter Letzt möchte ich noch unsere zwei Jugendtrainer vorstellen, ohne die unsere Jugendarbeit nicht möglich wäre.

Beide werden sich im Folgenden selbst kurz vorstellen.

Wenn du Lust hast in unser Team zu kommen und Tennis zu spielen, melde dich bitte! (eB)

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.

Tennis

Mein Name ist Jessica Haus und bin 16 Jahre alt. Ich spiele seit 9 Jahren Tennis und gebe seit 2 Jahren Tennistraining. Letztes Jahr habe ich meinen Assistenz-Trainer-Schein gemacht. Nun bin ich dabei, im nächsten Schritt den C-Trainerschein zu erwerben. Ich mag es sehr gerne, die Kinder zu trainieren und mein Tenniswissen an sie weiterzugeben. Ich bin in der Deutschen Rangliste in der Altersklasse W18 auf Position 177 gelistet und habe eine LK (Leistungsklasse) von 9,7. Bei den Winterpunktspielen spiele ich mit meiner Mannschaft in der Landesliga. In der letzten Sommer-Runde sind wir aus der Landesliga in die Oberliga aufgestiegen.



Ich heiße Hendrik Moldt und bin 18 Jahre alt. Ich spiele bereits seit 11 Jahren Tennis und trainiere die Jugendlichen seit ca. 2 Jahren.

Im letzten Jahr habe ich meinen Assistenz-Trainer-Schein gemacht. Meine LK ist 18,7 und ich absolviere Punktspiele für die Herren-Mannschaft.



KANZLEI RECHTSANWÄLTE
NOTARE
UNTER DEN LINDEN

Michael Oehrich (Rechtsanwalt & Notar)

Peter Oehrich (Rechtsanwalt & Notar)

Marie Glade (Rechtsanwältin)

Eva Janssen (Rechtsanwältin)

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

RICHTIG FÜR IHR RECHT.

KANZLEI-LINDEN.DE

Tischtennis

Wir haben einen neuen Vereinsmeister!

Erstmals seit Ende 2019 haben wir endlich wieder unsere Vereinsmeisterschaft im Dezember 2022 austragen können. Insgesamt 15 TSVer fanden sich am Sa., 17.12.2022 in der Sporthalle Todtglüsingern zusammen und kämpften um den TSV-Vereinsmeister-Wanderpokal. Erst im Doppel auf 2-Gewinnsätze im Alle-gegen-Alle-System; danach in der Einzelkonkurrenz auf 3 Gewinnsätze und

im Gruppe-K.O.-System. Schon im Doppel holte Przemyslaw (kurz: Przemek) zusammen mit seinem Doppelpartner, Finn Tiedemann, ohne Satzverlust den Titel. Im Einzel kam es im Finale zu eben jenem Duell der Doppelpartner, welches nach hochklassigen und spektakulären Ballwechseln mit 3:1 an Przemek ging! Herzlichen Glückwunsch! Die Siegerehrung fand am selben Abend beim Griechen im Rahmen der Weihnachtsfeier der Abteilung statt.

Rückrundenstart

Neues Jahr, neues Glück heißt es auch für unsere Mannschaften im Ligabetrieb, denn die Rückrunde der Saison 2022/2023 steht an. Einen kurzen Überblick über die Ausgangssituation unserer Mannschaften, sowie ein Recap unserer Vereinsmeisterschaft, die wir nach 3 Jahren Coronapause endlich wieder ausrichten durften/konnten, und unseres ersten TSV-Race 2023, erhaltet ihr in unserem Beitrag: Rückrundenstart – die Ausgangssituation unserer Teams

Jugend:

Unsere beiden Jugendmannschaften starteten in der J15-Kreisliga und Kreisklasse. Die Liga wurde nach der Hinrunde aufgeteilt und jedes Team startet mit 0:0 Punkten. Die Erste hatte die Hinrunde als Tabellenführer mit 7:1 Punkten und die Zweite als vierte von fünf Mannschaften mit 3:5 Punkten abgeschlossen. Es ist sehr erfreulich, dass wir weiterhin zwei



Ließ alle hinter sich – Przemyslaw Zielinski ist unser neuer TT-Vereinsmeister! (Einzel und Doppel)

Tischtennis

Jungen-15-Mannschaften ins Rennen schicken können, und im Hintergrund stehen aus dem Jugendtraining eventuell bald weitere, motivierte Talente in den Startlöchern für den Wettkampfspielbetrieb! Auf geht's!

Herren:

1. Mannschaft: In der Bezirksliga geht es für unsere Erste mit einer 6:12-Bilanz und Platz 8 von 10 in die Rückrunde. Die letzten vier Spiele der Hinrunde ist die Mannschaft ungeschlagen und auch deswegen voller Tatendrang, das große Ziel Klassenerhalt (Platz 7) zusammen in den kommenden Wochen und Monaten zu erreichen.

2. Mannschaft: Die Zweite startet mit einer ausgeglichenen Bilanz von 9:9 Punkten in die Rückrunde der 1. Kreisklasse West. Es gilt, den soliden fünften Tabellenplatz zu festigen und vielleicht noch ein wenig oben reinzuschnuppern.

3. Mannschaft: Die Dritte startet als Tabellenzweiter mit 15:3 Punkten in die

Rückrunde. Eine mehr als gute Ausgangssituation, die man natürlich verteidigen und noch ausbauen möchte. Mal schauen, ob wir am Ende der Saison eventuell sogar einer „Aufsteiger-Mannschaft“ gratulieren dürfen. ;)

Erstes TSV-TTVN-Race ausgerichtet

Mit dem Jahreswechsel geht es auch wieder los mit der beliebten TTVN-Race-Turnierserie und auch wir haben am Samstag, 14.01.2022 das erste Turnier dieser Serie ausgerichtet. Zur Abwechslung mal nicht in Otter, sondern in Todtglüsing. Es war ein schönes, hochklassiges Race und nach sechs Spielrunden siegte Udo Zlobinski

aus Langreder mit 6:0 Spielen. Ihm folgten auf Platz 2 Jan Möller aus Ashausen und auf Platz 3 Jan Louis Gerth; beide mit einer 4:2-Bilanz. Wenn ihr Lust habt, die schnellste Rückschlagsportart der Welt mal auszuprobieren oder vielleicht noch einen „Schläger aus alten Tagen“ zuhause liegen habt, kommt gerne mal zu uns zum Training. Unsere Trainingszeiten findet ihr hier im Heft und auch auf der neu-gestalteten TSV-Homepage unter Sportangebote → Tischtennis. Wir wünschen nun allen TSVern einen guten Start in das neue Jahr 2023! Für die TT-Abteilung,

Finn und Louis



Platz 1 – 3 v. links: Finn Tiedemann (2. Platz), Przemek Zielinski (1. Platz), Jan Louis Gerth (3. Platz)

Group Fitness

Erster „Group Fitness Day“ in der Fitnesshalle

„Warum ist denn der Parkplatz so voll?“ fragte ein junger Mann, als er mittags zum Gerätetraining wollte. Denn vor und in der Halle war ordentlich Gewusel. Am 21. Januar lief der erste „Group Fitness Day“ in unserer Fitnesshalle. In allen 3 Kursräumen war Programm. Insgesamt starteten 16 Kurse, und die waren gut besucht. Viele Mitglieder brachten ihre Freundin oder ihren Freund, Ehepartner oder Bekannte mit. Es kamen aber auch Personen, die unseren Verein noch gar nicht kannten. Gemein-

sam machten sie mit: Beim KARDO® fight fit, Pilates, Faszio® Faszientraining, Fatburner Step, HOOP IN, Indoor Cycling oder H.I.I.T the Beat®. Überall sah man strahlende Gesichter. Gute Stimmung, aber auch Konzentration schwebte durch die Räume. Die ganz Eisernen machten sogar 4 Kurse hintereinander mit! Denen zitterten am Ende aber auch die Beine.

Schön war's! Und dafür danken wir unseren engagierten Trainerinnen, die diesen Tag durch ihr ehrenamtliches Engagement möglich gemacht haben. Danke euch und allen Teilnehmer:innen für's Mitmachen! Und solltest du diesen Tag verpasst haben: Zum Schnuppern kannst du jederzeit kommen – unseren Kursplan findest du auch auf der Homepage: www.todtgluesinger-sv.de.

(eB)



M.A.X. u. Bauch Pur



KARDO® fight fit



Langhantel Workout

Group Fitness



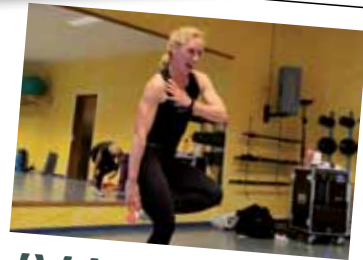
INDOOR CYCLING



Pilates



HOOP IN



H.I.I.T the Beat®



Es gibt nicht nur etwas für die Augen, sondern auch für die Ohren

Sonntag, 7. Mai 11-17 Uhr

Haus am See - Am Baggersee 2 - Todtglüsing

Eintritt frei



Einen Tag am See Kunst,
Musik und Sport genießen

Inklusion



Wir sagen HERZLICHEN DANK!

Offizielle Scheckübergabe der Spende von der „Hoth-Stiftung“ zur Unterstützung des Jugendhilfe- und Inklusionsprojektes „Schwimmtraining“!

Der Gründer der Hoth-Stiftung, Dieter Hoth, und Nicole Meyer (Stiftungsmanagement) haben am Baggersee feierlich einen Scheck als Spende in Höhe von 3000 € an Renate Preuß, unsere 1. Vorsitzende, Horst Dorsch (Stellvertretender Kassenwart) und Hans-Jürgen Kieper (Stellvertretender Schriftführer) übergeben. Ein breites Grinsen war bei Claudia

Fette und den Teilnehmern der „Spiel-Dich-Fit-Gruppe“ zu sehen. Dem Schwimmtraining in Fintel, und somit auch dem Erwerb eines Sportabzeichens steht jetzt nichts mehr im Wege. Mit den Teilnehmern dieser besonderen Grup-

pe starten wir immer am ersten Montag im Monat ins Wasservergnügen! Jeder Teilnehmer wird dort abgeholt, wo er „steht“. Beim anschließenden Klönschnack im „Haus am See“ wurden Hände und Füße wieder aufgewärmt. (eB)

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

www.team-matthies.de

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



Turnen

„Spiel-Dich-Fit-Gruppe“: Kurze Rückschau nach drei Schwimmtreffen

Nach anfänglichen Schwierigkeiten bezüglich der zeitlichen Planung aller Gruppenmitglieder hat sich nun alles zurechtgerückt. Dank Jörn und seinem Team stehen für uns immer zwei Busse bereit: Um 17.00 Uhr startet der erste Bus von der Fitnesshalle mit Personen und Material, der zweite startet um 18.10 Uhr an der Turnhalle in Todtglüsing. Zwei Teilnehmerinnen der „Spiel-Dich-Fit-Gruppe“ helfen Mara bis 18.00 Uhr in den Kinderturngruppen. Danach geht es dann gleich zum Schwimmen nach Fintel.

Die „Frühschwimmer“ genießen den Luxus von 2 Trainerinnen (die Gruppe ist kleiner, sodass eine 1:1 Betreuung möglich ist), eine vom Beckenrand, die andere im Wasser. Da Sabine und ich echte Wasserratten sind, haben wir alle unseren



Spaß und achten zusätzlich auf Atemtechnik, Schwimmbewegungen und auf eine möglichst korrekte Ausführung des jeweiligen Schwimmstils. Dank der Hilfsmittel (große Schwimmbretter) kommen jetzt alle Schwimmer und auch Nichtschwimmer in die Gleitphase. Welch ein Erfolg!

Wenn die „Spätschwimmer“ angekommen sind, tauschen Sabine und ich, eine draußen am Beckenrand, die andere im

Wasser.

Auch die Tauchspiele werden gerne genutzt und der schwimmende Basketballkorb ist der Hit. Vor allem aber der Ball ☺.

Auch die Teilnehmer:innen mit Behinderung sind begeistert dabei und finden sich mittlerweile auch besser im verhältnismäßig dunklen Schwimmbad zurecht.

Wir freuen uns besonders unter diesem Aspekt auf längere Tage. (eB)

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

Termine Termine Termine

März 2023							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9			1	2	3	4	5
10	6	7	8	9	10	11	12
11	13	14	15	16	17	18	19
12	20	21	22	23	24	25	26
13	27	28	29	30	31		

Fr. 17.03. **Jahreshauptversammlung**
19:30 Uhr, Gasthaus Wiechern

Fr. 17.03.–
So. 19.03. **Aeriel Yoga Workshop**
Haus am See

Fr. 24.03. **Discofox-Workshop**
18:00 Uhr, Hinkenwarns Hus

So. 16.04. **Outdoor Activity Day**
Baggerseegelände

April 2023							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
13						1	2
14	3	4	5	6	7	8	9
15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	23
17	24	25	26	27	28	29	30

So. 23.04. **Start der Outdoor-Tennis-Saison**
Tennisplätze Lohberger Straße

Fr. 28.04. **Discofox-Workshop**
18:00 Uhr, Hinkenwarns Hus

So. 07.05. **See(h)momente**
Haus am See

Sa. 13.05. **Landesmeisterschaft Gorodki**
Gorodki-Platz am Baggersee

Mai 2023							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18	1	2	3	4	5	6	7
19	8	9	10	11	12	13	14
20	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	28
22	29	30	31				

Sa. 20.05. **Begleithundeprüfung**
Wiechern-Platz

Fr. 26.05. **Discofox-Workshop**
18:00 Uhr, Hinkenwarns Hus

Sa. 27.05.–
Mo. 29.05. **Jugendcamp Agility**
Baggersee

Vorankündigung: Eurogorodki

02.–04. Juni 2023

Gorodki-Platz am Baggersee

Dank den Sponsoren

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

Adler Solar Services GmbH

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

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- + Caravan-Technik **T. Gastinger**

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

Günter Gosselk GmbH & Co.
Arbeitsbühnen und Baumaschinen

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**

Intersport

Jalaß ARCHITEKTUR

Elektro **Katthagen**

Haustechnik **Kleesch**

Malereibetrieb **Werner Krause**

Dank den Sponsoren

Lack-Zauberer

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

Änderungsatelier **Phu Loc Tung**

Podologische Praxisgemeinschaft
A. Stannieder & G. Garvs

Sanitär **Siegfried Prigge**

Reise Center Tostedt

Motoren **Respondek**

Rogel Zaun- und Metallbau

Schmidt Brand- und Wasser-
schadenssanierung GmbH

Gunter **Schmidt** Putzarbeiten

Anita Schönfeld Immobilien

Sparkasse Harburg-Buxtehude

Bauklempnerei **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 und Friedrich Vorwerk Stif-
tung**

Bäckerei Weiss

Wellnessdrops Saunabau

Uwe Werner Holz

Hotel & Gasthaus **Wiechern**

Elektro **Wildemann**

Fa. **Wilkens** Sittensen

Wüst-Buri Rechtsanwältin

Abteilungs- und Übungsleiter

Christiane & Jens Beier

Tanzen
04186-891608

Anke von Berg

Judo / Ju-Jutsu
04182-5300

Ilka Bode

Jazz-Dance
04182-287955

Philipp Böttcher

Herren-Fußball
0160-5562792

Mara Bostelmann

Kinderturnen
0157-51068118

Sven Brokmöller

Ju-Jutsu
04183-975267

Dirk Claußen

Seniorenfußball
04181-35969

Ingrid Claußen

Kanu
04182-293167

Claudia Fette

Turnen / Sportabzeichen / Behindertensport
Wassergewöhnung / Anfängerschwimmen
0152-31934353

Antonia & Rüdiger Firsching

Karate
04182-22624

Michelle Fuhrmann

Damen-Fußball
0176-83165739

Petra Garbers

Nordic Walking
04182-6535

Jan-Louis Gerth

Tischtennis
01515-6636170

Stephan Grönwoldt

Jugend-Fußball
01523-1797995

Klaus Haske

Angeln
04182-293231

Maike Hiller

Kids in Action
04182-707290

Silke Holtzhauer

Turnen
04182-3067

Uwe Holz

Judo
0157-38129977 bitte SMS oder WhatsApp

Heiner Hoops

Radsport
0172-4173333

Ira Ibrahimi

Kickboxen / Boxen
0176-22649598

Hans-Jürgen Kieper

Fußball
0170-6812516

Detlef Koch

Tennis
04182-292827

Lars Kramer

Hundesport SHV
0162-2052386

Abteilungs- und Übungsleiter

Konstantin Krivoscheev

Boxen / Gorodki
0177-4343067

Corinna Kruse

Fußball
04182-21759

Brigitte Kühn

Angeln
04187-900626

Julia Labbow

Bogensport
0157-59126071

Volker Maack

Bogensport
0176-46696983

Annegret Martens

Turnen
04182-7200

Tatjana Oshana-John

Sportkoordinatorin der Fitnesshalle
0175-7255141

Petra & Detlef Ott

Karate
04182-8592

Dieter Preuß

Sportabzeichen
04182-7873

Sabine Rehder

Sportabzeichen/Behindertensport
Wassergewöhnung / Anfängerschwimmen
0152-36215499

Silke Rohnke

Badminton
04182-21243

Kristina Rosenberger

Tischtennis Jugend
0176-62910593

Kathrin Schröter

Hundesport
0159-02199236

Krystian Slosarek

Kraftdreikampf
0176-40768792

Sina Thies

Badminton / Hobby Horsing
0179-5083501

Finn Tiedemann

Tischtennis
0157-87157897

Natalja Totov

Turnen
0177-5426407

Heinrich Wahlen

Skat
04182-7417

Isabella Werlich

Yoga
04182-291994

Rosel Zeuschner-Beyreiß

Bridge
0176-70235494

Werner Zündorf

Kanu
04182-289012

Verstorben

Lisa Behrens

geboren am 28.10.1944
verstorben am 22.09.2022

Turnen

Ella Holtzhauer

geboren am 22.05.1934
verstorben am 27.11.2022

Fitness

Gerhard Klüß

geboren am 02.04.1950
verstorben am 15.12.2022

Fitness / Reha

Albrecht Wegner

geboren am 13.01.1939
verstorben am 18.12.2022

Turnen

Uwe Richter

geboren am 07.08.1943
verstorben am 21.12.2022

Skat / Reha

Hartmut Meier

geboren am 21.12.1955
verstorben am 28.12.2022

Fitness

Marc Lemcke

geboren am 06.09.1988
verstorben am 04.01.2023

Fitness

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

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.





Zum Glück gibt's guten Rat in Ihrer Nähe.

**Und Sie entscheiden,
wann, wo und wie.**

Unsere Kundinnen und Kunden
kennen wir meist persönlich.
Und oft auch ihre Wünsche und Ziele.
Dazu beraten wir sie individuell und
kommen sogar zu ihnen nach Hause –
mit unserer Video-Beratung.
Wir sind da, wenn Sie uns brauchen.

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Harburg-Buxtehude**