

# T S V

VEREINSZEITUNG



Ausgabe Nr. 118 31. Jahrgang Frühjahr 2024

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	3	Trainingszeiten .....	28
News! .....	4	Turnen .....	35
Badminton .....	6	Sportabzeichen .....	36
Jazz-Dance .....	8	Tanzen.....	37
Anbaden .....	9	Angeln .....	39
FSV .....	11	Skigymnastik .....	40
Tischtennis .....	12	Termine Termine Termine .....	41
Kickboxen .....	15	Dank den Sponsoren .....	42
Kurse.....	17	Abteilungs- und Übungsleiter .....	44
Group Fitness .....	18	Verstorben .....	46
Hobby-Horsing (Turnen) .....	20	Impressum .....	47
Bridge/Brettspiele .....	23		
Beitragsliste .....	24	<b>Titelbild:</b> Natalia begeistert ihre Mädels beim Group Fitness Day 2024.	
Vorstand .....	27		



## 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](mailto:tostedt1@tui-reisebuero.de) · [www.tui-reisebuero.de/tostedt1](http://www.tui-reisebuero.de/tostedt1)

# Vorwort

## Liebe Sportsfreunde,

kaum ist das neue Jahr gestartet, schon platzen alle unsere Sportstätten aus den Nähten. Damit das auch noch lange so bleibt, geben die Trainerinnen und Trainer eures Lieblingsvereins alles, um die Motivation aufrecht zu erhalten. Falls ihr etwas Abwechslung sucht, dann haben wir auf den folgenden Seiten interessante Ideen für euch!

Beim Group Fitness Day 2024 konnte diese Motivation hautnah erlebt werden und unser reichhaltiges Kursangebot direkt in der Fitnesshalle ausprobiert werden. Einen Rückblick auf diesen sportlichen Tag lest ihr auf ➔ **S. 18**.

Sportliche Höchstleistungen gibt es auch immer wieder beim Kickboxen. Ab ➔ **S. 15** könnt ihr die Weltmeisterschaft in Paderborn nacherleben.

Die Angelsaison 2024 ist schon komplett durchgeplant, wie ihr auf ➔ **S. 39** lesen könnt.

Natürlich gibt es noch jede Menge weitere spannende Themen rund um euren TSV zu entdecken. Dazu kommen wie immer die wichtigsten Termine und Infos zum Nachschlagen. Besucht uns auch gerne im Internet: Homepage, Facebook und Instagram bieten ebenfalls viele wichtige Themen für euch.

Eure Redaktion



# News!

## An der Spitze unseres TSV gab es einen Wechsel!

Heiner Hoops, langjähriger Geschäftsführer des TSV, ist Ende November in seinen wohlverdienten Ruhestand gegangen. Natürlich ist das kein endgültiger Abschied, denn Heiner steht uns weiterhin mit Rat und Tat zur Verfügung. Bei den Neuwahlen am 15.3. auf der Jahreshauptversammlung stellt er sich gerne als stellvertretender Kassenswart zur Verfügung. Die Geschäftsführung liegt jetzt in den Händen von Mara Bostelmann. Voller Elan ist Mara in die Arbeit eingestiegen. Der TSV hat sich noch immer nicht vollständig von der Corona- und Energiekrise erholt. Ebenso belastet die Anhebung des Mindestlohnes unseren Etat empfindlich. Viele Reparaturen und Erneuerungen stehen ebenfalls an. Aus diesen Gründen hat der Vorstand den Beschluss gefasst, sich Hilfe bei „Klubtalent“ zu holen. Junge Profis, die Vereinen helfen, wieder auf den richtigen Weg zu kommen: Wie kann ich ehrenamtliche Helfer gewinnen? – Wie kann ich Kosten einsparen? – Wie kann ich effizienter arbeiten? – Wie kann ich das Marketing verbessern? und vieles mehr. Da dieses Coaching von der Lotto-Toto-Sportstiftung gefördert wird, ist ein Teil der Kosten gedeckt.

Mitgliedergewinnung steht beim TSV natürlich an erster Stelle. Am 21. Janu-



Vor der Wanderung hatten alle noch warme Hände und Füße ...

ar hat die **Winterwanderung Spezial** im Rahmen des Aktivtages des KSB stattgefunden. Bei Minusgraden und Schnee und Eis hatten sich Aktive am Haus am See eingefunden. Auf der Wanderung in „dicken Botten“ und mit Schlitten rund um das Baggersee-gelände wurden die Teilnehmer in die Historie des Baggersees eingeweiht. Zum Abschluss gab es noch einen Wettbewerb im Tauziehen und auch im Werfen von Frisbeescheiben konnten



... beim Tauziehen war es dann schon etwas kälter!





# Badminton

## Regen Zulauf bei der gefiederten Ballsportart

Die guten Vorsätze im neuen Jahr funktionieren doch immer wieder, stelle ich mit Verwunderung fest! Doch habe ich diese eher in der Fitnesshalle, beim Joga oder beim Indoor Cycling vermutet. Nicht jedoch bei uns in der Sporthalle zum Badmintontraining! Am 3. Mittwoch im neuen Jahr hatten wir bereits 7 neue „Schnupperer“. Das lässt mich hoffen, dass es auch wieder vermehrt Interessenten für die klassischen Team-Sportarten eines Sportvereins gibt. Ihr seid alle sehr herzlich willkommen, groß oder klein, alt oder jung, männlich oder weiblich und natürlich multikulturell – Badminton verbindet uns alle!

Kurz vor Weihnachten, am Freitag, 22.12.23 fand in Otter eine äußerst lustige und fröhliche Weihnachtsfeier in der Sporthalle statt. Neben den regulären Spielen



Weihnachtsfeier in Otter

wurde ein Weihnachtswichteln veranstaltet. Jeder brachte ein Wichtelgeschenk mit und ausgelost wurde mit dem, bei unseren Kids schon beliebten und auch beim Tischtennis bekannten Spiel „Runde“. Nur ist die zu laufende Strecke beim Badminton etwas größer und mehrere Male muss man sich unter dem Netz hindurch bücken, aber ansonsten ist es vergleichbar mit dem auch auf Schulhöfen favorisierten Pausenvergnügen – selbstverständlich angepasst an Badmintonregeln! Es wurde viel gespielt, gelacht und Erfahrungen ausgetauscht. Viele lernten sich auch erst so richtig kennen und natürlich wurde auch mit dem ein oder anderen Kaltgetränk auf das bevorstehende Weihnachts-

fest angestoßen!

Auch die Punktspiel-Saison 2023/2024 läuft nach wie vor zufriedenstellend! Für die zweite Mannschaft war die Saison bereits Weihnachten beendet, da es in den Kreisklassen viel weniger Mannschaften für den Punktspielbetrieb gibt als eigentlich vorgesehen. Viele Leute wollen sich mittlerweile leider nicht mehr so



Christian im 1. Herreneinzel

# Badminton

sehr in Mannschaften festlegen und binden. Sport betreiben und sich fit halten wollen viele, aber bitte ohne weitere Arbeiten, Verantwortungen und Verpflichtungen! Das ist natürlich absolut nicht förderlich für den Mannschaftssport. Diesem Trend trotzen wir im Todtglüsingener SV, da wir bereits seit über 20 Jahren fast durchgängig mit zwei Seniorenmannschaften starten!

Die **erste Mannschaft** kann sich nach ihrem Aufstieg aktuell im unteren Mittelfeld der **Bezirksliga Nord** halten. Auch, wenn das Saisonziel „Klassenerhalt“ lautet, würden wir natürlich gerne im soliden Mittelfeld abschließen. Leider machten einige Verletzungen unserer anfänglichen Erfolgsträhne einen Strich durch die



Marco im 3. Herreneinzel



Silke und Sina beim Damendoppel

Rechnung. Aber wir konnten tatsächlich noch einen starken, zusätzlichen Spieler aus dem Raum Lüneburg für uns gewinnen, der schon länger bei uns trainiert und gerne zu uns wechseln wollte. Die Umschreibung auf unseren Verein war exakt 3 Tage vor dem Punktspiel durch – was für ein Glück! Nun konnten wir bereits am

21. Januar mit 5 Herren starten, damit wir immer eine Verletzungsentlastung haben. Herzlich willkommen in unserer Mannschaft, Marcel!

Ich wünsche uns allen eine weiterhin erfolgreiche, entspannte und jetzt hoffentlich verletzungsfreie Punktspielsaison 2023/2024!

(Sina)

## 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](http://www.heidrich-bedachung.de)

# Jazz-Dance

## Tanzen für Groß und Klein

Bei den Erwachsenen gab es zum Jahresabschluss keine Aufführung sondern mal wieder eine Ausfahrt. Mit 15 Tänzerinnen ging es im Februar nach Flensburg. Wir hatten ein buntes Programm gebucht mit Rumverkostung, kulinarischer Stadtführung, gemeinsamem Kaffeetrinken und einer Kneipentour am Abend. Zeit zum Shoppen war natürlich auch eingeplant. Es war ein Super-Wochenende und wir beginnen gleich wieder mit dem Sparen für den nächsten Trip in 2 Jahren. Wer Spaß am Tanzen hat und mal mit uns auf Ausfahrt möchte, kann gerne zum Probetraining vorbeikommen. Mittwoch von 20.30–21.30 Uhr. Um Voranmeldung wird gebeten unter:

Ilka Bode 04182-287955 oder per WhatsApp unter 0177-1967001.



Die Teilnehmer der Weihnachtsaufführung im Hinkenwarns Hus

Auch bei den Kindern sind noch Plätze frei. Die hatten in diesem Jahr mit 4 Gruppen eine kleine Weihnachtsaufführung im Hinkenwarns Hus. Alle Stühle waren besetzt, und auch die Stehplätze wurden komplett von den Zuschauern belegt. Nach einer Generalprobe lief das Programm fast fehlerfrei durch. Es gab Feuerwehrgymnastik, Piratentanz, Maschinen und die 7- bis 11-Jährigen machten die Zuschauer mit „make you happy“ glücklich.

Zum ersten Mal dabei die neue HipHop-Kindergruppe unter der Leitung von Jessica Djakow, die unsere Abteilung mit einem anderen Tanzstil bereichert. Wir hoffen im nächsten Jahr auf eine Weihnachtsaufführung im größeren Rahmen mit allen Tänzerinnen. (Ilka)



FRISEURSALON  
WORTMANN

Bremer Str. 19  
21255 Tostedt  
Tel. 04182 80 689 60  
Öffnungszeiten:  
Mi – Fr 8:30 – 18:00  
Sa 8:00 – 12:00



# Anbaden

## 2. Todtglüinger Anbaden

Die Anzahl der mutigen Wasserratten am Neujahrstag beim Anbaden hat sich gegenüber dem letzten Jahr verdoppelt! Verkleidet oder unverkleidet sind bei ca. 5 °C Wassertemperatur 70 Teilnehmer ins kühle Nass gesprungen. Nach der Erfrischung konnte man sich mit einer heißen Dusche wieder aufwärmen und Punsch und Würstchen genießen. Den 1. Platz bei der Preisverleihung für das beste Kostüm hat „Pikachu“ gemacht. Neben vielen Weihnachtsmützen stachen noch weitere Outfits heraus, aber die Entscheidung über Platz 2 und 3 fiel schwer. Wollt ihr auch mit dabei sein? Merkt euch schon jetzt den 1.1.2025 vor. Da wir bislang nur positives Feedback für die Veranstaltung bekommen haben, werden wir auch im nächsten Jahr wieder erfrischt in das neue Jahr starten.

Mit der ehrenamtlichen Unterstützung der DLRG aus Hollenstedt war die Aktion sehr gut abgesichert. Auf diesem Weg möchten wir uns noch

einmal für die gute Zusammenarbeit bedanken und hoffen auf weitere „coole“ Aktionen.

(eB)



Die DLRG ist einsatzbereit!



Schneller Rückzug aus dem kühlen Nass

# Anbaden



„Pikachu“ (gelber Anzug) belegt im Kostümranking den ersten Platz (Foto links); über den 2. Platz freut sich das rosa-blaue Ensemble und rot-weiße Streifen garantieren einen 3. Platz.

## WENN versichern, DANN persönlich!

Vertretung  
**Rüdiger Meier**

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

 Finanzgruppe

**VGH**   
fair versichert



**Kinderbetreuung  
in der Fitnesshalle**

**Öffnungszeiten:**

Montag, Mittwoch, Donnerstag 8.30 – 11.30 Uhr  
Dienstag und Donnerstag 15.00 – 18.00 Uhr  
Samstag 11.00 – 14.30 Uhr

## Fußballpokalendspiele in Tostedt

Am Himmelfahrtstag, Donnerstag, den 09.05.2024 finden in Tostedt, Sportplatz Düvelshöpen, die Pokalendspiele des Kreisfußballverbandes Harburg statt.

Die Endspiele beginnen mit dem Spiel der **Altherren (Ü32)** ab **11:00 Uhr**.

Die Mannschaften der **2. Herren** folgen ab **13:00 Uhr**.

Als Höhepunkt beginnt das Endspiel der **1. Herren** ab **15:00 Uhr**.

Die FSV Tostedt freut sich, erstmals diese Veranstaltung des KFV Harburg ausrichten zu dürfen.

Die Vereine des Westkreises hatten seit Jahren die Spiele nicht ausgerichtet.

Die Mannschaften für die Endspielspiele müssen durch die Halbfinals noch ermittelt werden.

Bei den **Altherren** müssen sogar noch zwei Achtelfinals gespielt werden.

Folgende Teams sind noch dabei: **TV Meckelfeld** gegen den **Sieger SG Hanstedt/Brackel / TVV Neu Wulmstorf** und im zweiten Spiel der **Sieger Eintracht Elbmarsch / TSV Winsen** gegen **TSV Elstorf**.

Bei den **2. Herren** kämpfen in den Halbfinals der **TSV Holvede-H. II.** gegen **SG Estetal II.** und **Tus Nenndorf II.** gegen **FC Este 2012 II.** um den Einzug in das Endspiel.

Die **1. Herren** vom **MTV Luhdorf-R.** gegen **Tus Nenndorf** und **FC Este 2012** gegen **TV Welle** ermitteln ihre Endspielteilnehmer.

Die FSV würde sich über zahlreiche Zuschauer freuen. Es wird am Finaltag über den ganzen Tag mit ca. 1000 Personen gerechnet. Für das leibliche Wohl wird am Düvelshöpen reichlich gesorgt sein. (Hans-Jürgen)



# Tischtennis

## Vereinsmeisterschaft und Rückrundenstart

Zum Ende des Jahres 2023 stand wieder unsere Vereinsmeisterschaft und das Wettfeiern um den berühmten TSV-Wanderpokal auf dem Plan. Einen Rückblick auf die Ergebnisse unserer Vereinsmeisterschaft, den weihnachtlichen Jugend-Trainingsabschluss und Ausblick auf die nach dem Jahreswechsel anstehende Rückrunde für unsere vier Mannschaften erhaltet ihr in unserem Beitrag:

### **Wir haben einen neuen Vereinsmeister!**

Am Samstag, den 02.12.2023 war es wieder so weit: Wie vor fast genau einem Jahr kamen diesmal insgesamt 14 TSVer in der Sporthalle Todtglüsing zusammen und spielten um den TSV-Vereinsmeister-Wanderpokal.



Finn Tiedemann ist unser neuer TT-Vereinsmeister!

Titelverteidiger aus dem Vorjahr war Przemyslaw Zielinski (kurz: Przemek). Erst wurde im Doppel auf 2-Gewinnsätze im Alle-gegen-Alle-System, danach in der Einzelkonkurrenz auf 3 Gewinnsätze und im Gruppe-K.O.-System gespielt. Die Doppel-Paarungen wurden vor Spielbeginn aus 2 Töpfen gelost, sodass jeder die Möglichkeit auf den Titel haben sollte. Am Ende

## 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

setzten sich Gerd Klindworth und Sven Schemel zusammen hauchdünn vor Stephan und Przemek durch. Bei gleicher Spiel- und Satzbilanz war hier das Ballverhältnis entscheidend. Im Einzel kam es bereits im Viertelfinale zum Duell von Titelverteidiger Przemek und Mit-Favorit Finn Tiedemann. Nach engen Sätzen siegte Finn hier 3:1 und ebnete mit einem 3:0 im Halbfinale gegen Neuzugang Gerhard Petruschat seinen Weg ins Finale. In der unteren



Finn vs. Przemek

Hälfte kam es im Halbfinale zum Duell zwischen Jan Pattberg und Louis Gerth. In einem packenden Spiel setzte sich Louis knapp mit 3:2 durch und zog in das Finale gegen Finn ein. In einem spannenden Finalspiel mit spektakulären Ballwechsellern machte Finn nach dem vierten Satz das Match zu, siegte mit 3:1 und ist damit neuer TSV-Vereinsmeister! Herzlichen Glückwunsch! Die Siegerehrung mit Pokalübergabe fand am Abend beim Griechen im Rahmen der Weihnachtsfeier der Abteilung statt.

## Weihnachtlicher Jugendtrainingsabschluss

Das letzte Jugendtraining des Jahres 2023 sollte ein besonderes werden. Trainerin Kristina lud sowohl Kinder als auch Eltern zu einer weihnachtlichen Zusammenkunft am letzten Trainingsfreitag des Jahres am 22.12.2023



**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](mailto:info@kanzlei-linden.de)

**RICHTIG FÜR IHR RECHT.**

**KANZLEI-LINDEN.DE**



# Tischtennis



Riesenrundlauf beim Weihnachtsabschluss

ein. Bei Kinderpunsch, weihnachtlicher Musik, ein wenig Süßigkeiten und Tischtennis kam das Jahr 2023 für unsere Jugend zu einem würdigen Abschluss. Und es dauerte auch nicht lange, da griffen auch die Eltern zum Schläger und forderten unseren Nachwuchs zum Riesen-Rundlauf um mehrere Platten heraus.

## **Rückrundenstart – der Stand unserer Teams zum Start ins Jahr 2024**

### *Jugend:*

In der Rückrunde treten wir mit einer U19-Mannschaft in der Kreisklasse an. Zur Halbserie wurden die Punkte zurückgesetzt und alle starten wieder bei 0:0. Felix, Henry, Leonard, Christian und Melissa messen sich mit den Mannschaften aus Steinbeck, Moissburg, Eyendorf, Klecken und Winsen. Herren:

#### *1. Mannschaft:*

In der Bezirksklasse startet die Erste nach einer durchweg siegreichen Hinrunde als Tabellenführer in die Rückrunde. Bei der Aufstellung gibt es nur mannschaftsinterne Positionsverschie-

bungen und mit vereinten Kräften wird das Ziel Aufstieg angepeilt.

#### *2. Mannschaft:*

Die Zweite startet als Achter von zehn in die Rückrunde der 1. Kreisklasse West. Die Liga ist vor allem in der unteren Hälfte sehr eng mit 4 Mannschaften, die nur ein einziger Punkt trennt. Hier heißt es, sich möglichst schnell Richtung Tabellenmittelfeld zu bewegen.

#### *3. Mannschaft:*

Die Dritte startet als Tabellenvierter mit 10:8 Punkten in die Rückrunde der 2. Kreisklasse West. Eine gute Ausgangssituation, die man natürlich verteidigen und ggf. noch etwas ausbauen möchte. Die neun Spiele der Rückrunde verteilen sich gleichmäßig zu je drei Spielen im Februar, März und April.

#### *4. Mannschaft:*

Unsere neu formierte vierte Mannschaft steht mit 9:11 Punkten auf dem siebten Tabellenplatz von elf Mannschaften der 5. Kreisklasse West. Die Mischung aus langjährig erfahrenen Spielern und denjenigen, die gerade ihre erste Punktspiel-Halbserie bestritten haben, ist sehr erfrischend, das Team harmoniert sehr gut und der Spaß steht im Vordergrund. Dass auch die Ergebnisse passen, ist umso mehr erfreulich.

Wir wünschen allen TSern, Leserinnen und Lesern einen guten Start in das neue Jahr 2024!

Für die TT-Abteilung,  
Finn und Louis

# Kickboxen

## Weltmeisterschaft in Paderborn

Am 18.11.2023 fanden die Weltmeisterschaften der IBSA (Interaktive Budo Star Association) im Kickboxen und Boxen statt. Es reisten Sportler aus 20 Nationen an, um sich mit den besten Amateur-Kämpfern zu messen. Es flogen Teams aus den USA, der Türkei, der Ukraine, England und aus zahlreichen anderen Staaten ein. Insgesamt kam diese WM auf mehr als 600 Starts in mehreren Kategorien und Gewichtsklassen. Unser TSV ging mit 5 Kämpfern in den Ring, um den begehrten Titel zu gewinnen. Nach langer und harter Vorbereitung und intensiver Beobachtung der Cheftrainer IRA und JAN entschieden sich die Beiden für die besten und erfahrensten Kämpfer aus unserem Stall. Am Start waren: Johannes Klose (26), Maxime Hills (17), Calvin Joel (17), Hassan Murad



David (roter Kopfschutz) im Boxkampf mit einem Jab.

(17) und David Khadajev (16).

Den ersten Kampf bestritt der erfahrene Johannes Klose und siegte durch technischen K.O. in der ersten Runde in der Königsdisziplin K 1, Vollkontakt Kickboxen. Im Finale wurde es sehr knapp, leider gewann der gleich-

starke Gegner knapp nach Punkten. Vizeweltmeister Titel für Johannes! In der Kicklight-Klasse ging Johannes souverän durch, besiegte alle seine Gegner und holte sich den WM-Gürtel.

Maxim Hills trat im Boxen und Kicklight an und konnte sich mit zwei

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

Ihr Fachbetrieb für:

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

**TEAM  
MATTHIES**  
HAUSTECHNIK MIT QUALITÄT

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

[www.team-matthies.de](http://www.team-matthies.de)



# Kickboxen

Siegen in seiner Klasse den WM-Gürtel holen; im KL und in der Box-Klasse wurde er sogar Vizeweltmeister. David, unser Boxer, dominierte seinen Gegner aus Afghanistan; seine Hände waren immer einen Tick eher drin als die seines Gegners. Auch David's schnelle Ausgleichsbewegungen waren für seinen starken Gegner fatal, aber trotz des für JAN GUTOWSKI eindeutigen Punktsieges, ging der Arm des Afghanen hoch. Was für eine Enttäuschung – David verließ als Vizeweltmeister deprimiert den Ring. Hassan bezwang in beiden Klassen alle seine Vorrundengegner, doch leider schaffte er nach den vielen und harten Kämpfen den Finalkampf nicht und wurde so doppelter Vizeweltmeister im Boxen und Kickboxen. Das gleiche Schicksal musste auch unser Kämpfer Calvin erfahren, der ebenfalls mit zwei Silbermedaillen aus dem Turnier ging.

„Niederlagen bedeuten für uns, dass wir uns mit gleichstarken oder stärkeren Kämpfern messen; jede Niederlage motiviert uns, noch besser zu werden, um beim nächsten Mal zu gewinnen“,

so Jan Gutowskis Worte nach diesem Turnier. Wir sind stolz, zwei Weltmeister- und sechs Vizeweltmeistertitel bei dieser WM erreicht zu haben! (eB)



Johannes Klose mit einem Highkick



Johannes Klose mit einem Punch



Unsere erfolgreichen Athleten mit Trainer Jan (rechts)

# Kurse



neuer Kurs

## Beckenbodengymnastik

Die Kurse starten im April 2024 mit je 10 ÜE:

dienstags, ab 09.04.

15:15 – 16:15 Uhr für Anfänger und

16:30 – 17:30 Uhr für Fortgeschrittene

in der Fitnesshalle (mit Kinderbetreuung), Schulstr. 40, Todtglüsingern

Unser neuer Kurs zur Stärkung der Beckenbodenmuskulatur ist offen für alle Frauen und Männer jeden Alters. Unter professioneller Anleitung unserer Trainerin Julia wird die Wahrnehmung dieser Muskulatur geschult und führt hin zu einem gezielten Training.

Kosten für Mitglieder 75 €, für Nichtmitglieder 85 €.

Nähere Informationen über die TSV-Geschäftsstelle unter: 04182/ 21172

Anmeldung per Email: [post@todtgluesinger-sv.de](mailto:post@todtgluesinger-sv.de)

# Group Fitness

## Group Fitness Day 2024 – volle Kurse, volle Power.

Beat und Action oder doch lieber die „Innere Kraft“ finden? Lieber Kräftigung oder doch Beweglichkeit? An unserem Group Fitness Day am 27. Januar war alles möglich.



Sling

Mit 12 unterschiedlichen Kursangeboten hatten die Sportlerinnen und Sportler die große Auswahl. Wer motiviert war, konnte kostenfrei das gesamte Programm von 12 bis 16 Uhr nutzen. Aber 4 Kurse hintereinander, das haben sich nur wenige „angetan“. Denn es war schon anstrengend beim Fatburner Step, KARDO® fight fit, M.A.X.®, Sling Training oder Indoor Cycling. Und nicht zu unterschätzen: Auch beim Pilates kam man gut ins Schwitzen. Viele Kurse waren voll belegt – auch mit Teilnehmerinnen und Teilnehmern,



KARDO® fight fit



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



**Wiechern**  
Tel.: 04182 / 29420  
Fax: 04182 / 22531  
Tostedt-Todtglüsing  
[www.hotel-wiechern.de](http://www.hotel-wiechern.de)

Saal, Clubzimmer,  
Tagungsräume,

ruhige und moderne  
Hotelzimmer,  
gemütliche Gaststube.



# Group Fitness



**PILATES**



*Indoor Cycling*

die unseren Verein an diesem Tag erst kennengelernt haben und direkt Mitglieder wurden. Das hat unser engagiertes Trainerteam ganz besonders gefreut: Motivation für alle.

Dank gilt unseren Trainerinnen und Trainern für ihren Einsatz und allen, die mit uns diesen Sporttag genossen

haben, wie die Bilder beweisen.

Wenn du unseren Group Fitness Day verpasst hast – kein Problem: Probetraining ist unkompliziert und immer möglich. Komm einfach vorbei und mach mit! Unseren Group Fitness Kursplan findest du auf unserer Homepage:

[www.todtgluesinger-sv.de](http://www.todtgluesinger-sv.de) (Tatjana)

## WIR HALTEN EUER AUTO FIT



**MEYER**  
Ihr Autohaus. Seit 1893



SKODA



Autohaus Meyer GmbH · Friedrich-Vorwerk-Str. 12-14 · 21255 Tostedt · Tel.: 04182 8099-0 · [www.meyer-tostedt.de](http://www.meyer-tostedt.de)

# Hobby Horsing

## Die Turniersaison geht erfolgreich weiter!

Mädels, Mädels, das war ein turbulentes Vierteljahr mit euch! Viele von euch haben an Turnieren teilgenommen, einige von euch sogar zum ersten Mal – Gratulation zur Feuertaufe! Ich kann euch sagen: Die Aufre-



In Hoopte wurde das Hamburger-Derby-Rennen nachgestellt.

gung bleibt, ist aber nur beim ersten Turnier am schlimmsten!

Folgende Turniere haben mit unserer Beteiligung stattgefunden:

Am 8.10. in Celle, am 4.11. in Neustadt am Rbg., am 18.11. in Altrip (Süddeutschland), am 19.11. in Hollenstedt-Regesbostel, am 9.12. in Hoopte und am 6.01. in Tarp.

Bei allen genannten Turnieren konnten sich die Hobby-Horserinnen des Todtglüinger SV immer sehr weit vorn behaupten. Vor allem in Neustadt am 4.11. konnten wir ziemlich viele



Wenke konzentriert beim Stilspringen in Neustadt

Platzierungen für uns gewinnen. Insgesamt 6-mal Gold, 3-mal Silber und 2-mal Bronze haben wir mit insgesamt 5 Teilnehmerinnen errungen. Das ist schon eine tolle Leistung! Aufgrund unseres mittlerweile 2-jährigen durchgängigen Trainings



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

Bahnhofstraße 33 • 21255 Tostedt

☎ (04182) 959 99 05 • [www.hoerwelten.com](http://www.hoerwelten.com)

# Hobby Horsing

konnten wir uns sehr viel Sprung- und Lauftechnik aneignen, was sich nun auch auf den Turnieren bezahlt macht. Ich bin sehr stolz auf euch, dass wir bei den Turnieren in Neustadt und auch Hollenstedt dieses Jahr fast die einzigen waren, die beim Zeitspringen eine durchgängige Galoppade gezeigt haben und somit keinerlei Strafpunkte kassierten. Das sah im letzten Jahr noch ganz anders aus! Nun haben wir das aber verstanden und intensiv geübt.

Wir trainieren übrigens in Todtglüsingern nach dem finnischen Regelwerk, dem Geburtsland des Hobby-Horsings. Dies



Nike fliegt beim Training hoch hinaus.

ist nicht grundsätzlich so. Vor allem dort, wo das Hobby-Horsing in Reitvereinen stattfindet, wird auf viele sportliche Einzelheiten gar nicht so exakt geachtet, wie z. B. Biegung und Stellung des Hobby-Horses in den Kurven sowie aufrechte Körperhaltung und Fußstellung in der Dressur und im Stilparcours und die durchgängige Galoppade beim Zeitspringen und noch vieles mehr. Grundsätzlich gibt es derzeit in Deutschland auch zwei Ausrichtungen des Hobby-Horsing: Zum einen das von der Reiterlichen Vereinigung (FN) geprägte Hobby-Horsing, das vornehmlich dafür gedacht ist, die Kinder auf das Reiten vorzubereiten. Wir präferieren aber das gymnastisch-athletische Hobby-Horsing nach finnischem Regelwerk, das vornehmlich in Sporthallen oder auf Sportplätzen stattfindet. Um dieser Sportart mehr Ausdruck und vor allem ein umfangreiches Regelwerk zu verleihen,



Bei einer Dressurkür ist Konzentration und Körperspannung gefragt.

wurde deshalb auch Ende des Jahres 2023 ein Hobby-Horsing-Verband gegründet, bei dem ich auch stolzes Gründungsmitglied sein durfte. Ein großer Unterschied ist auch, dass der Deutsche Hobby-Horsing-Verband (DtHHV) ganz klar ältere Jugendliche und Erwachsene zulässt und somit diese Sportart aus der kindlichen Ecke hinaus befördert. Dies wird von der Reiterlichen Vereinigung natürlich anders gesehen, da hier Hobby-Horsing nur eine Vorstufe des Reitens und es somit nur für jüngere Kinder geeignet ist. Dies lehnen wir aber ganz klar ab und um das zu verdeutlichen, starte ich seit Sommer

# Hobby Horsing



Marlene erlangt den 2. Platz beim Stilspringen in Celle.

2023 auch stets mit den Kindern und Jugendlichen auf den Turnieren – natürlich nur dort, wo auch eine entsprechende Altersklasse angeboten wird. Dies ist aber bei uns im Norden mittlerweile schon sehr weit verbreitet – anders als im Süden unseres Landes! Ich muss wirklich zugeben, dass es unglaublich viel Spaß macht, eine Dressuraufgabe mit allen Bewegungsabfolgen einzustudieren und zu perfektionieren oder einen Stil-Parcours so ideal wie möglich und einen Zeit-Parcours so schnell wie möglich zu absolvieren. Mit euch zusammen zu trainieren,

uns stetig zu verbessern und auf ein gemeinsames Ziel hinzuarbeiten – das macht mir Freude und gibt mir die Kraft, mit euch weiterzumachen und weitere „Hürden und Hindernisse“ zu überwinden, die diesem Sport nach wie vor in den Weg gelegt werden.

Das Jahr 2023 haben wir dann mit unserer alljährlichen Weihnachtsfeier am 22.12. abgeschlossen, die wir natürlich wieder mit einem Turnier gefeiert haben. Es gab ein Zeitspringen in verschiedenen Höhen und Altersklassen sowie ein Partner-Barrel-Race und eine von uns neu eingeführte Disziplin – die Stand-Up-Dressur. Hier wurden per Zufallsgenerator Weihnachtslieder abgespielt und die Teilnehmerinnen mussten dazu eine völlig spontane, selbst erdachte Dressurkür gehen. Als Höhepunkt haben Marlene und ich für alle ein Pas-De-Deux mit ganz viel weihnachtlichem Gold-Glitzer aufgeführt.

Das war für mich eine ganze Stange Arbeit, mir die ganzen Bewegungsabfolgen zu merken und einzustudieren! Da wurde mein Wohnzimmer zu Hause kurzerhand zum Dressurviereck und der ein oder andere Tatort fiel abends dann auch schon einmal aus!!!

Ich freue mich auf ein neues Jahr 2024 mit euch! Ihr seid diejenigen, die diese Sportart zum Leben erwecken und ihr habt die einmalige Chance, diese neue und junge Sportart aktiv mitzugestalten. Ihr seid Hobby-Horserinnen und darauf könnt ihr stolz sein!

Sina und Marlene



Tara bezwingt mühelos die 80er Hindernis-Reihe.

# Brigde/Brettspiele

## Bridge - Das faszinierendste Kartenspiel der Welt!

Jeden Mittwoch im Haus am See  
Spielnachmittage: 15.30 bis ca.17.30 Uhr  
Turniere: 15:30 bis ca.19:00 Uhr

Wir suchen dringend noch Mitspieler!  
Wenn ihr Interesse habt, kommt doch einfach mal vorbei und schaut euch unsere  
Spiele-Nachmittage an.  
Gäste mit Spielerfahrung sind uns herzlich willkommen.

Wir bilden auch Anfänger aus.



Informationen und Anmeldung  
TSV Geschäftsstelle: 04182 - 21172  
Ansprechpartnerin: Rosel Zeuschner-  
Beyreiß 0176-7023 54 94 oder  
zb.home@web.de



# WELLNESSDROPS

SAUNA | WHIRLPOOL | INFRAROT | SWIMSPA

**BESUCHEN  
SIE UNSERE  
AUSSTELLUNG**



[www.sauna-whirlpool.com](http://www.sauna-whirlpool.com)

Tel. 041 82/707 64 40

Wellnessdrops Ltd.  
Unter den Linden 26 A  
21255 Tostedt



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/Brettspiele	47	6,90	8,70	6,90	8,70
Fitness	28	12,50	19,50	17,50	26,00
Fitness + Group Fitness	(*)/F 28/19	22,50	29,50	27,50	36,00
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	19,00	11,30	21,00
Hip Hop	(*)/F 25	8,00	12,00		
Hundesport	(****) 15	7,70	9,50	7,70	11,00
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	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	10,00		
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	28,00	40,00	28,00	40,00
Rehasport privat + Fitness	(*)	38/28	28,00	40,00	28,00	40,00
Rehasport privat + Group Fitness + Fitness		38/19/28	38,00	50,00	38,00	50,00
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	10,00	3,00	11,00
Turnen/Rehasport für Kinder			10,00			
Yoga		37	8,50	15,00	22,00	30,00
Yoga + Group Fitness		37/19	18,50	25,00	32,00	40,00
Yoga + Fitness	(*)/F	37/28	18,50	25,00	32,00	40,00
Yoga + Group Fitness + Fitness		37/19/28	28,50	35,00	42,00	50,00
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 10,00 € 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 15,00 € Arbeitsumlage/Halbjahr berechnet.

(\*\*) In diesen Abteilungen ist von allen Mitgliedern ab 16 Jahren mindestens 1 Arbeitseinsatz (6 Std.) / Jahr zu leisten. Bei Nichtteilnahme werden 25,00 € ab 16 J. bzw. 50,00 € 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: in der Tennishalle 160,- €

**Beiträge für ruhende/passive Mitgliedschaft:** Jugendliche und Erwachsene 5,00 €

**Beiträge für Eltern/Kind Turnen:** Elternteil: 5,00 € Kind: 10,00 €

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

Kursgebühren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Wirbelsäulengymnastik / Fit bis ins hohe Alter (12 Stunden)	34,00 €	68,00 €
Wirbelsäulengymnastik / Bewegen statt Schonen (10x 90 min.)	44,00 €	85,00 €
Qi Gong	34,00 €	68,00 €
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

<b>1. Vorsitzender</b>	Christoph Quante	0157/74072328
<b>2. Vorsitzender &amp; Stellvertretender Schriftführer</b>	Stephan Schindzielorz	04182/3923
<b>Geschäftsführerin &amp; Kassenwartin</b>	Mara Bostelmann	0157/51068118
<b>Stellvertretender Kassenwart</b>	Heiner Hoops	04182/21172
<b>Sportwart</b>	Horst Dorsch	04180/670046
<b>Schriftführer</b>	Hans Jürgen Kieper	04182/7905
<b>Pressewart</b>	Detlef Koch	04182/292827
<b>Frauenwartin</b>	Corinna Kruse	04182/21759
<b>Jugendwart</b>	Klaus Haske	04182/293231
<b>Sozialwartin</b>	Stefanie Grimm	04182/7393

## Geschäftsstelle

Tostedter Straße 20, 21255 Todtglüsing  
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 Todtglüsing

## Fitnesshalle

Schulstraße 40, 21255 Todtglüsing

Telefon 041 82/28 77 89

## Haus am See

Am Baggersee 2, 21255 Todtglüsing

Telefon: 041 82 / 291 75 12

**Im Internet: [www.todtgluesinger-sv.de](http://www.todtgluesinger-sv.de) Per E-Mail: [post@todtgluesinger-sv.de](mailto: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 Ansprechpartnerin J. Labbow Schulturnhalle/Baggersee

Donnerstag	17:30–19:30	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 (Fitnesshalle)

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/Brettspiele Ansprechpartnerin Rosel Zeuschner-Beyreiß Haus am See

Mittwoch	15:30–17:30	Bridge für Jedermann	Rosel Zeuschner-Beyreiß
	ab April: 18:00–20:00	Brettspiele für Jedermann	Holger Mathes

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



# Trainingszeiten

## Fußball Abt.-L. Hans-Jürgen Kieper Sportplätze Düvelshöpen

Informationen rund um Fußball und Trainingszeiten unter [www.fussball-tostedt.de](http://www.fussball-tostedt.de)

Damen Obmann: Michelle Fuhrmann ☎ 0176/83165739

Herren Obmann: Philipp Böttcher ☎ 0160/5562792

Jugend Obmann: Stephan Grönwoldt ☎ 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
	18:00–19:00	Langhantel Workout	Kerstin
	18:15–19:15	Sling Training	Peter
	19:30–20:30	Indoor Cycling	Anne
Mittwoch	18:00–19:00	M.A.X.* u. Bauch Pur	Natalia
	18:00–19:00	Langhantel Workout	Kerstin
	18:30–19:30	Pilates meets Balance	Mara
	19:15–20:15	Functional Fitness	Natalia
	19:30–20:30	Indoor Cycling	Simone
Donnerstag	08:45–09:45	Rücken Flow	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
	19:30–20:30	Indoor Cycling	Trainerteam
	19:50–20:35	BBPR	Steffi
Samstag	12:00–13:00	Weekend Workout	Trainerteam

## Group Fitness Ansprechpartnerin Tatjana Oshana-John Kursprogramm Haus am See

Montag	17:45–18:45	Rücken Flow	Maren
	18:30–19:30	BBPR (ab 1.1.24)	Natalia
	19:00–20:00	Pilates	Maren
	19:30–20:30	HIIT THE BEAT*	Natalia
Dienstag	10:00–11:00	Pilates	Tatjana
	18:15–19:15	Sling Training	Sinah
Mittwoch	18:15–19:15	Sling Training	Natalja
Donnerstag	18:30–20:00	KARDO FightFit	Natalia
	19:00–20:00	FASZIO* / Faszien Training	Ilka
	20:00–20:45	HIIT Training	Natalia
Freitag	16:00–17:00	Sling Training Einsteiger	Natalja

Alle aktuellen Informationen zu unserem Kursprogramm 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

## Hip Hop Ansprechpartnerin: Jessica Djakow Tanzhaus

Freitag	16:30–17:30	Hip Hop 6–10 Jahre	Jessica Djakow
---------	-------------	--------------------	----------------

## Hundesport Abt.-L. Brigitte Hidde

### Trainingsplatz Baggersee

Montag	16:00–17:30	Agility Anfänger	Heike Martensen
	17:30–19:00	Agility Fortgeschrittene	Heike Martensen
Dienstag	17:30–19:00	Agility Fortgeschrittene	Antje Auer
	19:00–21:00	Agility Fortgeschrittene	Antje Auer
Mittwoch	15:00–16:30	Agility	Iris Herrndorff
	16:30–18:00	Agility	Julia Schammer
	18:00–19:30	Agility (14-tägig)	Julia Schammer
Donnerstag	08:30–10:00	Agility	Maren Dux / Iris Herrndorff
	10:00–12:00	Agility	Maren Dux / Iris Herrndorff
	10:30–12:00	Hoopers	Cornelia Marquardt
	12:00–13:30	Hoopers	Cornelia Marquardt
	15:00–19:00	Agility	Maria Frese
Freitag	18:00–19:30	Trick-Dog (14-tägig)	Maria Frese
	15:00–16:30	Hoopers Anfänger	Angelika Beeken / S. Stuhsnat
	15:00–19:00 ab 19:00	Hoopers Fortgeschrittene Agility	Antje Auer Sabrina Gästner / A. Theilen

### Wasserarbeit

Sonntag	10:00–14:00	Wasserarbeit	Lars Kramer
---------	-------------	--------------	-------------

### Trainingsplatz Harburger Str.

Montag	09:00–11:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
	15:00–17:00	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
	15:00–19:00	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
Dienstag	17:00–18:00	Grundgehorsam	Iris Herrndorff
	18:00–19:00	Begleithunde	Iris Herrndorff
Mittwoch	08:30–09:30	Grundgehorsam	Sandra Czyschke
Freitag	14:00–15:00	Longe	Kathrin Schröter
Samstag	09:30–10:30	Longe	Kathrin Schröter

Welpen nach Absprache mit Sandra Czyschke und Iris Herrndorff

### Friedrich-Wiechern-Platz

Montag	17:30–19:00	Obedience	Brigitte Hidde / Henrike Lühders
Freitag	09:00–11:00	Obedience	Sandra Czyschke

Neuanmeldung nach Rücksprache mit der Abteilungsleitung unter ☎ 0172-1531350

# 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	16:45–17:45	Jazz-Dance Kids 6–10 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	Senab
	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 Ansprechpartner: Maik Jalaß 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	20:00–22:00	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
Donnerstag	18:30–20:00		Jan Gutowski
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 Fitnesshalle ab April: Start am Baggersee	Petra Garbers
Samstag	08:30–10:00	Start am Baggersee	Petra Garbers

## **Radsport** Ansprechpartner: Geschäftsstelle

(Saisonstart Anfang April 2024)

Montag	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 1	Sven Krüger
	18:30–21:00	Rennrad Gruppe 2 (Rennrad 1 und 2 Start: REWE Markt Bahnhofstraße)	Silvia Ulbricht
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)	Silvia Ulbricht

## **Seniorentreff** Ansprechpartner: Geschäftsstelle

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

## **Skat** Abt.-L. Heinrich Wahlen Clubraum / Dojo

Montag	19:00	Skat für Jedermann	Heinrich Wahlen
--------	-------	--------------------	-----------------

## **Sportabzeichentraining** Ansprechpartnerin Claudia Fette

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



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

## Sonntag, 5. Mai, 11-17 Uhr

Haus am See - Am Baggersee 2 - Todtglüsingener

Eintritt frei

# Trainingszeiten

## 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 Ansprechpartner: Geschäftsstelle

Jugend Wintertraining: Tennishalle Schützenstraße  
 Jugend Sommertraining: Tennisanlage Lohberger Straße  
 Jugendwart: Arved Christensen (☎ 01511/0910004)  
 Sportwart: Jennifer Scherer (☎ 0171/1223422)

## Tischtennis Abt.-L. Jan Louis Gerth Schulturnhalle Todtglüsing

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

\* = Grundschulsporthalle Otter

## Turnen Ansprechpartnerin: Mara Bostelmann Schulturnhalle Todtglüsing

Montag	10:00–11:00	Qi Gong (Hinkenwarns Hus)	A. Martens
	15:00–16:00	Abenteuerturnen 3–5 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. 80+ (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
	16:00–17:00	Kinderturnen 3–5 Jahre (Haus am See)	M. Bostelmann
Mittwoch	17:00–18:00	Kinderturnen 3–5 Jahre (Haus am See)	M. Bostelmann
	17:00–18:00	Eltern-und-Kind-Turnen	S. Holtzhauer
	16:00–17:00	Gesundheitsförderung im Kinderturnen ab 4 Jahren	M. Bostelmann
Donnerstag	17:00–18:00	Abenteuerturnen 7–9 Jahre	M. Bostelmann
	09:00–10:00	Fitness Mix „Jung und Alt“ (Hinkenw. Hus)	Ilka Bode
	18:30–19:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov
Freitag	19:30–20:30	Wirbelsäulengymnastik (Hinkenw. Hus)	Natalja Totov
	15:30–16:30	Hobby-Horsing (5–9 Jahre)	Marlene
	16:30–17:30	Hobby-Horsing (ab 9 Jahre)	Marlene



# Trainingszeiten

## Yoga Ansprechpartnerin Isabella Werlich Kursprogramm Haus am See

Montag	09:00 – 10:30	Yoga auf dem Stuhl	Jeet
	17:15 – 18:15	Kinder Yoga (Präventionskurs)	Isabella
	18:30 – 19:45	Pränatal Yoga (Präventionskurs)	Isabella
	20:00 – 21:15	Einsteiger Yoga (Präventionskurs)	Isabella
	20:15 – 21:30	Feierabend-Yoga	Bianca
Dienstag	10:00 – 11:15	Postnatal Yoga mit Baby (Präventionskurs)	Isabella
	16:30 – 17:45	Afternoon Yoga	Micha
	18:00 – 19:15	Medical Yoga	Claudia
	19:30 – 20:45	Vinyasa Yoga	Claudia
Mittwoch	09:00 – 10:15	Hatha Yoga	
	17:30 – 19:00	Kundalini Yoga	Jeet
	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.
	10:30 – 11:45	Yoga auf dem Stuhl	Anja D.
	17:30 – 18:45	Lu Jong Yoga	Mouni
	19:00 – 20:30	AshtangaYoga	Maike
Freitag	09:00 – 10:30	Kundalini Yoga	Jeet
	11:00 – 12:15	Lu Jong Yoga	Mouni
	16:00 – 17:00	Kind-Eltern Yoga	Isabella
	16:00 – 17:30	Teen Yoga	Jeet/Micha
Sonntag	18:00 – 19:30	Nidra (jeden 1. Freitag im Monat)	Maike
	11:00 – 12:15	Sunday Yoga	Marie
	12:30 – 14:00	YinYoga	Marie

## Yoga Ansprechpartnerin Isabella Werlich Kursprogramm Fitnesshalle

Dienstag	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](http://www.kleesch.de)

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

# Turnen

## Spiel-Dich-Fit-Gruppe

Diese besondere Gruppe erfreut sich zunehmend großer Beliebtheit. Ein großes Plus davon ist der Schwimmtermin an (fast) jedem ersten Montag im Monat. Unsere Renate Preuß hatte für dieses Projekt die „Hoth-Stiftung“ gewonnen und einen bezahlbaren Eintrittspreis im Eurostrandbad in Fintel ausgehandelt! Das bleibt unvergessen!!! DANKE Renate ...

Aber auch der Sport in der Turnhalle macht uns allen großen Spaß. Neue Ideen werden aufgegriffen, ausprobiert, verändert und manche starke Teilnehmer werden mit einem „Handicap“ versehen ...

Auch in dieser Gruppe steht der Spaß an vorderster Stelle! Neue Teilnehmer sind erwünscht, ich freue mich über jeden.

Eure Claudia Fette



Auch Schwimmen steht regelmäßig auf dem Programm.

**Ganz nebenbei –  
Kontoeröffnung  
online!**

**VR Prime Konto**  
Wir machen den Weg frei.

Jetzt  
VR Prime Konto eröffnen



Alle Infos unter:  
[vblh.de/konto](http://vblh.de/konto)



**Volksbank  
Lüneburger Heide eG**

In 8 Min.  
zum neuen  
Konto!



# Sportabzeichen

Auch in diesem Jahr biete ich wieder das Sportabzeichentraining an. Alle Altersgruppen ab 6 Jahren bis hochbetagt sind herzlich willkommen ins Training hinein zu schnuppern. Schwimmen können ist eine Grundvoraussetzung zum Absolvieren der

Sportabzeichen-Prüfung. Das Training darf natürlich auch ohne sportliche Ambitionen besucht werden. Der Spaß und die Gemeinschaft stehen an erster Stelle. Die Trainingszeiten für die Kinder (wegen des Kinderturnens am selben Tag) beginnen

um 16.00 Uhr mittwochs nach Wetter und Absprache auf dem Sportplatz der Grundschule in Todtglüsing. Ab 17.00 Uhr sind die Kinder dann beim Turnen und bei mir geht es mit den Erwachsenen weiter ...

Ab 18.00 Uhr kann dann die Halle für das Geräteturnen genutzt werden. Bei guten Wetterverhältnissen treffen wir uns aber zum Ausdauertraining am Sportgelände Düvelshöpen. Alles nach Absprache in der WhatsApp-Gruppe. Ich freue mich über jeden neuen Teilnehmer.

Eure Claudia Fette



Laufen ist nur eine Möglichkeit von vielen beim Sportabzeichen.

*Die Goldschmiede*  
seit *Böhmsen* 1780  
*in Tostedt*

**Unter den Linden 9**  
**21255 Tostedt**  
**Tel. 0 41 82 / 89 53**  
[goldschmiede-boehrsen.de](http://goldschmiede-boehrsen.de)

*Handgefertigte  
Trauringkollektion*

Two gold wedding rings are shown. One is a simple band, and the other is a more ornate design with a textured surface.



Vorbereitung zum Standweitsprung

# Tanzen

## Wir tanzen Standard, Latein und Freizeittänze – aber was ist was?

Zu den Freizeittänzen gehören Tanzformen, die keine klare Zuordnung zu den klassischen Gesellschaftstänzen finden. Die typischen Freizeittänze sind Discofox, Discochart, Sequence Dances, Tango argentino, Salsa, Merengue & Co sowie historische Tänze wie Polka und Rheinländer.

Discofox wird bei uns in den Tanzkreisen mit unterrichtet, andere Freizeittänze finden Platz im Dezember und werden im Laufe des Jahres immer mal wieder wiederholt.

In den Tanzkreisen werden alle Tänze am Abend durchgetanzt, jeden Monat gibt es einen Schwerpunkt-Tanz, der „bearbeitet“ wird.

Tanzeinteilung im Jahresüberblick:



	Montag	Dienstag
Januar	Wiener Walzer	Langsamer Walzer
Februar	Jive	ChaChaCha
März	Langsamer Walzer	Tango
April	ChaChaCha	Rumba
Mai	Tango	Slowfoxtrott
Juni	Rumba	Samba
Juli	Slowfoxtrott	Quickstep
August	Samba	Paso doble
September	Quickstep	Wiener Walzer
Oktober	Paso doble	Jive
November	Wiederholungen	Wiederholungen
Dezember	Freizeittänze (Salsa, Polka, Discofox, Discochart, ...)	Freizeittänze

# Tanzen

In der 2. Unterrichtshälfte werden die Tänze des vorherigen Monats wiederholt.

Das Allerwichtigste bei allen Tänzen ist die Freude an der Bewegung.

Das Schöne beim Tanzen ist, es gibt keine Fehler, es gibt nur Variationen.

Und so wird im TSV getanzt:

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 wenig Vorkenntnissen.

Sofern keine Tanzkurse stattfinden, werden ausgefallene Termine (Urlaub, Fortbildungen ...) donnerstags von 20:30 bis 22:00 Uhr nachgeholt.

Schnuppern ist jederzeit möglich.

Meldet euch gern per WhatsApp unter 0170-2765240 oder per Mail:

[jcb\\_tanzer@icloud.com](mailto:jcb_tanzer@icloud.com)

Die Tanzkreise und wir freuen uns auf euch!

Nach Absprache sind auch Privatstunden möglich.

Christiane Beier



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



## WAS WIR FÜR SIE TUN KÖNNEN:

Computer • Notebooks • Peripherie  
Telekommunikationslösungen • Hard- und Software  
Computerzubehör • Unterhaltungselektronik  
Internetauftritte • Netzwerke  
Vor-Ort-Service und mehr

**Umbau Ihrer Hausverkabelung  
für DSL- oder Glasfaser  
Optimierung Ihres WLANs  
sowie Hilfe bei der  
Smartphone-Einrichtung**

**BREHMEDV**   
Beratung | Verkauf | Service

**Ihr Spezialist rund um  
EDV, Telekommunikation  
und mehr aus Dohren!**

## SIE ERREICHEN UNS UNTER:

Mobil 01 70 / 7 31 10 38 • Telefon 0 41 82 / 28 69 52

[info@brehm-edv.de](mailto:info@brehm-edv.de)

[www.brehm-edv.de](http://www.brehm-edv.de)



# Angeln

Nach der Ausbildung von Neuanglern zur Prüfung für den Fischereischein im März, starten wir im April wieder in die Angelsaison. Neben frischem Fischbesatz wird auch für das leibliche Wohl gesorgt.

Im Anschluss daran startet auch wieder die Jugend durch. Jeden 2. Samstag bis Ende Oktober. Bei der Angeljugend darf gerne zum Schnuppern vorbeigeschaut werden.

Jugendliche von 8–18 Jahren sind herzlich willkommen. In den Sommermonaten veranstalten wir ein Nachtangeln mit Zelten und Verpflegung. Im Sommerferienprogramm vom Jugendzentrum begleiten wir Angelte inkl. Nachtangeln.

Ab dem 7. Februar 2024 treffen wir uns wieder jeden 1. Mittwoch im Monat um 19:30 Uhr im Dojo. Dort wird gefachsimpelt, werden Arbeitseinsätze besprochen, Termine (wie das

Anangeln) festgelegt und verschiedene Themen besprochen. Eine gute Gelegenheit sich kennen zu lernen und Änderungswünsche einzubringen.

Die Arbeitseinsätze am Wasser bringen Alt und Jung zusammen. Und egal ob Sonne oder Schnee, gemeinsam oder alleine, gemütlich oder aktiv, jung oder alt, Tag oder Nacht – dieser Freizeitsport bietet eine Vielzahl an Möglichkeiten schöne Stunden am Wasser zu verbringen, sich zu erholen, Sonnenauf- oder -untergänge zu genießen, sich rege auszutauschen oder in aller Ruhe zurückzuziehen.



Und mit viel Glück oder Erfahrung gibt es am Ende eines Angeltages auch leckeren Fisch auf den Teller. (Brigitte)

Kontakt für die Jugend: Brigitte Kühn unter Petriette@gmx.de oder 04187 900626

Kontakt für die Angelabteilung: Klaus Haske 04182 293231

**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](mailto:info@pdbrehm.de)  
Internet [www.pdbrehm.de](http://www.pdbrehm.de)

**tischlernord**

# Skigymnastik

## 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



### „Fett weg“ beim „Wedeln“

Da die Organisation sich bei der Teilnahmemöglichkeit zum flexibleren Einstieg verändert hat, gibt es einen größeren Zulauf von Sportlern, die in flotten Schwüngen „Schneeberge“ hinunterwedeln möchten. Von Jugendlichen bis über 80-Jährigen ist alles dabei und jeder bekommt „sein Fett weg“. Das soll heißen, dass jeder seine individuelle Belastung selbst bestimmt. Unterschiedliche Übungsangebote machen das möglich. (Claudia)



Gleitbewegung auf Teppichfliesen

# Termine Termine Termine

März 2024							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9					1	2	3
10	4	5	6	7	8	9	10
11	11	12	13	14	15	16	17
12	18	19	20	21	22	23	24
13	25	26	27	28	29	30	31

Fr. 15.03. **Jahreshauptversammlung**  
19:30 Uhr, Gasthaus Wiechern

Mo. 25.03. **Pränatal Yoga**  
Start des neuen Kurses

Di. 26.03. **Postnatal Yoga**  
Start des neuen Kurses

April 2024							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
14	1	2	3	4	5	6	7
15	8	9	10	11	12	13	14
16	15	16	17	18	19	20	21
17	22	23	24	25	26	27	28
18	29	30					

Di. 09.04. **Beckenbodengymnastik**  
Start des neuen Kurses, siehe S. 17

So. 28.04. **Start der Outdoor-Tennis-Saison**  
mit Tennisschnupern  
Tennisplätze Lohberger Straße

So. 05.05. **See(h)momente**  
11:00–17:00 Uhr  
Haus am See

Mai 2024							
	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
18			1	2	3	4	5
19	6	7	8	9	10	11	12
20	13	14	15	16	17	18	19
21	20	21	22	23	24	25	26
22	27	28	29	30	31		

Do. 16.05. **Discofox-Workshop (4 Einheiten)**  
Do. 23.05. je 20:30–21:30 Uhr, Hinkenwarns Hus,  
Do. 30.05. Anmeldung per Mail erforderlich an  
Do. 06.06. [post@todtgluesinger-sv.de](mailto:post@todtgluesinger-sv.de)

---

## Vorankündigungen

08./09. Juni: Badminton Cup

15. Juni: Radtourenfahrt (RTF)

# 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 EDV** – PC-Service &  
Telekommunikation

---

**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

## **Arved Christensen**

Jugendwart Tennis  
01511-0910004

## **Dirk Claußen**

Seniorenfußball  
04181-35969

## **Jessica Djakow**

Hip Hop  
0174-8223836

## **Manfred Dünow**

Kanu  
0171-3603656

## **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

## **Brigitte Hidde**

Hundesport  
0172-1531350

## **Maike Hiller**

Kids in Action  
04182-707290

## **Silke Holtzhauer**

Turnen  
04182-3067



# Abteilungs- und Übungsleiter

## **Uwe Holz**

Judo

0157-38129977 bitte SMS oder WhatsApp

## **Ira Ibrahim**

Kickboxen / Boxen

0176-22649598

## **Maik Jalaß**

Kanu

0160-7996148

## **Hans-Jürgen Kieper**

Fußball

0170-6812516

## **Konstantin Krivoscheev**

Boxen / Gorodki

0177-4343067

## **Corinna Kruse**

Fußball

04182-21759

## **Brigitte Kühn**

Angeln

04187-900626

## **Julia Labbow**

Bogensport

0157-59126071

## **Annegret Martens**

Turnen

04182-7200

## **Holger Mathes**

Brettspiele

0163-9283049

## **Tatjana Oshana-John**

Sportkoordinatorin der Fitnesshalle

0175-7255141

## **Petra & Detlef Ott**

Karate

04182-8592

## **Silke Rohnke**

Badminton

04182-21243

## **Kristina Rosenberger**

Tischtennis Jugend

0176-62910593

## **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

# Verstorben

Wir trauern um unsere verstorbenen Mitglieder

## **Ingrid Aldag**

geboren am 12.02.1944

verstorben am 12.11.2023

Fitness & Rehasport

## **Ingeborg Ramcke**

geboren am 12.07.1936

verstorben im Dezember 2023

Rehasport

# Impressum

## Herausgeber:

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

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.



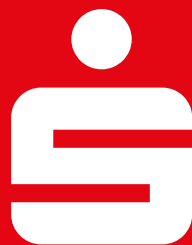


# Zum Glück gibt's guten Rat in Ihrer Nähe.

**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**