TSV AKTUELL

Gratis!

Dezember 2017

Das neue Sportkonzept: **Der TSV auf dem richtigen Weg**
Top-Thema: **Prävention & Gesundheitsförderung**

TSV 1887 SCHLOSS NEUHAUS

www.tsv1887.de

Mein Verein für **Sport, Fitness** und **Gesundheit!**

Foto und Anzeige: Thorsten Schneider • VIELBAUCH.de

INHALT

SEITE 05 **Editorial**
Mein Verein für Sport, Fitness & Gesundheit

SEITE 06 **Neues Sportkonzept**
Der TSV auf dem richtigen Weg

SEITE 16 **Top-Thema**
Prävention & Gesundheitsförderung

SEITE 22 **Abteilungsberichte**
Das Sportjahr 2017 im Rückblick

SEITE 58 **Sportangebote**
Für jeden das passende Sportangebot

SEITE 86 **Engagement**
Wir freuen uns auf Deine Unterstützung

SEITE 88 **TSV-Familiensport**
Gemeinsam aktiv

SEITE 90 **Wissenswertes**
Kontakt, Beiträge, Termine u. v. m.

CROSSFIT
BARBELL
TEAM

MEIN VEREIN FÜR SPORT, FITNESS UND GESUNDHEIT!

HAGEN SCHLÜTER
Erster Vorsitzender

LIEBE MITGLIEDER UND INTERESSENTEN,
Sie halten unser brandneues TSV-Aktuell in den Händen und das hat es im wahrsten Sinne des Wortes in sich!

Die diesjährige Ausgabe ist von Grund auf neu konzipiert. Angefangen mit dem neuen Vereinsdesign, mit dem oben gelesenen neuen Slogan, über eine ausführliche Berichterstattung unseres neuen Vereinskonzepts bis hin zu unseren neuen Sport- und Abteilungsangeboten und vieles mehr. Natürlich kommen unsere Abteilungsberichte nicht zu kurz, denn was wäre der Verein ohne diese. Verweisen möchte ich auf das Thema „Digitalisierung". Nicht nur Paderborn ist digital, sondern auch der TSV. Unsere neue Homepage ist online, unter der bekannten Adresse www.tsv1887.de erreichbar und wartet mit mancher Neuerung auf Sie.

Sie lesen, es gibt viel Neues zu berichten und zu entdecken. Ich freue mich Ihnen mit unserem TSV-Aktuell einen Überblick über das bereits Erreichte unserer Vereinsneuausrichtung vorstellen zu können.

Allen, die daran beteiligt waren und auch noch sind, ein herzliches Dankeschön! Nehmen Sie sich die Zeit und entdecken Sie den „neuen" und „doch gebliebenen" TSV 1887.

Ihr

DER TSV AUF DEM RICHTIGEN WEG

HAGEN SCHLÜTER
Erster Vorsitzender

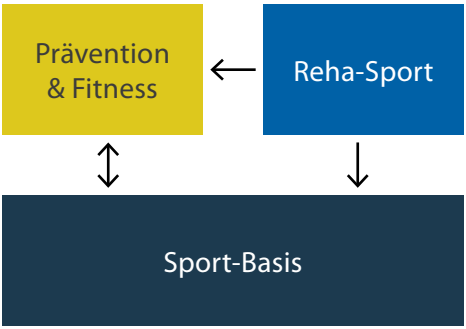
FRANZ-JOSEF BRINK
Ressortleiter Verwaltung & Sportangebote

THOMAS RASCHPER
Sportmanager

Getrieben durch stetig steigende behördliche Auflagen und die nachlassende Bereitschaft unserer Mitglieder sich ehrenamtlich zu engagieren, haben wir uns, nach dem Mitgliederentscheid auf der Jahreshauptversammlung, im vergangenen Jahr mit der Einstellung unseres Sportmanagers Thomas Raschper auf den Weg gemacht, unsere vereinsinternen Strukturen und Abläufe zu professionalisieren, unser Sportangebot weiterzuentwickeln und somit die Zukunftsfähigkeit unseres Vereins sicherzustellen.

Als Grundlage und Leitfaden für die zukünftige angestrebte Entwicklung haben wir zu Beginn des laufenden Jahres 2017 unser neues TSV-Sportkonzept entwickelt und erstmals auf dem alljährlichen Neujahrsempfang im Schloss unseren Mitgliedern präsentiert.

DAS TSV-SPORTKONZEPT



Die Ausgangssituation

In den letzten Jahren sind die Auflagen für die Sportvereine kontinuierlich gestiegen. Das dokumentiert sich nicht zuletzt unter anderem in den Veränderungen des Jugendschutzgesetzes, den steuerlichen Auflagen für Trainer, Übungsleiter und Ehrenamtliche sowie den Anforderungen und Erwartungen der eigenen Mitglieder. Das alles vor dem Hintergrund schwindender ehrenamtlicher Bereitschaft aufgrund geänderter Anforderungen aus dem täglichen Arbeitsleben und einem allgemeinen Mitgliederrückgang, den viele Sportvereine zu beklagen haben. Auch wir hatten in den vergangenen Jahren einen leichten, aber stetigen Rückgang bei der Anzahl der Vereinsmitglieder zu verzeichnen.

Sportvereine stehen stärker als jemals zuvor in Konkurrenz zu kommerziellen Sportanbietern und zum informellen Sporttreiben. Der moderne Sportverein wird verstärkt als Dienstleister wahrgenommen. Die Identifikation einzelner Mitglieder mit ihrem Verein nimmt ab. Dieses wird durch die hohe Fluktuation, die wir in den letzten Jahren in unserem Mitgliederbestand feststellen, untermauert.

Turnvereine positionieren sich in den letzten Jahren immer mehr in den Feldern Fitness und Gesundheit. Auch wir haben diesen Schritt bereits vor einiger Zeit gemacht und erste Angebote, wie den Rehabilitationssport, in unser Programm aufgenommen. Durch den demographischen Wandel und die Technisierung der Arbeitswelt ist die Förderung der Gesundheit als Motiv zum Sporttreiben in den Fokus vieler Menschen gerückt.

Fortsetzung →

Das Ziel

Basierend auf unseren satzgemäßen Zwecken sowie den Werten und Zielen, die wir in unserem Leitbild formuliert haben, und der bereits vorhandenen gesundheitlichen Ausrichtung des TSV, haben wir uns zum Ziel gesetzt, den TSV zu einem gesundheitsfördernden Sportverein zu entwickeln. Wir wollen alle Neuhäuser von den positiven Auswirkungen von Sport und körperlicher Bewegung auf die Gesundheit und von den Vorteilen der Gemeinschaft eines Sportvereins überzeugen. In diesem Kontext wollen wir den Verein als Ganzes stärken und die Identifikation mit dem Verein erhöhen. Trotzdem wollen wir auch unserer neuen Funktionen als Dienstleister gerecht werden und gesundheitsförderliche Maßnahmen für Nicht-Mitglieder anbieten.

Die Lösung

Das Sportangebot des TSV 1887 Schloß Neuhaus soll in Zukunft in drei Kernbereiche aufgeteilt werden.

Die Basis unseres Sportangebotes bilden weiterhin unsere traditionellen Breiten- und Wettkampfsportarten Handball, Leichtathletik, Tischtennis und Turnen. Auch in Zukunft soll unser Fokus vor allem darauf liegen, Kinder und Jugendliche für den Sport zu begeistern und auf diese Weise eine Basis für eine gesundheitsorientierte Lebensführung durch und im Sport zu legen. Mit Blick auf den demografischen Wandel wollen wir insbesondere auch auf die Bedürfnisse der Generation 60plus eingehen. Durch gezielte Sport und Bewegungsangebote, in denen insbesondere auch das gemeinschaftliche Miteinander groß geschrieben wird, wollen wir ihre Gesundheit und Lebensqualität fördern.

Hinzu kommen die beiden neuen Kernbereiche Prävention & Fitness und Rehabilitationssport (RehaSport). In diesen beiden Bereichen wollen wir gesundheitsfördernde Maßnahmen sowohl für unsere Mitglieder als auch für Nicht-Mitglieder anbieten. Teil unseres Angebotes sollen Präventionskurse sein, die mit dem Siegel „Sport pro Ge-

sundheit“ des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) zertifiziert sind. Diese Bewegungsprogramme richten sich insbesondere an Menschen, die inaktiv sind und/oder spezielle gesundheitliche Risiken reduzieren oder diesen vorbeugen möchten.

FÖRDERUNG VON GESUNDHEIT UND LEBENSQUALITÄT

Unser Verein und unser Sportangebot soll allen Mitgliedern und Interessierten unter der Berücksichtigung ihres Alters, des Geschlechts, der sozialen Herkunft und der körperlichen Leistungsfähigkeit offen stehen.

Unsere Sportangebote sollen in Zukunft abteilungsübergreifend so abgestimmt sein, dass unsere Mitglieder in Abhängigkeit ihrer individuellen Interessen und Bedürfnisse die Möglichkeit haben, nahtlos vom Kindes- und Jugendalter bis ins hohe Seniorenalter aktiv und in Bewegung zu sein.

Qualitativ hochwertige Angebote können wir nur anbieten, wenn unsere Übungsleiter und Trainer über die entsprechenden Qualifikationen verfügen und sich mit ihrer Aufgabe und unserem Verein identifizieren. Aus diesem Grund wollen wir unsere Übungsleiter und Trainer in Zukunft noch verstärkter bei der fachlichen und persönlichen Aus- und Weiterbildung sowie grundsätzlich bei ihrem wertvollen Engagement für unseren Verein unterstützten.

Anschließend haben wir begonnen das Sportkonzept und die daraus resultierenden Konsequenzen in die Tat umzusetzen. Im Folgenden sollen wichtige Schritte in kurzer Form erläutert werden.

Fortsetzung →

NEUSTRUKTURIERUNG DES HAUPTVORSTANDES

Da sich im Zuge der Professionalisierung die zukünftigen Aufgabenfelder des Vorstands des TSV geändert haben, beschloss die Mitgliederversammlung im März die bisher starren und in der Satzung fest verankerten Funktionsbezeichnungen in neue flexiblere Ressorts zu ändern.

Nachfolgend nahmen die neuen Ressortleiter, unterstützt durch ihre jeweiligen Ressortteams (jede Abteilung stellt ein Teammitglied pro Ressort) ihre Vorstandsarbeit auf. Durch die neue Struktur wird die Transparenz innerhalb des Vereins gesteigert und wichtige Aufgaben werden auf mehrere kompetente Schultern verteilt.

HAGEN SCHLÜTER
Erster Vorsitzender

BRIGITTE RUHE
Stellvertredende Vorsitzende

JULIA KRÖGER
k. Ressortleiterin Finanzen

GREGOR HOFFMANN
Ressortleiter Jugend

FRANZ-JOSEF BRINK
Ressortleiter Verwaltung & Sportangebote

Interesse?
geschaeftsstelle
@tsv1887.de

N.N.
Ressortleiter Kommunikation

GERD KNEPPER
Sonderressort Integration

GRÜNDUNG DES BEREICHS GESUNDHEIT**PLUS**

Mit dem Bereich Gesundheit**PLUS** können wir den in den letzten Jahren deutlich gestiegenen Bedarf an gesundheitsförderlichen Sportangeboten im Ortsteil Schloß Neuhaus gerecht werden. Mittlerweile können wir unseren Mitgliedern und auch Nicht-Mitgliedern 17 verschiedene Präventions- und Fitnesskurse sowie 11 Rehabilitationssportgruppen anbieten! Die Erweiterung des bestehenden Kursprogrammes umfasst die Hinzunahme von drei Präventionskursen. Diese Kurse sind aufgrund hoher Qualitätskriterien mit dem Siegel „Sport pro Gesundheit" des DOSB ausgezeichnet. Durch die erfolgte Zertifizierung können die Teilnehmer eine Erstattung der Kursgebühr bei ihrer Krankenkasse beantragen.

GESUNDHEIT
PLUS

NEUE SPORTARTEN IM TSV: HALLENBOSSELN UND TAEKWON-DO

Mit der neugegründeten Abteilung **Hallenbosseln** haben wir im Juli eine Sportart in unser Angebot aufgenommen, die vor allem auch Menschen ab 50 anspricht. So ist das dem Eisstockschießen ähnliche Zielwurfspiel Hallenbosseln bis ins hohe Seniorenalter und auch mit körperlichen Einschränkungen spielbar. Der Spaß am Sport und die Gemeinschaft in der Gruppe stehen immer im Vordergrund.

In der Turnabteilung bieten wir seit August die koreanische Kampfsportart **Taekwon-Do** an. Taekwon-Do fordert und fördert sowohl den Körper als auch den Geist. Im gemeinsamen Training lernen Jung (ab 6 Jahren) und Alt alle Anforderungen des Sports, wie zum Beispiel die Grundtechniken und Möglichkeiten der Selbstverteidigung, kennen und auszuüben.

MITARBEIT IM SPORTVEREIN

Im TSV sind ca. 100 Übungsleiter und Trainer aktiv. Sie sind für die Durchführung unserer Sportangebote und Kurse verantwortlich und sie trainieren und betreuen unsere Mannschaften bei Wettkämpfen und Spielen. Seit Beginn des Jahres treffen wir uns einmal im Quartal zu abteilungsübergreifenden Übungsleiterversammlungen. In diesem Rahmen informieren wir sie über aktuelle Entwicklungen im Verein und über wichtige Dinge rund um ihre Übungsleiter- bzw. Trainiertätigkeit. Darüber hinaus wollen wir die Versammlungen in Zukunft noch verstärkter zum internen Wissensaustausch und somit als Weiterbildungsmöglichkeit nutzen. Grundsätzlich hat für uns die Qualifizierung unserer Übungsleiter und Trainer einen hohen Stellenwart. Aus diesem Grund unterstützen wir sie gerne bei der fachlichen und persönlichen Weiterbildung.

Unsere Übungsleiter und Trainer arbeiten in verschiedenen Formen in unserem Verein mit. Die größte Gruppe engagiert sich ehrenamtlich und erhält für ihre Tätigkeit eine pauschale Aufwandsentschädigung. Außerdem arbeiten in unserem Verein Selbstständige auf Honorarbasis und angestellte Mitarbeiter mit. Im Rahmen dieser verschiedenen Formen der Mitarbeit im Sportverein haben wir im Laufe des Jahres unterschiedliche Änderungen vorgenommen bzw. vornehmen müssen. So haben wir die Verträge der ehrenamtlichen Übungsleiter und der Selbstständigen an aktuelle steuer- und sozialversicherungsrechtliche Regelungen angepasst. Für unsere angestellten Mitarbeiter haben wir neue Arbeitszeitregelungen umgesetzt, die eine flexiblere und damit dem Tätigkeitsfeld Sportverein angemessene Gestaltung der wöchentlichen Arbeitszeit ermöglicht. Außerdem haben wir uns im Rahmen des Bundeskinderschutzgesetzes und auf Basis von § 72 a SGB VIII verpflichtet, uns von allen Übungsleitern und Trainern, die bei uns im Verein im Kinder- und Jugendbereich tätig sind, eine Unbedenklichkeitsbescheinigung vorlegen zu lassen. Durch die Prüfung sollen insbesondere sexuelle Übergriffe in unserem Verein ausgeschlossen werden.

klingenthal. SPORT

TSV-VEREINSKOLLEKTION

Ebenfalls seit dem 1. Dezember 2017 bieten wir unseren Mitgliedern unsere TSV-Vereinskollektion an. Es können T-Shirts, Trainingsanzüge und vieles mehr in den schicken TSV-Vereinsfarben zu einem wirklich günstigen Preis erworben werden.

Kintrup
Brillen und Kontaktlinsen

Bielefelder Str. 7 · 33104 Paderborn
Tel.: 0 52 54 / 15 15
optik-kintrup@t-online.de
www.optik-kintrup.de

Fortsetzung →

NEUE INTERNETPRÄSENZ

Im Laufe des Jahres haben wir eine neue Internetpräsenz entwickelt, welche nun seit dem 1. Dezember als Beta-Version online ist. Durch die neukonzipierte Internetseite sind nun alle Informationen über den TSV an einer Stelle zu finden. So haben Mitglieder und Interessenten nun beispielsweise die Möglichkeit, die für sie relevanten Sportangebote auf digitalem und zugleich kinderleichtem Weg übersichtlich, schnell und interaktiv zu finden.

AUSBLICK – NEXT STEPS

Abstimmung Sportangebot

Durch eine fokussierte Zusammenarbeit der einzelnen Abteilungen sollen zukünftig sowohl die sportlichen Inhalte aufeinander abgestimmt werden als auch ein für alle Altersgruppen durchgängiges Sportangebot bereitgestellt werden.

Ausbau Kooperationen

Die Institutionalisierung der Kindheit (Kindergarten, Kindertagesstätte, Schule) führt zu immer geringer werdenden freien Zeiten für Sport und Bewegung und hat auch eine neue Konkurrenzsituation für uns als Verein geschaffen. Wir möchten unsere Zusammenarbeit mit den lokalen Bildungsträgern ausbauen, um das Defizit an Bewegung der Kinder und Jugendlichen auszugleichen und ihnen einen einfacheren Zugang zum Sport im Verein zu ermöglichen.

Der Bereich Gesundheit**PLUS** bietet vielfache Möglichkeiten für gezielte Kooperationen mit unterschiedlichen Gruppen, Ärzten, Firmen und/oder Vereinen. Durch geeignete sportbezogene Maßnahmen kann so der Gesundheitszustand der jeweiligen Teilnehmer verbessert werden.

FAZIT

Der TSV stellt sich den neuen Herausforderungen, um auch zukünftig seinen Mitgliedern ein attraktives Sportangebot in allen Altersklassen bieten zu können. Durch die bereits umgesetzten und die geplanten Maßnahmen geht der TSV gestärkt die nächsten Schritte an. Nicht zuletzt lässt uns die große Resonanz auf den Bereich Gesundheit**PLUS** und die gesteigerte Zufriedenheit der Mitglieder positiv in die Zukunft schauen.

PRÄVENTION & GESUNDHEITS-FÖRDERUNG

Jeder erinnert sich an früher: Wir sind die Bäume rauf und runter geklettert, haben Verstecken, Schnitzeljagd, Fangen, Werfen, Weitsprung, Tauziehen und vieles mehr gespielt. Alles war so selbstverständlich. Und nun?

WO SIND DIE KINDER IN UNS GEBLIEBEN? ...

Fortsetzung →

ISABELL KÖSTER
Sportwissenschaftlerin, längjährige Erfahrung und Spezialisierung im Präventions- und Rehabilitationssektor

... SPIELEN UND SICH BEWEGEN KANN DOCH JEDER!

Wir sind erwachsen und verbringen die meiste Zeit auf der Arbeit. Und die Bewegung? Die bleibt auf der Strecke. Zusätzlich bauen sich Stress und schlechte Essgewohnheiten in den Alltag ein. Ist das gesund? Nach und nach wird sich eine Vernachlässigung des eigenen Körpers negativ bemerkbar machen. Jeder kennt es, ein Zwicken hier ein Ziepen dort – bis hin zu dauerhaften Schmerzen. Ach da gehe ich doch zum Arzt und lasse mir eine Spritze oder ein paar Pillen geben, oder Anwendungen, so die Einstellung der meisten. Und dann? Eine Verordnung zum RehaSport, denn die Vernachlässigung hinterlässt dauerhafte Schäden, wenn man nicht auf den Körper hört und aktiv sowie dauerhaft etwas tut. Fühlt ihr euch angesprochen?

Dann geht in euch, erinnert euch wie es früher war, Bewegung war selbstverständlich. Welche Sportart hat mir so viel Spaß gemacht? Gibt es diese vielleicht auch für meine Altersklasse und geht das mit meinen Arbeitszei-

ten? Was kann ich denn sonst noch für mich tun und gibt es vielleicht Unterstützung? Ich habe keine Zeit ist nur eine Ausrede. Wer will, der kann und das wird belohnt. Was hat die Krankenkasse noch empfohlen?

EINEN PRÄVENTIONSKURS.

Die Krankenkasse zahlt nach einer erfolgreichen Teilnahme einen Teilbetrag der Kursgebühr zurück. Prävention bezeichnet nichts anderes als Maßnahmen zur Abwendung unerwünschter Ereignisse oder Zustände, die mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit eintreffen könnten, wenn nichts getan werden würde.

Also schaut mal auf unserer Homepage nach, nehmt unser Heft oder unseren Flyer in die Hand. Ihr werdet feststellen, dass sich einiges getan hat. Es gibt Möglichkeiten in die geliebte Sportart von früher einzusteigen oder eines der neuen Angebote im Bereich **Gesundheit**PLUS wahrzunehmen. Es gibt eine bunte Auswahl, da ist für jeden Geschmack und jede Neigung etwas dabei. Besser geht's nicht. Anmelden und den Termin in den Kalender eintragen – dann ist der Anfang gemacht!

Mit der Zeit werdet ihr euch wieder besser fühlen und könnt dank alltagsfreundlicher Bewegungstipps in den Kursen wieder selbstbewusster und gestärkt durch den Tag gehen und stressige Situationen besser meistern. Ein Transfer ins Berufsleben wird ebenfalls ermöglicht und das Zwicken und Ziepen verschwindet. Klingt gut, oder? Nach Beendigung eines Kurses besteht die Möglichkeit den Kurs fortzuführen oder ein anderes Vereinsangebot wahrzunehmen. Eine Anmeldung im Verein schafft zusätzliche Vorteile und gewährleistet, dass ihr dauerhaft in Bewegung bleibt. Spielerisch bewegen, das kann doch jeder.

In diesem Sinne, startet durch und bleibt gesund!

Fortsetzung →

TSV-RATGEBER:
TIPPS FÜR RÜCKENGERECHTES VERHALTEN IM ALLTAG & BERUF

Wie hebe & trage ich schwere Dinge?
Wie sitze ich an meinem Arbeitsplatz?
IST MIR DAS EIGENTLICH BEWUSST?!

Jeder sollte sich diese Fragen einmal stellen. Denn eines ist klar, zu wenig Bewegung und auch dauerhaft einseitige Bewegungen führen langfristig zu Rückenbeschwerden oder -schmerzen. Diese zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Beeinträchtigungen. Rückengerechtes Verhalten ist ein wichtiger Baustein, um Rückenleiden vorzubeugen. Unsere drei Praxisbeispiele sollen verdeutlichen, wie man durch die richtige Ausführung von Bewegungen im Alltag und Beruf Rückenbeschwerden und -schmerzen vorbeugen kann.

HEBEN

Beim Heben einer schweren Last (in unserem Beispiel eine Kiste Wasser) wirkt bei einem krummen Rücken ein Vielfaches des eigentlichen Gewichtes auf die Bandscheiben und die Wirbelsäule im unteren Rücken.

Das Anheben der Last sollte möglichst mit der Bein- und Armmuskulatur bei gestrecktem Rücken durchgeführt werden.

SO WIRD'S GEMACHT: Den Rücken gerade halten und Grundspannung aufbauen (Rumpfmuskulatur anspannen). In die Knie gehen, dabei das Gesäß nach hinten schieben und den Oberkörper gerade nach vorne neigen. Das Gewicht mit beiden Händen nah am Körper aufnehmen und aus den Beinen heraus aufrichten.

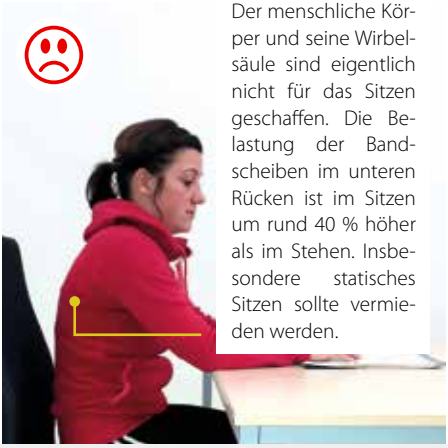
TRAGEN

Beim Tragen einer Last sollte eine Hohlkreuzstellung vermieden werden. Diese führt zur einer hohen einseitigen Belastung der Bandscheiben und Wirbelsäule.

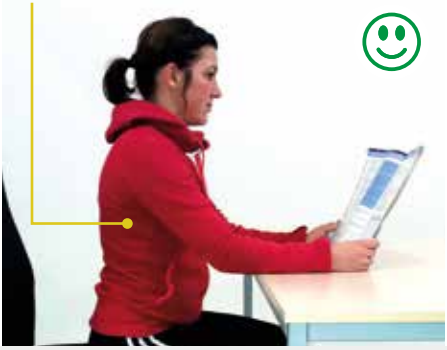
Nachdem die Last hochgehoben wurde ist es wichtig, sie so nah wie möglich am Körper zu tragen und das Gewicht gleichmäßig zu verteilen (symmetrisch).

SO WIRD'S GEMACHT: Den Körper aufrecht halten und Grundspannung aufbauen. Die Schultern nach hinten unten ziehen und die Ellbogen an den Körper legen. Es ist günstiger, nicht zu viel auf einmal zu tragen, sondern kleinere Mengen zu nehmen und dafür mehrmals zu gehen!

SITZEN



Der menschliche Körper und seine Wirbelsäule sind eigentlich nicht für das Sitzen geschaffen. Die Belastung der Bandscheiben im unteren Rücken ist im Sitzen um rund 40 % höher als im Stehen. Insbesondere statisches Sitzen sollte vermieden werden.



Aktives-dynamisches Sitzen fördert eine gute Versorgung der Bandscheiben mit Nährstoffen.

SO WIRD'S GEMACHT: So oft wie möglich Kopf, Nacken, Schulter, Rücken sowie Gliedmaßen bewegen und nicht längere Zeit ununterbrochen in der gleichen Körperhaltung verharren. Eine gute Möglichkeit ist, immer mal wieder für einige Minuten auf dem Gymnastikball zu sitzen – dieser fördert das aktive-dynamische Sitzen. Zusätzlich steht man am besten zwischendurch auch öfter mal auf und geht ein paar Schritte!

PAUL LÜTKE-BEXTEN
Abteilungsleiter
Hallenbosseln
abteilungsleiter-hallenbosseln
@tsv1887.de

WIR SIND DIE NEUEN IM TSV!

Als aktuell jüngste Abteilung haben wir uns im Juli dieses Jahres dem TSV angeschlossen. In den vergangenen Wochen konnten wir schon viele Interessierte zu unserer Trainingszeit am Donnerstag, in der Zeit von 18:00 bis 20:00 Uhr in der Andreas-Winter Sporthalle, begrüßen. Hallenbosseln ist eine Sportart, die in unserer Region nicht sehr verbreitet ist. Im Stadtgebiet sind wir sogar die Einzigen, die dieser tollen Sportart nachgehen! Ich freue mich

HALLENBOSSELN
EIN SPORT FÜR JUNG UND ALT

über die Möglichkeit euch an dieser Stelle das Hallenbosseln und unsere Abteilung vorstellen zu dürfen.

Hallenbosseln ist ein Zielwurfspiel, welches sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet ist. Es ähnelt dem Eisstockschießen und dem Curling. Da es in der Halle gespielt wird, ist es Wetter unabhängig und ganzjährig spielbar. Die so genannten Bosseln bestehen aus massiven Buchenholz und wiegen 4,6 kg. Von unten sind sie mit einer Bürstenplatte bestückt, um ein möglichst reibungsloses Rutschen über den Hallenboden zu gewährleisten. Ziel des Spiels ist es, die Bossel mit Kraft, Geschicklichkeit und der richtigen Taktik, möglichst genau in ein Zielfeld (4 x 2 Meter groß), in dessen Mitte die so genannte Daube platziert ist, gleiten zu lassen. Gespielt wird in zwei Mannschaften von je drei Spielern. Die Bossel, die zum Schluss der Daube am nächsten steht, zählt 2 Punkte. Jede andere Bossel im Zielfeld zählt 1 Punkt.

Fortsetzung →

Durch zielgenaues Werfen, kann die gegnerische Bossel aus dem Zielfeld gestoßen werden, was wiederum einen Zusatzpunkt bedeutet. Nach sechs Durchgängen steht der Sieger fest.

Momentan spielt unsere Bosselmannschaft in der höchsten deutschen Spielklasse. In den vergangenen Jahren feierten wir Aufstiege von der Bezirksklasse, über die Oberliga bis in die Landesliga. Unser größter sportlicher Erfolg aber war der dritte Platz bei den westdeutschen Meisterschaften im letzten Jahr. Im Oktober stand für unsere Abteilung das erste echte Highlight seit der Neugründung im TSV auf dem Programm. Wir waren einer von zwei Ausrichtern der Vorrunde der Westdeutschen Meisterschaften. In der Andreas-Winter Sporthalle maßen sich in der Gruppe Ost acht Mannschaften aus Ostwestfalen-Lippe und dem Münsterland miteinander. Zeitgleich spielten die Mannschaften der Gruppe West im rheinländischen Erkelenz

gegeneinander. Unsere Bosselmannschaft nahm natürlich auch am Wettbewerb teil und erreichte den dritten Platz. Mit diesem sehr guten Resultat im Rücken fahren wir nun im Februar des nächsten Jahres zur Endrunde nach Brakel. Wir sind guter Dinge, dass wir wieder eine gute Endplatzierung erreichen werden.

Hallenbosseln ist aber nicht nur ein Sport für Wettkampfsportler, sondern auch für Breiten- und Gesundheitssportler. Es ist ein Sport für alle, für Menschen mit und ohne körperliche Beeinträchtigungen. Wir freuen über jeden, der unsere Sportart gerne ausprobieren möchte und zu unserer Trainingszeit zum Schnuppern vorbeikommt!

Elektro Riemer
Hünenweg 22
33104 Paderborn

Alex Riemer
Elektroinstallateurmeister/
Elektrotechnikermeister

Tel: 05254 - 66 76 9

Fax: 05254 - 49 67
Mobil: 0171 - 2 86 79 69
info@elektro-riemer.de
www.elektro-riemer.de

NORBERT LIPPE
Abteilungsleiter
Handball

abteilungsleiter-handball
@tsv1887.de

MIT VIER SENIORENMANNSCHAFTEN UND WIEDER EINER EIGENEN JUGEND IN DIE NEUE SAISON

Nachdem wir im letzten Jahr mit vielen Aktionen unser 50-jähriges Abteilungsjubiläum gefeiert haben, lag in diesem Jahr unsere Konzentration darauf, unsere Jugendmannschaften neu aufzustellen, da wir unseren Zusammenschluss mit dem TuS Sennelager für den Jugendbereich zum Ende der Saison 2016/2017 aufgekündigt hatten.

HANDBALL
50 + 1 – NACH DEM JUBILÄUMS-JAHR GEHT ES MIT VOLLGAS WEITER

Ab dieser Saison nehmen wir wieder mit eigenen Mannschaften am Jugendspielbetrieb teil, da die Kooperation die gewünschten Erwartungen nicht erfüllen konnte. Wir spielen mit Mannschaften in fast allen Altersklassen, nur eine A-Jugend können wir aktuell nicht stellen. Dafür sind wir ganz neu mit einer Mädchenmannschaft in der C-Jugend angetreten. Norbert Flötotte ist als Trainer zum TSV zurückgekommen und möchte mit seiner Erfahrung im Damenhandball den Aufbau des Mädchenhandballs voran bringen. Die vielen Neuzugänge bei den Mädels müssen in ihren Spielen zwar noch oft Lehrgeld zahlen, konnten aber auch schon einen Sieg verbuchen. Auf jeden Fall haben sie viel Spaß und machen Hoffnung auf einen Neuanfang im Mädchenhandball in Schloß Neuhaus. Neue Interessierte sind, wie natürlich in allen Jugendmannschaften, immer gerne gesehen.

Fortsetzung →

Bei den **Minis (4-9 Jahre)** geht es in erster Linie nicht um Erfolg. Die Kids sollen Spaß haben und in die Sportart „Handball“ schnuppern. Unter der Leitung von Gregor Hoffmann und Fredrik Bohne sowie Jona Arenhövel zeigen die Minis auf jedem Miniturnier mit großzügiger Auslegung der Regeln und vielen Spielunterbrechungen, was sie drauf haben und was sie in ihren Trainingseinheiten gelernt haben.

Unsere **E-Jugend**, hier ein aktuelles Bild mit ihren neuen Trikots, konnte im letzten Jahr in der Kreisklasse unter Gregor Hoffmann sogar die Meisterschaft mit nur sechs negativen Punkten gewinnen. Natürlich haben sich unsere zukünftigen Stars riesig über den verdienten Erfolg gefreut – Glückwunsch nochmal!

Mit viel Leidenschaft erlernen sie in der E-Jugend die Grundzüge der Handballregeln anzuwenden und wie man sieht, das sogar erfolgreich.

Die **D-Jugend** konnte mit Trainer Günter Warkus einen sehr guten 5. Platz in der Kreisliga verbuchen. Mit 20:16 Punkten können die Jungs und Mädels auf eine super Saison zurückblicken. Sie vertiefen die Abläufe, um die technischen Fehler möglichst abzustellen und lernen verschiedene Spielvarianten kennen.

Die **C-Jugend**-Mannschaft um Trainergespann Mattis Lippe und Marcel Fischer konnte ebenfalls in der Kreisliga einen starken 3. Platz mit 14:10 Punkten belegen. In der C-Jugend liegt der Fokus auf der Deckungsarbeit, aber auch erste Spielzüge für den Angriff werden einstudiert. Die Jungs verstanden sich

Fortsetzung →

Malermeister
Hubert Giesguth

33104 PB-Schloß Neuhaus

Telefon 05254-1887
Mobil: 0171-5085323

aber nicht nur auf dem Platz blendend, sondern zeigten auch neben dem Feld, dass sie für den Verein leben.

In der **B-Jugend**, unter der Regie von Nils Lippe und nun auch Julian Schmidt, spielte man in der letzen Saison in der Kreisliga. Großer Wert wurde auf Flexibilität im Angriffspiel und die Deckung gelegt. Doch hierfür musste die Mannschaft sich nach einigen Abgängen neu finden. Im Nachbarschaftsduell mit Elsen konnte man punkten und blieb ungeschlagen, jedoch zeigten andere Teams uns durchaus Grenzen auf. Den Jungs ist es aber gelungen die gegnerischen Teams durch die Variabilität des eigenen Spiels immer wieder vor neue Herausforderungen zu stellen und für die aktuelle Saison einen guten Grundstein für ein flexibleres Spiel zu legen.

Im **Seniorenbereich** spielen wir mit einer Damenmannschaft und drei Herrenmannschaften. Unsere **Damenmannschaft** spielt in der aktuellen Saison in der Bezirksliga Lippe im oberen Drittel mit. Die größte Herausforderung für den neuen Trainer Dirk Schröder war der große Umbruch in der Damenmannschaft nach der letzten Saison, hier galt es die vielen ebenfalls neu gewonnene Spielerinnen erfolgreich ins Team einfügen.

Die **3. Herrenmannschaft** des TSV 1887 Schloß Neuhaus holte in der letzten Saison die Meisterschaft in die Residenz und krönte damit eine überragende Saison. Die Steiner-Sieben kassierte dabei nur eine einzige Niederlage während der gesamten Saison. Ein Wahnsinns-Erfolg!

Die Personaldecke war zu den ersten Meisterschaftsspielen noch etwas dünn, somit stand der Spaß am Sport absolut im Fokus. Einige Spieler hatten bereits in früheren Jahren zusammen gespielt, so dass zumindest keine große Eingewöhnung notwendig war.

Mit zunehmender Saisondauer konnten aber noch einige ehemalige Schlossherren für die Dritte akquiriert werden, so dass sich nach dem Saisonstart eine schlagkräftige Truppe ge-

Paul Picht
ABFLUSS-DIENST
Tel.: 05254 / 4250
Tag u. Nacht
• Rohrreinigung
• Hochdruckspülen
• TV- Untersuchung
• Dichtheitsprüfung
Almering 8, 33104 PB-Schloß Neuhaus
Tel.: 0 52 54 / 42 50

bildet hatte, die sehr ausgeglichen besetzt war. Der Schlüssel zum Erfolg war oftmals eine solide Defensive mit zwei starken Torhütern sowie das überragende Tempospiel und so konnte der TSV nach 20 absolvierten Spielen mit 38:2 Punkten und einer Tordifferenz von +181 von der Tabellenspitze aus glänzen.

Ein großer Dank gilt allen, die sportlich und abseits des Feldes dieses Meisterstück möglich gemacht haben. Mit einem herausragenden Teamgeist, Respekt, viel Motivation in den wöchentlichen Trainingseinheiten und spielerischem Können, hat der TSV 3 somit die Meisterschaft 2017 feiern dürfen.

In der **2. Herrenmannschaft** wurde nach dem einschneidenden personellen Umbruch zu Beginn der Saison 2016/17 für das erste Kreisligajahr das Ziel ‚Klassenerhalt' angesetzt. Dieses Ziel wurde mit einem 10. Platz und 22:26 Punkten klar erreicht. Ein Manko in der abgelaufenen Saison war allerdings die dünne Personaldecke, die es oft notwendig machte, auf Unterstützung der dritten oder auch ersten Mannschaft zurückzugreifen.

Durch die Erweiterung des Kaders durch drei A-Jugendliche der ehemaligen JSG, einen Zugang aus der Ersten sowie zwei externe Zugänge, scheint das Vorhaben, die neue Kreisligasaison 2017/18 auch ohne regelmäßige ‚Aushilfen' zu gestalten, realisierbar zu sein. Auch das gemeinsame Saisonziel, am Ende der Saison unter den ersten Sechs zu stehen, scheint nach dem bisherigen Saisonstart ebenfalls nicht unrealistisch zu sein.

In der ersten Runde des Volksbank-

Fortsetzung →

pokals traf die Zweite auf den klassenhöheren Bezirksligisten Detmold 2. Nach ausgeglichenem Verlauf bis Mitte der zweiten Halbzeit gelang aus einer konzentrierten Abwehr ein fulminanter Endspurt, der zu einem 33:25 Sieg führte. Ein Indiz, dass die Saisonvorbereitung nicht spurlos geblieben ist. Im Achtelfinale wartete dann allerdings mit dem Vorjahrespokalsieger und derzeitigem Tabellenführer der Bezirksliga, dem TSV Oerlinghausen, eine echte Herausforderung auf unsere Mannschaft. Hier war dann aber auch für unsere Zweite, als letzte verbliebene Mannschaft des TSV im Pokal, Endstation nach einem sehr ausgeglichenen Spiel, in dem wir sogar bis zur Halbzeitpause in Führung lagen.

Die **1. Herrenmannschaft** konnte sich im ersten Jahr der neuen Bezirksliga

Lippe gut behaupten, verlor allerdings unnötige Spiele gegen untere Tabellenränge, so dass die Meisterschaft leider schon früh verspielt wurde. Für dieses Jahr hat man sich etwas mehr vorgenommen. Vorrangig will man „Spaß“ haben und Spaß hat man nur wenn man gewinnt, so dass diesjährige Motto unserer Ersten. In der laufenden Saison sind sie noch ungeschlagen, allerdings mit zwei Unentschieden auf dem zweiten Tabellenplatz.

„Nach der Saison ist vor der Saison“ heißt es auch bei uns im Handball und so wird immer im Anschluss der abgelaufenen Saison schon mit der Kaderplanung für die neue Saison begonnen um früh genug in die Vorbereitungen, auf die neue Saison starten zu können. Allerdings hat sich nun schon im **17.**

IMMER AKTUELL:
DIE KOSTENLOSE
HANDBALL-APP

Jahr das Beach-Handball-Turnier am Lippesee fest in unserem Jahresplan etabliert. Dieses Event wird gerne als Unterbrechung angenommen. Bei meistens schönem Wetter, 2017 war da leider eine Ausnahme mit einigen Regenschauern, finden sich 6-7 Damenmannschaften und ebenso viele Herrenmannschaften am ersten Juli-Wochenende am Lippesee ein, um zwei schöne Tage bei spannenden Spielen, viel Spaß und dem einen oder anderem kühlen Getränk zu verbringen. Viele Spaziergänger und Besucher der Lippesee-Anlagen verweilen kurz um sich mal ein Spiel im Sand anzuschauen. Das besondere Flair im Sand, unter der Sonne, mit viel Musik und nicht ganz so ernsten Spielen ist eine willkommene Abwechslung, die auch unsere Gastmannschaften aus ganz Deutschland gerne annehmen. Einige kommen schon seit Jahren immer wieder zu uns an den Lippesee.

Nicht nur zum Beach-Handball, sondern auch zu unseren Heimspielen in der Andreas-Winter-Sporthalle, freuen sich unsere Mannschaften immer über viele Zuschauer. Zu den Spielen unserer 1. Herren finden mittlerweile fast einhundert Freunde und Fans des Handballsports den Weg in unsere Halle. Ein großer Dank an dieser Stelle gilt Ulrike Deleker und Elke Malina für ihre Unterstützung zu allen Heimspielen. Auch unsere **Handball-App** mit Spielplänen, Ergebnissen, teilweise sogar Live-Ticker, erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Sie ist kostenfrei in beiden App-Stores erhältlich.

GREGOR BÖHMER
Abteilungsleiter
Leichtathletik

abteilungsleiter-
leichtathletik
@tsv1887.de

Gleiches konnte man auch im Jahre 2017 wieder bei der Leichtathletik-Abteilung unseres TSV 1887 feststellen. Das gilt sowohl für unseren Trainingsbetrieb im Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbereich wie auch für unsere Veranstaltungen, bei denen sicherlich an erster Stelle unser Residenz-Abendlauf zu nennen ist. Mit 1.250 Teilnehmerinnen und Teilnehmern konnten wir in diesem Jahr wieder einmal einen neuen Teilnehmerrekord verbuchen.

LEICHTATHLETIK
VIELE ZUPACKENDE HÄNDE KÖNNEN VIEL GUTES AUF DIE BEINE STELLEN

Im Namen des gesamten Vorstandes unserer Leichtathletik-Abteilung möchte ich an dieser Stelle ein großes Dankeschön an alle richten, die zum Gelingen all dieser Aktivitäten beigetragen haben.

RÜCKBLICK

In 2017 haben wir erstmals von April bis Oktober einmal im Quartal die Abnahme der Lauf- und Walking-Abzeichen durchgeführt.

NRW-TITEL FÜR GOAR ENGELÄNDER

Gleich im Doppelpack gab es NRW-Titel für Goar Engeländer. Bei den NRW-Meisterschaften der Senioren im 10km-Straßenlauf, die in Siegburg ausgetragen wurden, waren 4 nicht ganz einfache Runden zu absolvieren. In den Runden gab es einen leichten Anstieg und eine darauf folgende Kopfsteinpflaster-Passage, was sich für den in der Altersklasse M65 startenden TSV-Athleten und seine Konkurrenten

Fortsetzung →

als durchaus kräftezehrend herausstellte. Trotzdem konnte er die 40:00- Minuten Schallmauer durchbrechen und sich in 39:45 min vor dem zweitplatzierten Rainer Müller Tus Deuz (40:05 min) durchsetzen. Deutlich entspannter verlief für ihn die NRW-Meisterschaft im Halbmarathon, die in Kranenburg-Nütterden (Niederrhein) ausgetragen wurden. Die 21,097km-Distanz war in 2 Runden durch Wald- und Wohngebiete zu absolvieren. Nach 01:31:35 Stunden konnte Engeländer das Ziel erreichen und konnte sich mit mehr als 9 Minuten Vorsprung den NRW-Meistertitel sichern.

HOCHSTIFT-CUP-ERFOLGE

Der Hochstift-Cup ging anno 2017 in seine 10. Auflage. Die Siegerehrung fand in diesem Jahr in der Borchener Gemeindehalle statt. Mehr als 500 Finisher wurden ausgezeichnet. Dabei waren auch ein paar Aktive des TSV 1887 Schloß Neuhaus. Zwei von ihnen müssen an dieser Stelle erwähnt werden:

Einen hervorragenden 2. Platz des Gesamt-Klassements der 10km-Serie konnte Sebastian Schär belegen. Er hatte in diesem Jahr unseren Residenz-Abendlauf gewinnen können und dabei seinerzeit seinen Konkurrenten Thomas Kruse hinter sich gelassen. Beide hatten bei etlichen Hochstift-Cup-Läufen in diesem Jahr um den Sieg gerungen, mal war Kruse siegreich, mal Schär. In der Gesamt-Wertung musste Sebastian Schär seinem Konkurrenten, mit dem er ansonsten gut befreundet ist, knapp den Vortritt lassen.

In der 5km-Wertung ging seine Lebensgefährtin Astrid Burghart ebenfalls nicht ohne Pokal nach Hause. Sie konnte den Altersklassensieg der W20 ungefährdet erringen.

Bei den Westfälischen Seniorenmeisterschaften, die im Mai im heimischen Ahorn-Sportpark ausgetragen wurden, konnte Anke Kerstein-Sutter auf der 3.000m-Strecke den Titel in ihrer Altersklasse W50 erringen. Sie war in 12:10 Minuten siegreich.

2. SCHLOSS POKAL IN NEUHAUS

Im September fand im Stadion am Merschweg die zweite Auflage unseres Kinderleichtathletik-Sportfestes um den Schloß-Pokal statt.

Bei bestem Wetter ging es für über 60 Kinder bis 11 Jahren in einer Teamwertung um den Gesamtsieg in ihrer Altersklasse.

Viel Freude bereiteten insbesondere die Kleinsten aus der KiTa „Lippekinder". In zwei Teams traten die hochmotivierten Kinder im Dosenwerfen, einer Balance-Staffel und einer Sprintstaffel gegeneinander an. Ihre tollen Mannschaftsleistungen wurden mit Urkunden und kleinen Pokalen belohnt.

Bei den U8/U10/U12er Teams waren sowohl die LA Jugend des gastgebenden TSV 1887 als auch Jugendabteilungen des VfJ Helmern, VfB Salzkotten, SV 21 Büren und des LC Paderborn stark vertreten.

Die Verantwortlichen um Gerrit Gutthoff bedanken sich bei allen jungen Aktiven für die Teilnahme. Ein großes Dankeschön geht auch an die Helfer der Teams. Das Orga-Team freut sich schon auf die 3. Auflage des Schloß Pokals im nächsten Jahr mit dem erklärten Ziel, noch weitere Kindergärten und Athleten für diesen tollen Teamwettbewerb zu begeistern.

MARKUS KÜRPICK
Abteilungsleiter
Tischtennis
abteilungsleiter-tischtennis
@tsv1887.de

Im Alltag der Tischtennisabteilung hat sich seit der letzten Ausgabe wie üblich vieles um den Spielbetrieb gedreht. Dabei konnten wir die vergangene Saison sehr erfolgreich abschließen. Die 1. Mannschaft bestritt vorsorglich Aufstiegsspiele zur Bezirksliga, verpasste den Aufstieg am Ende aber knapp. Besser erging es der 2. und 3. Mannschaft, die Aufstiege in die Bezirksklasse bzw. die Kreisliga erringen konnten. Die 4. Mannschaft beendete die Saison zwar auf einem Abstiegsplatz, konnte

TISCHTENNIS
DIE MISCHUNG MACHT´S

durch die Rückzüge anderer Mannschaften aber den Abstieg in die 3. Kreisklasse verhindern. In den letzten Jahren wurden unsere Mannschaften durchgehend als „Herrenmannschaften" bezeichnet, in der vergangenen Saison hatte Nicole Stich als Mitglied der 2. Mannschaft allerdings einen großen Anteil an der Meisterschaft.

Fortsetzung ⟶

Vor Beginn der neuen Saison begann die Suche nach Neuzugängen und mit dem Ergebnis können wir sehr zufrieden sein. Mit Dennis Symolka (SV Heide Paderborn), René Hahn, Christian Kroker (beide SC Borchen), Claus Schirmer und Friedhelm Röttges (beide SV RW Herbram) schlossen sich insgesamt fünf Spieler unserer kleinen Abteilung an. René und Christian waren früher schon für den TSV 1887 aktiv. Durch die Neuzugänge konnten wir die Qualität unserer Mannschaften vergrößern und wir waren in der Lage, eine 5. Mannschaft für den Spielbetrieb der 3. Kreisklasse zu melden.

Die aktuelle Saison 2017/2018 verläuft bisher zufriedenstellend. Unsere 1. Mannschaft befindet sich erneut in der Spitzengruppe der Bezirksklasse. Im Nachwuchsbereich nehmen wir mit insgesamt drei Mannschaften am Spielbetrieb teil. Einige der Schüler spielen erst seit kurzer Zeit Tischtennis und so geht es in erster Linie darum, den Spaß am Spiel zu vermitteln und die Fähigkeiten der jungen Spieler zu verbessern.

Ein besonderes Merkmal unserer Abteilung ist, dass wir seit vielen Jahren freundschaftliche Beziehungen zu vielen Vereinen im Bundesgebiet und in Paris pflegen. Treffpunkt aller befreun-

deten Vereine ist das von uns jährlich ausgerichtete Werner-Rech-Pokalturnier, dessen 37. Ausgabe am 10. Juni 2017 stattgefunden hat. In diesem Jahr traten in der Gruppe A der Titelverteidiger CPS X. Paris, das Damenteam des TTV Lage aus dem Lippischen, der SV Heide Paderborn und die Kreuzberger Sportfreunde Anadolu-Umutspor Berlin an. Die Gruppe B setzte sich aus den „Bremen Allstars", der TSG Harsewinkel, dem Herrenteam des TTV Lage und dem heimischen TSV 1887 Schloß Neuhaus zusammen.

Im Finale setzte sich die TSG Harsewinkel unerwartet deutlich mit 9:0 Punkten gegen die Kreuzberger Gäste durch. Den 3. Platz belegten die Vertreter Bremer Vereine, der TSV musste sich mit Platz 5 zufrieden geben. Das „Après-Tischtennis" und die Siegerehrung fanden wie im Vorjahr im Rahmen des Sommerfestes unserer Abteilung in der KAB-Hütte statt. Im Jahr 2018 wird es wieder „Bienvenue und Willkommen zum 38. Werner-Rech-Pokal" heißen.

Fortsetzung →

Zum Werner-Rech-Pokal gab es ein Wiedersehen mit den Spielern des CPS X. Paris, denen wir am letzten Wochenende der Osterferien 2017 einen Besuch abgestattet haben. Paris erreichten wir ohne Probleme, erstmals verlief die Fahrt ab Lüttich durch die Ardennen. Dadurch konnten wir das Verkehrschaos im Norden von Paris vermeiden und das Hotel vergleichsweise gemütlich über den Osten der französischen Hauptstadt erreichen. Angesichts eines für Samstag geplanten Freundschaftsspiels blieb für den touristischen Teil der Reise wenig Zeit. Am Abend des Anreisetages begaben wir uns zum Place du Trocadero und bestaunten den illuminierten und stündlich blinkenden Eiffelturm. Am nächsten Tag mussten wir eine beschwerliche Reise zum Spiel unternehmen. Da im Spiellokal des CPS X. ein Wahllokal für die Präsidentschaftswahlen eingerichtet wurde, fand das Spiel in der Halle des USCORG Montparnasse im äußersten Süden statt, wo uns bereits die heimische Presse erwartete.

Unseren Gastgebern unterlagen wir mit 7:8 und trafen uns später mit unseren französischen Freunden in dem kleinen Restaurant „Les Trublions". Dort haben wir hervorragend gegessen und nach dem Genuss des gewöhnungsbedürftigen Bieres einer Pariser Brauerei die Erkenntnis gewonnen, dass es in Paris ratsamer ist, einen Wein zum Essen zu bestellen.

Am Sonntag traten wir die Rückreise nach Schloß Neuhaus an, nachdem wir uns zuvor auf dem Markt an der Bastille noch mit Proviant eingedeckt hatten. Unsere nächste Fahrt nach Paris wird im Oktober 2018 stattfinden.

In der Zukunft werden wir das Ziel verfolgen, diese Freundschaften weiter zu pflegen. Innerhalb unserer eigenen Abteilung möchten wir die Nachwuchsarbeit intensivieren, um uns für die Zukunft zu wappnen. Wir laden jeden ein, Kontakt zu uns aufzunehmen, uns in der Turnhalle am Hallenbad zu besuchen und die verschiedenen Möglichkeiten kennen zu lernen, Tischtennis im TSV 1887 in und auch außerhalb einer Mannschaft zu spielen.

WILLI BRÜGGEMANN
Abteilungsleiter
Turnen
abteilungsleiter-turnen
@tsv1887.de

Das Turnjahr 2017 begann nach den Weihnachtsferien für alle mit dem normalen Trainingsbetrieb. Als erste gemeinsame Aktion der Abteilung wurde im Januar die diesjährigen Show „2gether“ des **Feuerwerks der Turnkunst in Hannover** besucht. Diese begeisterte mit verschiedensten tänzerischen, turnerischen und akrobatischen Elementen und brachte uns immer wieder zum Staunen.

TURNEN PADERBORN, BERLIN UND SENDENHORST – EIN ERFOLGREICHES JAHR

Während der **Paderborner Karnevalsparade** präsentierte sich die Turnabteilung bereits das 8. Mal und begrüßte die karnevalistischen Gäste am Straßenrand als „Schafsherde". Unter dem Motto „Hasi Palau, wir sind die Schafe vom TSV" wollten die Turnerinnen und Turner dem Publikum zeigen, dass die Freude an der Gemeinschaft eines der wichtigsten Dinge in einem Verein ist. Wie jedes Jahr präsentierten die Jecken des TSV eine neue Choreographie zu passender Musik.

Fortsetzung ⟶

Unsere Leistungsriege startete im März mit ihrem Trainierteam um Mario Mühlbächer in ein insgesamt sehr erfolgreiches Wettkampfjahr 2017. Los ging es mit den **drei Gauligawettkämpfen**, in denen in 4 Ligen

um die besten Plätze gekämpft wurde. In der Liga 1 ging es darum, sich mit dem Erreichen von Platz 1 ein Ticket für den Relegationswettkampf für die Landesliga zu sichern. Hier gingen gleich zwei Mannschaften des TSV im Kampf um den Sieg an den Start. Den ersten Wettkampftag konnte die 2. Mannschaft für sich entscheiden, bei den beiden folgenden Wettkämpfen lag die 1. Mannschaft knapp vorne und erreichte so in der Gesamtwertung der Gauligasaison den ersten Platz.

Aber auch in den anderen Ligen war der TSV 1887 Schloß Neuhaus sehr erfolgreich vertreten. In der 2. Wettkampfklasse konnte unsere 3. Mannschaft nach dem Aufstieg auf Anhieb einen tollen zweiten Platz verbuchen. Auch in Liga 4 war der TSV mit gleich zwei Teams vertreten. Der Mannschaft 4 gelang es hier den ersten Platz auf dem Treppchen zu erklimmen und schaffte somit den Aufstieg in die nächsthöhere Wettkampfklasse. Für unsere jüngsten Turnerinnen der Mannschaft 5, die in diesem Jahr ihre allerersten Wettkämpfe überhaupt absolvierten, reichte es leider nur für Platz 10. Trotzdem haben die Mädchen tolle Übungen gezeigt und ganz viele Erfahrungen für die nächste Saison gesammelt!

Im Juni war es dann soweit und für einige Turnerinnen und Turner des TSV 1887 Schloß Neuhaus hieß es: „Berlin, Berlin, wir fahren nach Berlin"! Ziel war für eine Woche das **Internationale Deutsche Turnfest** mit verschiedenen Wettkämpfen, Aufführungen und Veranstaltungen. Die Turnerinnen und Turner der Leistungsriege nahmen an verschiedenen Pokalwettkämpfen ihrer Altersklassen teil und die Showgruppe „Spumante" konnte den Zuschauern ihr Programm „Elfenwald" präsentieren. Neben den Wettkämpfen kam aber auch der Spaß nicht zu kurz. So wurden viele verschiedene Mitmachangebote auf dem Messegelände und auch die Stadiongala im Olympiastadion besucht. Außerdem begeisterten das National Danish Peformance Team und die Mehrkampfmeisterschaften unsere Turnerinnen und Turner. Im Rahmen des Deutschen Turnfestes nahm unsere Turnerin Annika Müller nach ihrer Qualifikation im letzten Jahr an den Deutschen Meisterschaften im Mehrkampf teil. Sie trat im Deutschen Sechskampf in ihrer Altersklasse in den Disziplinen Sprung, Stufenbarren, Boden, 75m-Lauf, Weitsprung und Kugelstoßen an und erreichte nach dem

BERLIN, BERLIN, WIR FAHREN NACH BERLIN!

Fortsetzung →

harten Training einen tollen fünften Platz! Nach der Abschlussfeier kehrten unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach einer erfolgreichen und spannenden Woche in Berlin zurück.

Nächster Programmpunkt für unsere Turnabteilung war der **Tag des Paderborner Sports**. Hier konnten Interessierte die Aufführungen unsere Tanzgruppen auf der Bühne bewundern und das Trampolin an unserem Stand selbst ausprobieren.

Bevor es anschließend in die Sommerferien ging, trafen sich unsere Frauengruppen zum alljährlichen gemeinsamen **Grillfest** und gemütlichem Beisammen sein. Damit die Sommerferien nicht zu lang wurden, führten einige Gruppen auch in den Ferien ihren Trainingsbetrieb weiter. Neben diesem hieß es auch dieses Jahr wieder **„Sommerferienturncamp beim TSV“.** Insgesamt nahmen 27 Turnerinnen aus dem Wettkampf- und allgemeinen Turnbereich aus verschiedenen Verei-

nen des OWTG an dieser einwöchigen Veranstaltung teil. Eine Turnerin war sogar extra aus Hamburg angereist, um bei unserem Turncamp dabei zu sein. In jeweils zwei dreistündigen Blöcken wurden täglich verschiedene Elemente am Boden, Stufenbarren und am Balken eingeübt oder perfektioniert. An allen Tagen war eine tolle, lockere Atmosphäre zu spüren, sodass das Turncamp wieder ein voller Erfolg war!

Am 1. Oktober fand zum dritten Mail der **„Bunny-Cup“** des OWTG statt. An diesem Breitensportwettkampf nahmen insgesamt rund 120 Mädchen und Jungen aus verschiedenen Vereinen des OWTG in der Andreas-Winter-Sporthalle teil. Sehr erfreulich ist, dass unsere Mannschaften des TSV in der ältesten Klasse den ersten Platz und in der Klasse der bis 10 Jährigen den zweiten Platz belegten. Auch die anderen startenden Mannschaften freuten sich über ihre guten Platzierungen.

Einen weiteren Anlass zur Freude gab es dann am zweiten Oktober-Wochenende für eine Auswahl von Turnerinnen aus unserer ersten und zweiten Mannschaft der Leistungsriege. Die Mädchen erturnten beim **Relegationswettkampf um den Aufstieg in die Landesliga** in Sendenhorst den ersten Platz und treten somit in der neuen Saison in der Landesliga 2 des Westfälischen Turnerbundes an. Nach dem Abstieg vor fünf Jahren ist diese Hürde endlich geschafft! Dabei behaupteten sich die Turnerinnen gegen

Fortsetzung →

elf andere Mannschaften und führten den Wettkampf am Ende des Tages mit 150,30 Punkten an, gefolgt vom TuS Wüllen (2. Platz, 148,35 Punkte) und TV Ibbenbüren (3. Platz, 146,30 Punkte). Nun heißt es für die Turnerinnen sich auf die drei Landesliga - Wettkämpfe im nächsten Jahr vorzubereiten, um an diese guten Ergebnisse anzuknüpfen und den Klassenerhalt in der Landesliga zu meistern.

AUFSTIEG DER TURNERINNEN IN DIE LANDESLIGA

Voller Tatendrang und hoch motiviert ging es also in der zweiten Woche der Herbstferien ins **Trainingslager,** welches erstmals in der Landessportschule in Osterburg, in Sachsen-Anhalt, stattfand. Die Landessportschule verfügt über eine Kunst- und Gerätturnhalle für Boden- und Gerätturnen, in der die Turnerinnen an fest installierten Sportgeräten und mit Hilfe einer Schaumstoffgrube erstklassig trainieren konnten. Bereits erlernte Elemente wurden verbessert und gefestigt, aber auch das ein oder andere neue Teil wurde erfolgreich ausprobiert und erlernt. Müde und erschöpft, aber auch mit neuen Erfahrungen und schönen Erinnerungen an eine tolle Woche, die allen viel Spaß gemacht hat, wurde dann am Freitagnachmittag nach einer letzten Trainingseinheit die Heimfahrt angetreten.

Auch die männlichen Turner des TSV waren in diesem Jahr außerordentlich erfolgreich. Die vier Neuhäuser Turner Tim Ringer, Sebastian Reller, Dominik Günzel und Moritz Brüggemann sind ein Teil der Startgemeinschaft Paderborn, die sich aus Turnern des TV Paderborn und des TSV Schloß Neuhaus zusammensetzt. Die Startgemeinschaft feiert in diesem Jahr ihr **zehnjähriges Bestehen**. Aufgrund des Jubiläums haben sie sich bereits am Anfang des Jahres das Ziel gesetzt, endlich den Aufstieg von der Verbands- in die Oberliga zu schaffen.

Den passenden Rahmen für einen möglichen Aufstieg hat sich die Truppe rund um Teamchef Felix Pott selbst geschaffen. Im Mai wurde in der hei-

Fortsetzung ⟶

mischen Turnhalle das große Ligafinale ausgetragen, bei dem insgesamt zwölf Vereine und ca. 100 Turner teilnahmen. Zudem konnte man 250 Zuschauer in der Halle begrüßen, unter denen auch einige Handballer des TSV kräftig für Stimmung gesorgt haben. Nach einer fulminanten Saison ohne Niederlage und einem perfekten Wettkampf gegen den TV Plettenberg beim Ligafinale konnte die **Verbandsliga-Meisterschaft** und der **Aufstieg in die höchste Turnliga Westfalens** realisiert werden.

Neben dem Aufstieg war das Internationale Turnfest in Berlin ein weiteres Highlight der Startgemeinschaft in diesem Jahr, bei dem zahlreiche Medaillen in verschiedenen Turnwettkämpfen errungen werden konnten.

Mit der Euphorie des Turnfests und gesteigertem Teamgeist startete im September die Oberliga-Saison. Ziel war hier von Anfang an der Klassenerhalt. Durch einen Sieg beim ersten Wettkampf in Duisburg konnte direkt ein Riesenschritt in Richtung Oberliga-Klassenerhalt gemacht werden. Als man dann überraschenderweise beim ersten Heimwettkampf auch noch den Vizemeister TSV Kierspe schlagen konnte, war der **Klassenerhalt geschafft**. Ein weiterer Heimsieg gegen die SuS Stadtlohn setzte ein weiteres Ausrufezeichen an die anderen Vereine der Liga. Zwei Wettkämpfe gegen die KTS Mettingen und den TV Isselhorst standen zu Redaktionsschluss noch aus.

Somit ist das Jubiläumsjahr auch gleichzeitig das erfolgreichste seit dem Bestehen der SG Paderborn.

Damit der TSV aber auch weiterhin junge Turner an die Oberliga-Mannschaft der SG heranführen kann, hat unser Trainer Mario Mühlbächer die Leitung der Übungsstunden der Jungen-Leistungsriege übernommen. Unter seiner Führung soll ein ähnlicher Leistungskader wie bei den Mädchen entstehen.

Den Abschluss des Turnjahres bildet das **41. Weihnachtsschauturnen**, bei dem alle Gruppen der Turnabtei-

lung ihr Können und ihre wochenlang eingeübten Programme zeigen und anschließend vom Nikolaus belohnt werden.

Im nächsten Jahr freuen wir uns auf viele erfolgreiche und anstrengende Trainingsstunden in bestehenden und neuen Sportangeboten mit alten und neuen Gesichtern. Außerdem trainieren die Turnerinnen und Turner fleißig für die Wettkämpfe in der Gau- und Landesliga, den Bunny-Cup und den Landesentscheid des Wettbewerbes „Rendezvous der Besten". Auch unsere Taekwondoka trainieren seit den letzten Sommerferien für ihre ersten Turniere und freuen sich auf ihre ersten gemeinsamen Teilnahmen. Darüber hinaus laufen bereits die Vorbereitungen für die Teilnahme an der Paderborner Karnevalsparade.

Hierbei freuen wir uns über alle Interessierten, die sich unserer Fußgruppe anschließen wollen oder uns am Straßenrand zujubeln.

GESUNDHEIT
PLUS

THOMAS RASCHPER
Sportmanager
sportmanager@tsv1887.de

FIT UND GESUND DURCH BEWEGUNG UND TRAINING

Im April 2017 haben wir unser Sportangebot um einen wichtigen Baustein ergänzt und den Bereich Gesundheit**PLUS** gegründet. Im Bereich Gesundheit**PLUS** werden die beiden Kernbereiche Prävention & Fitness und Rehabilitationssport vereint. Durch die angebotenen Kurse und Sportgruppen haben sowohl unsere Mitglieder, als auch alle Nicht-Mitglieder, die Möglichkeit durch gezielte ge-

UNSER NEUER BEREICH GESUNDHEIT**PLUS**

sundheitsfördernde Maßnahmen ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu steigern, gesundheitlichen Risikofaktoren entgegenzuwirken und dem Alltags- und Berufsstress zu entfliehen. Unser Angebot richtet sich an alle Altersgruppen, vom Nachwuchs im Kleinkindalter bis zur Generation 60plus. Für jeden ist ein passendes Angebot dabei!

ZERTIFIZIERUNG „SPORT PRO GESUNDHEIT“

Erstmals bieten wir so genannte Präventionskurse an. Das sind spezielle Gesundheitsprogramme, die auf die Reduzierung von gesundheitlichen Risikofaktoren und somit auf den Erhalt der Gesundheit ausgerichtet sind. Drei unserer Kurse sind mit dem Siegel **„Sport pro Gesundheit“** des Deutschen Olympischen Sportbunds zertifiziert worden.

Als Voraussetzung dafür erfüllen unsere Übungsleiter und wir als Verein

Fortsetzung →

hohe Qualitätskriterien. „Fit und gesund“, „Bewegen statt schonen“ und „Fascial Fitness“ heißen diese im TSV neuen, wissenschaftlich evaluierten Gesundheitsprogramme.

In Zusammenarbeit mit der Bundesärztekammer

SPORT PRO GESUNDHEIT

Zertifiziertes Angebot

DOSB

Im Kurs **„Fit und gesund**“ steht die umfassende Stärkung der Fitness im Vordergrund. Durch das Programm wird gesundheitlichen Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen und Bewegungsmangel aktiv vorgebeugt und entgegengewirkt. Im Ganzkörperkräftigungsprogramm **„Bewegen statt schonen“** wird der Fokus auf das Training des Haltungs- und Bewegungsapparates gelegt, um den Rücken zu stärken und so Schmerzen und Schädigungen vorzubeugen. Durch das Training der Faszien im Kurs **„Fascial Fitness“** wird das Bindegewebe elastisch, reißfest und kräftig zugleich. Das sind grundlegende Voraussetzungen für einen starken und schmerzfreien Rücken sowie zur Prophylaxe von Sportverletzungen.

Im Bereich Rehabilitationssport konnten wir unser Angebot ebenfalls deutlich erweitern. So bieten wir momentan zu 11 verschiedenen wöchentlichen Terminen Rehabilitationssport für Menschen mit orthopädischen Erkrankungen an.

Auch unser beliebtes Vitalcenter gehört mittlerweile zum Bereich Gesundheit**PLUS**. Im Vitalcenter besteht die Möglichkeit, ein Zirkel-Training an professionellen Trainingsgeräten durchzuführen. Durch eine regelmäßige Teilnahme lässt sich die körperliche Fitness und das Wohlbefinden steigern!

Unsere qualifizierten Trainerinnen und Trainern unterstützen die Trainierenden mit wertvollen Tipps und Korrekturen und ermöglichen die Durchführung eines auf die eigenen Bedürfnisse ausgerichteten Programms.

In Zukunft wollen wir unser bestehendes Programm weiterausbauen und sinnvoll ergänzen. In Kombination mit unserem gesundheitsförderlichen Abteilungssportangeboten wollen wir unseren Mitgliedern und Teilnehmern als starker Gesundheitspartner zur Verfügung stehen.

Alle Informationen zu unseren vielfältigen Kursen und zum Rehabilitationssport bekommen Sie in unserem jeweils aktuellen Flyer, auf unserer Homepage und natürlich persönlich in der TSV-Geschäftsstelle!

FÜR JEDEN DAS PASSENDE SPORTANGEBOT: **KINDER & JUGENDLICHE**

SCHNUPPERTRAINING

Du interessierst dich für eines unserer Sportangebote? Du weißt aber noch nicht, ob es das Richtige für dich ist?

Dann vereinbare ein kostenloses und unverbindliches Schnuppertraining über unsere Homepage oder die Geschäftsstelle. Du kannst jedes unserer Sportangebote zweimal testen (Ausnahme Kurse). Beim Mitmachen kannst du am besten beurteilen, ob du das passende Sportangebot für dich gefunden hast!

ELTERN-KIND-TURNEN 1 UND 2 UND 3

Bei uns wird gemeinsam geturnt, gesungen und gespielt. An Bewegungslandschaften lernen die Kinder verschiedene Bewegungsformen kennen. Im Vordergrund steht selbstverständlich die Freude am Bewegen und Turnen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Kinder von 2-4 Jahren und ihre Eltern

Dienstag, 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr, **Mittwoch, 16:00 Uhr bis 16:45 Uhr** oder **Mittwoch, 16:45 Uhr bis 17:30 Uhr**
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Tatjana Ritter (Di) & Miriam Schindler (Mi)**

HANDBALL MINIS (7-8 JAHRE)

Bei den Minis werden mit Jungs und Mädchen in altersgerechten Koordinationsübungen die üblichen Bewegungsabläufe und der Umgang mit dem Handball geübt und in einigen Spielturnieren im Jahresverlauf zur Anwendung gebracht.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Montag, 17:00 bis 18:30 Uhr
- Sporthalle am Merschweg
- Übungsleitung: **Gregor Hoffmann**

HANDBALL E-JUGEND (9-10 JAHRE)

In der gemischten E-Jugend steht der Spaß an der Bewegung und das gemeinschaftliche Spiel im Vordergrund, aber auch erste taktische und wurftechnische Einheiten werden in den Trainingsablauf integriert, um auch am Wochenende in der Saison zu bestehen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Dienstag, 17:00 bis 18:30 Uhr und **Donnerstag, 17:00 bis 18:30 Uhr**
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Gregor Hoffmann**

Fortsetzung →

HANDBALL D-JUGEND (11-12 JAHRE)

Die Jungs und Mädchen der D-Jugend werden mit Spaß, konditionellen und koordinativen Schwerpunkten im Training auf die Spiele am Wochenende vorbereitet. Ebenso werden die technischen Grundlagen ausgebaut.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Dienstag, 17:00 bis 18:30 Uhr und
Donnerstag, 17:00 bis 18:30 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Günter Warkus**

HANDBALL C-JUGEND WEIBLICH (13-14 JAHRE)

Viele neue Mädels erlernen hier die handballspezifischen Fertigkeiten und Bewegungskoordination und werden individuell gefördert um in den Saisonspielen sukzessive besser zu werden.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Mittwoch, 18:30 bis 20:00 Uhr und
Freitag, 18:30 bis 20:00 Uhr
- Sporthalle am Merschweg
- Übungsleitung: **Norbert Flötotte**

HANDBALL C-JUGEND MÄNNLICH (13-14 JAHRE)

Teambuilding, technische Grundlagen und Körperstabilisation bilden die Grundlagen des Trainings, um aus den Jungs eine Mannschaft zu formen, die am Wochenende mit Spaß ihre Spiele bestreitet.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Mittwoch, 18:30 bis 20:00 Uhr und
Freitag, 18:30 bis 20:00 Uhr
- Sporthalle am Merschweg
- Übungsleitung: **Mattis Lippe**

HANDBALL B-JUGEND (15-16 JAHRE)

Neben der technischen und taktischen Vielfalt im Training wird auch viel Wert auf die Abstimmung untereinander gelegt, um den Gegnern am Wochenende als funktionierende Mannschaft entgegenzutreten.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Dienstag, 18:30 bis 20:00 Uhr und **Freitag, 17:00 bis 18:30 Uhr**
- Andreas-Winter-Sporthalle (Di) / Sporthalle am Merschweg (Fr)
- Übungsleitung: **Nils Lippe**

KRABBELGRUPPE 1 BIS 4

KURSANGEBOT

Durch spannende und abwechslungsreiche Bewegungsräume wird die motorische Entwicklung der Kinder gefördert und unterstützt. Es werden Gerätelandschaften, Zelttunnel, Spielbank, Rutsche und andere Dinge aufgebaut. Auch der Austausch von Erfahrungen der Eltern ist Bestandteil der Stunde.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Kleinkinder (im Alter von 8 Monaten bis 2 Jahren)

Alle Termine finden Sie unter www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Doris Wilk**

LEICHTATHLETIK JUGEND (6-10 JAHRE)

In der Jugend (6 bis 10 Jahre) wird in lockerer Atmosphäre ein Einstieg für Kinder in die verschiedenen Disziplinen der Leichtathletik geboten.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Kinder ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 17:30 bis 18:30 Uhr und **Donnerstag, 17:30 bis 18:30 Uhr**
- Sporthalle / Stadion am Merschweg
- Übungsleitung: **Antje Chognitzki**

Fortsetzung →

LEICHTATHLETIK JUGEND (10-12 JAHRE)

In der Jugend (10 bis 12 Jahre) wird in lockerer Atmosphäre auf die Umsetzung der Zieltechniken in den Hauptdisziplinen der Leichtathletik hingearbeitet. Dazu gehören die Laufdisziplinen, die Wurf- und Stoßdisziplinen sowie die Sprungdisziplinen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Kinder ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 17:30 bis 18:30 Uhr und **Donnerstag, 17:30 bis 18:30 Uhr**
- Sporthalle / Stadion am Merschweg
- Übungsleitung: **Gerrit Gutthoff**

LEICHTATHLETIK JUGEND (12-18 JAHRE)

In der Jugend (12 bis 18 Jahre) wird in lockerer Atmosphäre auf die Umsetzung der Zieltechniken in den Hauptdisziplinen der Leichtathletik hingearbeitet. Dazu gehören die Laufdisziplinen, die Wurf- und Stoßdisziplinen sowie die Sprungdisziplinen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Jugendliche mit Fitnessgrundlagen

Montag, 17:00 bis 18:30 Uhr,
Mittwoch & Donnerstag, 18:30 bis 20:00 Uhr und
Samstag, 14:00 bis 16:00 Uhr
- Sporthalle / Stadion am Merschweg
  Ahorn-Sportpark (Sa.)
- Übungsleitung: **Gerrit Gutthoff & Antje Chognitzki**

LEISTUNGSTURNEN-TALENT-SICHTUNGSGRUPPE (4-6 JAHRE)

In der Turn-Talentsichtungsgruppe (TTSG) unserer Leistungsriege können Kinder ab 4 Jahren bis zum vollendeten 6. Lebensjahr (Schulleintritt) erste turnerische Erfahrungen sammeln und vielfältige sportliche Grundlagen erwerben.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Mädchen und Jungen
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Freitag, 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Mario Mühlbächer**

LEISTUNGSTURNEN MÄDCHEN (AB 6 JAHREN)

Unsere Turnerinnen der Leistungsriege nehmen an den Gauliga-Wettkämpfen des Ostwestfälischen Turngau teil. Die Mädchen trainieren dafür zwei bis dreimal pro Woche. Die Kunstturnerinnen trainieren in fünf Trainingsgruppen, welche nach Leistung eingeteilt sind.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Kinder und Jugendliche
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Eignungstest erforderlich

Montag, Mittwoch und Freitag, 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Trainerteam**

LEISTUNGSTURNEN JUNGEN (AB 6 JAHREN)

In der Leistungsriege Jungen bilden wir die Turner in den athletischen und technischen Grundlagen aus. An den Geräten lernen die Kinder erste turnerische Elemente und machen erste Erfahrungen am Gerät. Ziel des Trainings ist die Vorbereitung auf Wettkämpfe im Ostwestfälischen Turngau.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Kinder und Jugendliche
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Eignungstest erforderlich

Dienstag und Mittwoch, 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Mario Mühlbächer**

RUND UMS KIND

KURSANGEBOT

In diesem Kurs dreht sich alles rund um Babys erstes Lebensjahr. Die Kinder können viele neue und entwicklungsfördernde Bewegungs- und Sinneserfahrungen machen und die Eltern bekommen die Möglichkeit sich in der Gruppe über wichtige Themen wie Erziehung, Schlafverhalten und Ernährung auszutauschen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Babys (ab 12 Wochen) im ersten Lebensjahr

Alle Termine finden Sie unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Michaela Koch**

Fortsetzung →

SHOWTURNGRUPPE ERROR: DER NAME IST PROGRAMM!

Zurzeit besteht die Showturngruppe Error aus sieben Mädchen im Alter von 17 bis 20 Jahren. Alle Mädchen haben Spaß am Tanzen und freuen sich, immer wieder neue Formationen und Choreographien auszuprobieren und einzustudieren.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Jugendliche (ab 16 Jahren) mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Annkathrin Born und Sophie Lemmen**

TAEKWON-DO

Höflichkeit, Disziplin, Mut, Respekt und unbezwinglicher Wille – Diese Tugenden begleiten einen im ganzen Training. Die Teilnehmer lernen verschiedene Techniken und wie diese u. a. in der Selbstverteidigung eingesetzt werden können.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Kinder und Jugendliche ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr und **Donnerstag, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr**
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Jennifer, Stefanie und Carsten Balewski**

TANZEN SCHLOSSMÄUSE (4-6 JAHRE)

Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 4 bis 6 Jahren, die Freude und Spaß an Bewegung und Musik habe. Spielerisch wird ein Gefühl für Rhythmus und Musik, durch Singspiele, Improvisation von Bewegungen und altersgerechte Tanzchoreografien, vermittelt.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger

Mittwoch, 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Svenja Kahlert**

TANZEN BIRDYS (6-12 JAHRE)

Die Birdys bestehen derzeit aus ca. 14 Mädchen aus verschiedenen Altersklassen. Die Kinder erlernen Tänze aus verschiedenen Bereichen und entwickeln zusammen einfache Choreographien, die auch bei Auftritten präsentiert werden.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger

Donnerstag, 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
- Heinrich-/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Annkathrin Born**

TANZEN BIRDYS (AB 12 JAHREN)

Die Birdys ist eine Tanzgruppe, in der die Mädchen Choreographien zu aktuellen und auch älteren Liedern lernen. Dabei können sie jederzeit ihre eigenen Interessen äußern und diese in die Tänze miteinbringen, auch kleine akrobatische Figuren können Bestandteile der Choreographien sein.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Jugendliche mit Fitnessgrundlagen

Freitag, 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Sophie Lemmen**

TISCHTENNIS ANFÄNGER-, SCHÜLER- UND JUGENDTRAINING

Im Rahmen des Trainings lernen minderjährige Anfänger Schlagtechniken und Regeln kennen. In Mannschaften gemeldete Nachwuchsspieler verbessern durch qualifizierte Anleitung ihre Fähigkeiten.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Montag, 17:00 bis 19:00 Uhr,
Mittwoch, 17:00 bis 19:30 Uhr,
Donnerstag und **Freitag, 17:00 bis 18:30 Uhr**
- Turnhalle am Residenz-Hallenbad
- Übungsleitung: **Lothar Hartmann, Florian Kneuper, Bärbel Wiebe**

Fortsetzung →

TURNEN AN GERÄTEN (6-8 JAHRE)

Jeden Freitag treffen sich Turnerinnen im Alter von sechs bis acht Jahren, um gemeinsam zu turnen. Während der Übungsstunden steht das Erlernen der turnerischen Grundfertigkeiten im Mittelpunkt. Natürlich kommt dabei der Spaß und die Freude gemeinsam Sport zu betreiben nicht zu kurz.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Freitag, 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Theresa Brüggemeier**

TURNEN AN GERÄTEN (8-10 JAHRE)

Jeden Freitag treffen sich Turnerinnen im Alter von acht bis zehn Jahren, um gemeinsam zu Turnen. Während den unterschiedlichen Übungsstunden steht das Erlernen turnerischer Grundfertigkeiten im Mittelpunkt. Turnerinnen, die Lust haben können auch an einem Wettkampf teilnehmen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene

Freitag, 17:00 Uhr bis 18:15 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Gabriela Grosshausen**

TURNEN AN GERÄTEN (AB 10 JAHREN)

Die Gruppe ist für fortgeschrittene Turnerinnen geeignet. Nun werden die turnerischen Grundfertigkeiten gefestigt und weiterführende Elemente an den vier Geräten Sprung, Barren/Reck, Balken und Boden fleißig geübt.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene

Montag, 17:15 Uhr bis 18:45 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Hieu Van Luong**

TURNEN JUNGEN (4-6 JAHRE)

Jeden Donnerstag treffen sich die Jungen im Alter von 4 bis 6 Jahren, um sich gemeinsam zu bewegen und Spaß zu haben. Jede Woche wird ein Bewegungsparkour mit unterschiedlichen Stationen aufgebaut. An den Stationen verbessern sie ihre motorischen Fähigkeiten sowie ihre Kraft und Koordination.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger

Donnerstag, 16:00 Uhr bis 17:15 Uhr
- Heinrich-/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Anna Fee Wefelmeier**

TURNEN JUNGEN (6-10 JAHRE)

Jeden Montag treffen sich die Jungen im Alter von 6 bis 10 Jahren, um sich gemeinsam zu bewegen und Spaß zu haben. Nach einer Erwärmungsphase trainieren sie an unterschiedlichen Geräten, um ihre Kraft und Koordination zu verbessern. Zum Abschluss der Stunde wird ein gemeinsames Abschlussspiel gespielt.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Montag, 17:00 Uhr bis 18:15 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Gabriela Grosshausen**

TURNEN MÄDCHEN (4-6 JAHRE)

Jeden Montag treffen sich die Mädchen im Alter von 4 bis 6 Jahren, um gemeinsam eine Stunde Sport zu treiben. Durch die vielseitigen Übungen lernen die Kinder ihren Körper kennen, stoßen an ihre Grenzen und können ihre sportlichen Kompetenzen erweitern.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger

Montag, 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Malin Relard**

Fortsetzung →

TURNEN MÄDCHEN (6-8 JAHRE)

Jeden Donnerstag treffen sich die Mädchen im Alter von 6 bis 8 Jahren, um gemeinsam turnerische Elemente an verschiedenen Geräten zu üben und bei gemeinsamen Spielen Spaß zu haben.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Donnerstag, 17:15 Uhr bis 18:30 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Anna Fee Wefelmeier**

TURNEN MÄDCHEN (8-10 JAHRE)

Jeden Mittwoch treffen sich die Mädchen im Alter von 8 bis 10 Jahren, um gemeinsam Sport zu treiben und Spaß zu haben. Im Mittelpunkt unserer Stunde stehen das Erlernen und Trainieren von Rollen, Handständen und Rädern sowie das Balancieren oder auch das Trampolinspringen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Mittwoch, 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Anna Fee Wefelmeier**

TURNEN MÄDCHEN (AB 10 JAHREN)

Jeden Freitag treffen sich turnbegeisterte Mädchen, um sich auszupowern und ihre turnerischen Fähigkeiten zu verbessern. Die Turnerinnen, die Lust haben, ihr Können auch bei einem Wettkampf zu zeigen, erhalten die Möglichkeit am Bunny-Cup teilzunehmen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene

Freitag, 18:15 Uhr bis 19:30 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Gabriela Grosshausen**

ZUMBA KIDS JR. (4-6 JAHRE)

KURSANGEBOT

Die speziell für Kinder entwickelten Kurseinheiten sind energiegeladene Fitnesspartys mit kinderfreundlichen Choreographien und Musik, die Kinder lieben. Zumba fördert die Konzentration und das Selbstbewusstsein, regt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS** oder auch unter www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Natalie Reynolds & Annkathrin Born**

ZUMBA KIDS (7-10 JAHRE)

KURSANGEBOT

Die speziell für Kinder entwickelten Kurseinheiten sind energiegeladene Fitnesspartys mit kinderfreundlichen Choreographien und Musik, die Kinder lieben. Zumba fördert die Konzentration und das Selbstbewusstsein, regt den Stoffwechsel an und verbessert die Koordination.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS** oder auch unter www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Natalie Reynolds & Annkathrin Born**

ZUMBA TEENS (11-16 JAHRE)

KURSANGEBOT

Mit der passenden Musik und dem richtigen Beat werden die Kursstunden zu energiegeladenen Tanzpartys. Das Programm ist top-modern, steigert die Fitness und das Wohlbefinden. Ein hoher Spaßfaktor ist garantiert.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS** oder auch unter www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Natalie Reynolds & Annkathrin Born**

Fortsetzung →

FÜR JEDEN DAS PASSENDE SPORTANGEBOT: **ERWACHSENE**

SCHNUPPERTRAINING

Du interessierst dich für eines unserer Sportangebote?
Du weißt aber noch nicht, ob es das Richtige für dich ist?

Dann vereinbare ein kostenloses und unverbindliches Schnuppertraining über unsere Homepage oder die Geschäftsstelle. Du kannst jedes unserer Sportangebote zweimal testen (Ausnahme Kurse). Beim Mitmachen kannst du am besten beurteilen, ob du das passende Sportangebot für dich gefunden hast!

BADMINTON – JUST 4 FUN

Bei der Gruppe Badminton – Just 4 Fun treffen sich Jung und Alt, um gemeinsam dem Hobby Badminton nachzugehen. Der Fokus unserer Gruppe liegt darin Spaß und einen Ausgleich zum Alltag zu haben. Bei uns ist jeder herzlich willkommen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **André Günzel**

BALLSPORT UND FITNESS

Dieses Angebot ist für SportlerInnen gedacht, die einfach mal wieder Lust aufs Spielen jeglicher Art haben. Der Grundgedanke ist, sich mit verschiedenen Ballsportarten (Völkerball, Zombieball, Takeshi´s Castle, Brettball,…) auszupowern.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 19:45 Uhr bis 21:00 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Daniela Mehlich**

BAUCH-OBERSCHENKEL-PO (BOP)

Nach einen intensiven Aufwärmprogramm führen wir nacheinander Übungen zur Kräftigung der Bein-, Bauch- und Gesäßmuskulatur durch, die entweder im Stehen oder auf der Matte ausgeführt werden. Der klassische Situp ist genauso Bestandteil wie die Kniebeuge, die in jeder Stunde in unterschiedlichen Varianten dabei sind.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 18:15 Uhr bis 19:15 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Tatjana Ritter**

Fortsetzung →

BEWEGEN STATT SCHONEN

PÄVENTIONSKURS

Der Kurs für einen gesunden und starken Rücken: Im Rahmen eines funktionellen Ganzkörpertrainings kräftigen Sie die stabilisierende und führende Muskulatur der Wirbelsäule. Sie verbessern Ihre Körperhaltung und Beweglichkeit und lernen Möglichkeiten zur Entspannung kennen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS oder auch unter**
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Isabell Köster**

BODY IN MOTION FÜR FRAUEN (18-40 JAHRE)

Mit ausreichend und regelmäßiger Bewegung können wir Power gewinnen und gleichzeitig Stress, Aggressionen und Fett verlieren. Bei uns dreht sich nach einer Warm-Up Phase alles um die Kräftigung und Straffung der Bauch-, Bein-, und Pomuskulatur.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 19:15 Uhr bis 20:15 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Gaby Kolodziej**

BODYTRAINING FÜR FRAUEN

Ziel dieser Gruppe ist die Verbesserung der Fitness, Koordination, Kondition und Ausdauer. Dazu werden nach einer Aufwärmphase unterschiedliche Übungen bzw. Choreographien aus den Bereichen Pilates, Step Aerobic und Aerobic genutzt.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 20:15 Uhr bis 21:30 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Gabriela Grosshausen**

BREITENSPORT FÜR MÄNNER

Unsere Gruppe Breitensport richtet sich an Männer ab 50 Jahren, die ihre körperliche Fitness erhalten oder sogar noch verbessern wollen. Nach einem lockeren Aufwärmprogramm werden gymnastische Übungen in der Gruppe oder auch ein Zirkeltraining absolviert. Die Stunden klingen mit verschiedenen Bewegungsspielen aus.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 18:15 Uhr bis 19:30 Uhr
- Turnhalle am Residenzhallenbad
- Übungsleitung: **Eckhard Kleinert**

FASCIAL FITNESS

PÄVENTIONSKURS

Durch das Training der Faszien wird ihr muskuläres Bindegewebe geschmeidig, beweglich und kraftvoll. Das stärkt präventiv die Belastbarkeit von Sehnen und Bändern, führt zur Vermeidung und Reduktion von Gelenkschmerzen und bringt Ihre Körperkontur in Form.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Nina Wollmeyer**

FATBURNER WORKOUT

KURSANGEBOT

Durch eine Kombination aus einem intensiven Ausdauer- und Krafttraining werden gute Voraussetzungen geschaffen, um Gewicht zu verlieren und die Fitness zu steigern.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Mario Mühlbächer**

Fortsetzung →

FIT 4 FUN FÜR MÄNNER

In der Fit 4 Fun Männergruppe werden bei einem Aufwärmprogramm alle Körperregionen für den anstehenden Abend erwärmt. Anschließend wird bei verschiedenen Ballsportarten, wie Basketball, Volleyball und Fußball, Teamgeist, Beweglichkeit und Kondition gefördert.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Martin Klösener**

FIT IM ALTER

Die Frauen ab 70 Jahren haben durch den gemeinsamen Sport in der Gruppe eine tolle Gemeinschaft und können neue Kontakte knüpfen. Durch die abwechslungsreichen Sportstunden, von Gymnastik über rhythmische Übungen bis hin zur Entspannung, wird die Beweglichkeit und Mobilität aufrechterhalten.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Malin Relard**

FIT UND BEWEGLICH JUNG BLEIBEN FÜR FRAUEN

Wir sind eine Frauengruppe im Alter von 55 bis 88 Jahren. In unseren Sportstunden wollen wir fit werden und bleiben, den Alltag loslassen und zur inneren Ruhe kommen. Wir legen viel Wert auf Gemeinschaft und Spaß in der Gruppe.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 09:00 Uhr bis 10:00 Uhr
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Doris Wilk**

FIT UND BEWEGLICH JUNG BLEIBEN

Ziel des Trainings ist es, beweglich zu bleiben. Deswegen gehören ein Gleichgewichts- und, Koordinationstraining, genauso wie Übungen zur Kräftigung, Dehnung, Haltungsschulung sowie Entspannung zu jeder Stunde dazu. Das alles natürlich mit Musik, denn mit Musik geht alles besser und der Spaß kommt nicht zu kurz.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 9:15 Uhr bis 10:15 Uhr
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Karin Ebersberg**

FIT UND GESUND

PÄVENTIONSKURS

Das Gesundheitsprogramm zur umfassenden Stärkung der Fitness: Durch das Training steigern Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit und Ihr Wohlbefinden. Sie werden kräftiger, ausdauernder und beweglicher, so dass Ihnen alltägliche Anforderungen deutlich leichter fallen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Isabell Köster**

FRAUENGYMNASTIK

Wir beginnen unsere Stunden immer mit einem lockeren Aufwärmprogramm. Anschließend machen wir gezielte Übungen, welche die Beweglichkeit der Gelenke, das Gleichgewicht und die Koordination fördern sowie die gesamte Muskulatur kräftigen. Kleine Spiele und verschiedenen Hilfsmittel machen das Programm spannend und abwechslungsreich.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 18:35 Uhr bis 19:50 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Doris Wilk**

Fortsetzung →

FUNKTIONSGYMNASTIK FÜR MÄNNER

In unseren Trainingsstunden führen wir ein funktionelles Ganzkörpertraining durch. Ziel des Trainings ist es, beweglich und fit zu bleiben sowie körperlichen Einschränkungen vorzubeugen bzw. diese zu reduzieren.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Donnerstag, 18:45 bis 19:45 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Fjörn Franke**

HALLENBOSSELN

Hallenbosseln ist ein Zielwurfspiel, welches aus dem Eisstockschießen entwickelt worden ist. Ziel des Spieles ist es, die Bosseln mit Kraft, Geschicklichkeit und der richtigen Taktik, möglichst genau in ein Zielfeld, in dessen Mitte die so genannte Daube platziert ist, gleiten zu lassen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene ohne Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Donnerstag, 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Paul Lütke-Bexten**

HANDBALL DAMEN

Unsere Damenmannschaft ist nach einem Kaderumbruch und unter neuer Führung dabei, sich in der Bezirksliga einen Platz im oberen Drittel zu sichern.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 20:00 bis 21:30 Uhr und
Donnerstag, 20:00 bis 21:30 Uhr
- Sporthalle am Merschweg (Di) / Andreas-Winter-Sporthalle (Do)
- Übungsleitung: **Dirk Schröder**

HANDBALL 1. HERREN

Unsere Erste hat ihre Ziele dieses Jahr hoch gesteckt. Einziges Ziel: „Spaß haben“ - und Spaß haben wir nur wenn wir gewinnen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 20:00 bis 21:30 Uhr und **Donnerstag, 20:00 bis 21:30 Uhr**
- Andreas-Winter-Sporthalle (Di) / Sporthalle am Berufskolleg (Do)
- Übungsleitung: **Michael Steffan**

HANDBALL 2. HERREN

Unsere Zweite, das Sprungbrett für junge Spieler in die Erste und ein Platz für alle, die über kontinuierliches Training zum Erfolg für sich und die Mannschaft wollen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 20:00 bis 21:30 Uhr und **Donnerstag, 20:00 bis 21:30 Uhr**
- Sporthalle am Merschweg (Di) / Sporthalle am Berufskolleg (Do)
- Übungsleitung: **Rainer Schmidt**

HANDBALL 3. HERREN

Unsere Dritte, erfahrene Handballer, die sich nach dem Motto: „Minimaler Aufwand mit maximalem Erfolg“ seit zwei Jahren erfolgreich durch die Ligen spielen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 20:00 bis 21:30 Uhr und **Donnerstag, 20:00 bis 21:30 Uhr**
- Sporthalle am Merschweg (Di) / Sporthalle am Berufskolleg (Do)
- Übungsleitung: **Maurizio Fenu**

Fortsetzung →

HATHA YOGA

KURSANGEBOT

Hatha Yoga ist eine bewährte Methode, um Körper, Geist und Seele zu stärken. Durch verschiedene Körper-, Atem- und Besinnungsübungen lernen Sie Stress zu lösen, tief zu entspannen und Körper und Geist zu harmonisieren. Im Vergleich zu Hatha Yoga med. werden die Stunden etwas intensiver und anspruchsvoller gestaltet.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Sandra Osterkamp**

HATHA YOGA MED.

KURSANGEBOT

Hatha Yoga ist eine bewährte Methode, um Körper, Geist und Seele zu stärken. Sie lernen Stress zu lösen, tief zu entspannen und Körper und Geist zu harmonisieren. Hatha Yoga med. richtet sich an alle, die sich einen sanften Einstieg wünschen, also auch an Menschen mit eingeschränkter Belastbarkeit.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Sandra Osterkamp**

IN BALANCE BLEIBEN

KURSANGEBOT

Dieser Kurs soll Ihnen helfen, sich besser zu entspannen und dem Alltags- und Berufsstress zu entkommen. Angewandt werden verschiedene Entspannungstechniken aus den Bereichen Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Klangtherapie und Meditation.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Alle Termine finden Sie im Flyer
Gesundheit**PLUS** oder auch unter
www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Christiane-Anna Bentler-Meier**

LAUFEND DURCH DAS JAHR

KURSANGEBOT

Ob Laufabzeichen, die Teilnahme an einem Volkslauf oder einfach mehr Gesundheit durch Bewegung - Gründe für das Laufen gibt es viele. Der TSV bietet neben dem ganzjährigen Lauftreff, ein abgestimmtes Kursangebot für Läuferinnen und Läufer und die, die es werden wollen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS oder auch unter** www.tsv1887.de
- Wilhelmsberg / Ahorn-Sportpark
- Übungsleitung: **Andreas Werneke**

LAUFTRAINING FÜR AMBITIONIERTE

Laufbegeisterte haben in unserer Gruppe Lauftraining für Ambitionierte die Möglichkeit unter fachkundiger Anleitung zu trainieren. Innerhalb des Trainings werden Kleingruppen in Abhängigkeit des Trainingszustandes und der Wettkampfambitionen gebildet.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Ahorn-Sportpark
- Übungsleitung: **Michaela Zwiener & Dieter Röttger**

Fortsetzung →

Werneke
SPORTCOACHING
Beratung . Coaching . Training
www.werneke-sportcoaching.de

LAUFTREFF

In unserem Lauftreff absolvieren Läufer, Walker und Nordic-Walker in unterschiedlichen Leistungsgruppen unter qualifizierter Anleitung ein Ausdauertraining. Unser Lauftreff ist offen für jedermann! Neueinsteiger, insbesondere auch untrainierte Anfänger, sind jederzeit herzlich willkommen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 18:00 Uhr und **Samstag, 15:00 Uhr**
- Wilhelmsberg
- Übungsleitung: **Eckhard Kleinert**

LEISTUNGSTURNEN MÄNNER – SG PADERBORN

Wir, die Startgemeinschaft Paderborn, setzten uns zusammen aus Turnern des TSV 1887 Schloss Neuhaus und des TV 1875 Paderborn. Wir sind eine leistungsorientierte Turngruppe und sind alle zwischen 17 und 33 Jahren alt. Neue Gesichter sind bei uns herzlich Willkommen, jedoch sind Vorerfahrungen im Kunstturnen zwingend erforderlich.
www.sg-paderborn.de

GEIGNET FÜR:
- ✓ Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Jugendliche (ab 16) & Studenten mit Erfahrungen

Montag und **Mittwoch, 17:30 Uhr bis 20:00 Uhr**
Dienstag und **Freitag, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr**
- Andreas-Winter-Sporthalle (Mo, Mi) / Sporthalle der Friedrich-Spee-Gesamtschule (Di, Fr)
- Übungsleitung: **Im Team**

RÜCKEN FIT 1 UND 2

Unsere Gruppen Rücken Fit 1 und Rücken Fit 2 sind etwas für die Teilnehmer, die unter Verspannungen leiden, Haltungsschwächen haben oder die Rückenmuskulatur gezielt stärken möchten.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr
Dienstag, 18:45 Uhr bis 19:45 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Gaby Kolodziej**

RÜCKEN FIT 3

Wir sind eine altersmäßig bunt gemischte Gruppe. Zu Beginn starten wir mit einem Aufwärmprogamm, welches auch viele Übungen für die Koordination enthält. Im Anschluss folgen kräftigende und mobilisierende Übungen auf der Matte, die dann in die Phase der Entspannung übergehen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 19:50 Uhr bis 20:50 Uhr
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Stefanie Reuter**

SENIORENGRUPPE MIT BALL UND BEWEGUNG

In unserer Freizeitgruppe treffen sich Männer, die Spaß an der Bewegung haben. Sie treffen sich einmal in der Woche um bei Gymnastik, Rückenschule aber auch verschiedenen Ballspielen ihre Fitness zu erhalten oder auch zu steigern. Wer Interesse an hat, ist herzlich eingeladen, sich unserer Gruppe anzuschließen.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Dienstag, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
- Turnhalle am Residenz-Hallenbad
- Übungsleitung: **Peter Güthoff**

SHOWTURNGRUPPE: SPUMANTE

Wir, die Showturngruppe Spumante, existieren bereits seit vielen Jahren in unserer Turnabteilung. Wir bestehen aus 16 Turnerinnen, die mit dem Breitensport begonnen haben und sich nun auf das Showturnen spezialisieren.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Frauen mit Fitnessgrundlagen

Montag, 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
- Andreas-Winter Sporthalle
- Übungsleitung: **Julia Meier**

Fortsetzung →

STEP AEROBIC

Seit über 15 Jahren existiert unsere Step Aerobic Gruppe. Etwa 45 Minuten wird mit Stepbrettern trainiert, anschließend wird die Stunde mit einigen Übungen zur Kräftigung und Dehnung beendet. So werden Beweglichkeit, Koordination und Kondition trainiert.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Montag, 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr und **Mittwoch, 18:30 Uhr bis 19:30 Uhr**
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Gabriela Grosshausen**

STRAFFER BAUCH – GESUNDER RÜCKEN

KURSANGEBOT

Zu motivierender Musik wird ein intensives Ganzkörpertraining absolviert, bei dem der Fokus auf der Kräftigung der Rumpfmuskulatur liegt. So wird die Fitness gesteigert, die gesamte Muskulatur gekräftigt und der ganze Körper gestrafft.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS oder auch unter** www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Ortrud Belz**

TAEKWON-DO

Höflichkeit, Disziplin, Mut, Respekt und unbezwinglicher Wille – Diese Tugenden begleiten einen im ganzen Training. Die Teilnehmer lernen verschiedene Techniken und wie diese u.a. in der Selbstverteidigung eingesetzt werden können.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Montag, 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr und **Donnerstag, 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr**
- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (alt)
- Übungsleitung: **Jennifer, Stefanie und Carsten Balewski**

TANZ & GYMNASTIK FÜR SENIOREN/INNEN

KURSANGEBOT

In keiner Lebensphase ist es so wichtig, fit und aktiv zu bleiben, wie im dritten Lebensabschnitt. Genau hier setzt unser Kurs an. Damit Mobilität, Koordinationsvermögen, Reaktion und Kraft nicht nachlassen, liegt der Schwerpunkt auf rhythmischer Gymnastik mit unterhaltsamer Musik.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Alle Termine finden Sie im Flyer Gesundheit**PLUS oder auch unter** www.tsv1887.de
- Gesundheitszentrum Hermann-Löns-Stadion
- Übungsleitung: **Christiana Vorsmann**

TISCHTENNIS ALLGEMEINES TRAINING

Das Angebot richtet sich an die erwachsenen und in Mannschaften gemeldeten Mitglieder der Abteilung, die für den laufenden Meisterschaftsbetrieb trainieren.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 18:30 bis 22:00 Uhr
- Turnhalle am Residenz-Hallenbad
- Übungsleitung: **Im Team**

TISCHTENNIS HOBBYTRAINING

Die Mitglieder der Gruppe sind nicht in Mannschaften gemeldet und treffen sich zwanglos zum wöchentlichen Training. Im Vordergrund steht der Spaß am Spiel und an der Bewegung.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Montag, 19:00 bis 21:00 Uhr
- Turnhalle am Residenz-Hallenbad
- Übungsleitung: **Dietmar Jacobsmeyer**

Fortsetzung →

VITALCENTER

In unserem Vitalcenter können Sie durch ein regelmäßiges Zirkel-Training an professionellen Geräten Ihre körperliche Fitness und Ihr Wohlbefinden steigern! Unter der Anleitung qualifizierter Trainier/innen absolvieren Sie ein individuell ausgerichtetes Trainingsprogramm.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Fortgeschrittene
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen
- ✓ Erwachsene mit körperlichen Beeinträchtigungen/Behinderungen

Montag und **Mittwoch, 09:00 bis 11:00 Uhr**
Dienstag und **Donnerstag, 18:00 bis 20:00 Uhr**
- Andreas-Winter-Sporthalle
- Übungsleitung: **Mario Mühlbächer, Gabriela Grosshausen, Gaby Kolodziej**

VOLLEYBALL HOBBY MIX

In unserer gemischten Volleyball-Gruppe treffen sich alle, die ohne Leistungsdruck ihrer Freude am Volleyballspiel nachgehen möchten. In unseren regelmäßigen Trainingsstunden steht der Spaß immer an erster Stelle.

GEIGNET FÜR:
- ✓ Anfänger
- ✓ Neu- und Wiedereinsteiger
- ✓ Erwachsene ohne und mit Fitnessgrundlagen

Mittwoch, 20:15 bis 21:45 Uhr
- Sporthalle am Merschweg
- Übungsleitung: **Lars Kagels**

AB Werbetechnik
www.ab-werbetechnik.de

Dubelohstraße 272 | 33104 Paderborn | Tel.: 05254/940217
Fax: 05254/940117 | E-Mail: werbung@ab-werbetechnik.de

Du bist sportbegeistert, möchtest dich gerne im Verein engagieren und kannst dir vorstellen Gruppen zu leiten?

DANN WERDE GRUPPENHELFER/IN ODER ÜBUNGSLEITER/IN BEI UNS IM TSV!

Als **Gruppenhelfer/in** hast du die Möglichkeit, unsere Übungsleiter/innen bei der Planung und Durchführung unserer Sportangebote zu unterstützen. Du kannst Angebote mitgestalten, Hilfestellungen leisten und den Teilnehmern als wichtiger Ansprechpartner zur Verfügung stehen. Aber auch außerhalb des Sportbetriebs kannst du uns bei der Auswahl, Planung und Durchführung von Aktivitäten für Kinder und Jugendliche unterstützen. Durch deine Unterstützung als Gruppenhelfer/in lernst

WIR FREUEN UNS AUF DEINE UNTERSTÜTZUNG

du viele Menschen kennen, erweiterst deine sportlichen und persönlichen Fähigkeiten und sammelst Erfahrungen in der Leitung von Gruppen.

Als **Übungsleiter/in** bist du für die Planung und Durchführung deines Sportangebotes verantwortlich. Du sammelst Erfahrungen im Leiten von Gruppen, erhältst Anerkennung und Bestätigung durch die Teilnehmer/innen und erlebst Freude sowie Zusammenhalt im Team. Darüber hinaus kannst du neue Ideen und Trends einbringen, Strategien entwickeln und gemeinsam mit uns die Zukunft des TSV gestalten. Wir legen einen hohen Wert auf qualifizierte Übungsleiter/innen. Aus diesem Grund unterstützen wir dich gerne bei der Ausbildung zum Übungsleiter C und auch bei darauf aufbauenden Weiterbildungen.

WAS WIR BIETEN

- ✓ eine angemessene Aufwandsentschädigung
- ✓ Unterstützung/Übernahme von Qualifizierungen
- ✓ gemeinsame Aktionen
- ✓ ein tolles Team und vieles mehr!

Du hast Interesse an einer Tätigkeit in unserem Verein? Melde dich bei uns! Du kannst etwas, das wir noch nicht anbieten? Gerne erweitern wir unser Sportangebot!

KONTAKT

Thomas Raschper
Sportmanager

☎ 05254/8090391
✉ sportmanager@tsv1887.de

Neu im TSV!

GEMEINSAM AKTIV – DER TSV-FAMILIENSPORT!

START: SONNTAG, 21. JANUAR 2018

Bei uns gehört der Sonntagmorgen ab jetzt der Familie! In unserem TSV-Familiensport spielen Kinder, Eltern und sogar Großeltern zusammen! Bei verschiedenen Ball- und Bewegungsspielen wird miteinander gewetteifert, gekämpft und gelacht! Oberstes Ziel ist der Spaß am gemeinsamen Spiel und der Bewegung! Fairplay geht immer vor!

GEEIGNET FÜR:

- ✓ Kinder und Jugendliche im Alter von 7 bis 14 Jahren zusammen mit ihren Eltern oder Großeltern

Sonntag, 10:00 – 12:00 Uhr

- Heinrich/Bonhoeffer-Halle (neu)
- Übungsleitung: **Im Team**

Kommt vorbei und macht mit!
Wir freuen uns auf euch!

GESCHÄFTS-STELLE

THOMAS RASCHPER
Leitung Geschäftsstelle,
Sportmanager

ANKE LABUHN
Mitgliederverwaltung,
Rehabilitationssport,
Kurse

MARTINA KIRSCHBAUM
Mitgliederverwaltung,
Rehabilitationssport,
Kurse

Wir informieren Sie gern über unser Sportangebot und rufen Sie natürlich zurück, falls nur der Anrufbeantworter läuft. Wir stehen Ihnen in allen Fragen rund um den TSV 1887 Schloß Neuhaus e.V. zur Verfügung.

ADRESSE & KONTAKT

TSV 1887 Schloss Neuhaus e.V.
Hermann-Löns-Stadion (HLS)
Hermann-Löns-Straße 127
33104 Paderborn

☎ 05254/6622976
✉ geschaeftsstelle@tsv1887.de
⌂ www.tsv1887.de

ÖFFNUNGSZEITEN

- **Montag**, 18:00 bis 20:00 Uhr
- **Dienstag** bis **Donnerstag**, 9:30 bis 12:30 Uhr

MITGLIEDS-BEITRÄGE

	4-6 Jahre	7-18 Jahre	>18 Jahre
monatlicher GRUNDBEITRAG*	7,- €	8,- €	9,50 €
+	+	+	+
monatlicher ABTEILUNGSBEITRAG (zuzüglich)			
Hallen-bosseln	–	1,- €	1,- €
Handball	2,- €	3,50 €	3,50 €
Leicht-athletik	–	1,- €	1,- €
Tisch-tennis	–	1,- €	1,- €
Turnen	–	1,- €	3,- €
Gesundheit PLUS	–	1,- €	1,- €
+	+	+	+
monatlicher LEISTUNGSBEITRAG (optional)			
Wettkampfbetrieb / Leistungsturnen (abteilungsabhängig)			
Vitalcenter			10,50 €
RehaSport (1 x Woche)			9,90 €
monalticher Beitrag =			

*ERMÄSSIGTER GRUNDBEITRAG: Familien 19,- € | Passive 5,- € | Schüler 8,- € | Studenten 8,- € | Paderborn Karte 8,- €

SPORTSTÄTTEN

AHORN-SPORTPARK
Ahornallee 20, 33106 PB

ANDREAS-WINTER-SPORTHALLE
Sertürnerstraße 13, 33104 PB

FRIEDRICH-SPEE-GESAMTSCHULE
Weißdornweg 6, 33100 PB

GESUNDHEITS-ZENTRUM (HLS)
Hermann-Löns-Str. 127, 33104 PB

HEINRICH/ BONHOEFFER-HALLE (alt/neu)
Memelstr. 11, 33104 PB

SPORTHALLE AM BERUFSKOLLEG SCHLOSS NEUHAUS
An der Kapelle 2, 33104 PB

SPORTHALLE UND STADION AM MERSCHWEG
Merschweg 9, 33104 PB

TURNHALLE AM RESIDENZ-HALLENBAD
Am Schloßgarten 7, 33104 PB

WILHELMSBERG (ggü. vom Tierheim)
Hermann-Löns-Str. 72, 33104 PB

AUSBLICK 2018

JANUAR

- NEUJAHRSEMPFANG
  14. Januar 2018, 11:00 Uhr
  Spiegelsaal Schloss

FEBRUAR

- TSV-JUGEND: PADERBORNER KARNEVALSPARADE
  10. Februar 2018, 14:14 Uhr
  Maspernplatz Paderborn
- ABTEILUNGSVERSAMMLUNG TURNEN
  21. Februar 2018, 19:30 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle
- ABTEILUNGSVERSAMMLUNG LEICHTATHLETIK
  23. Februar 2018, 19:30 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle
- ABTEILUNGSVERSAMMLUNG TISCHTENNIS
  27. Februar 2018, 19:30 Uhr
  Hubertushof

MÄRZ

- ABTEILUNGSVERSAMMLUNG HANDBALL
  6. März 2018, 19:30 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle
- JAHRESHAUPT-VERSAMMLUNG
  9. März 2018, 19:30 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle
- DREI-HASEN-TURNIER HALLENBOSSELN
  24. März 2018, ab 9:00 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle

MAI

- 31. RESIDENZ-ABENDLAUF
  11. Mai 2018, ab 18:00 Uhr
  Stadion am Merschweg
- SAISONABSCHLUSS HANDBALL
  12. Mai 2018, ab 14:00 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle

JUNI

- 38. WERNER-RECH-POKALTURNIER
  9. Juni 2018, 13:00 Uhr
  Turnhalle am Residenz-Hallenbad
- SOMMERFEST DER TISCHTENNISABTEILUNG
  9. Juni 2018, 19:00 Uhr
  KAB-Hütte
- 16. TAG DES PADERBORNER SPORTS
  10. Juni 2018, ab 14:00 Uhr
  Schlosspark

JULI

- BEACH-HANDBALL-TURNIER (TAG 1) & PARTY
  7. Juli 2018, ab 14:00 Uhr
  Lippesee
- BEACH-HANDBALL-TURNIER (TAG 2)
  8. Juli 2018, ab 10:00 Uhr
  Lippesee
- RADTOUR DER FRAUEN
  11. Juli 2018
  Andreas-Winter-Sporthalle

AUGUST

- PADERBORNER-SOMMERTURNCAMP
  13. bis 17. August 2018
  Andreas-Winter-Sporthalle

DEZEMBER

- 42. WEIHNACHTS-SCHAUTURNEN
  16. Dezember 2018, ab 15:00 Uhr
  Andreas-Winter-Sporthalle

IMPRESSUM

THOMAS RASCHPER
Redaktion,
Sportmanager

SEBASTIAN FILLA
Redaktion & Gestaltung

VIELEN DANK FÜR DIE MITHILFE

Die einzelnen Berichte wurden von den Vereinsmitgliedern, Abteilungsleitern sowie den Vorstandsmitgliedern verfasst. Ebenso danken wir allen Firmen für ihre Bereitschaft, in unserem Vereinsheft zu werben. Dadurch ist es möglich, unseren Mitgliedern das Vereinsheft kostenlos zu überreichen.

ANKÜNDIGUNG

Das nächste Vereinsheft erscheint voraussichtlich im Sommer 2018. Ihr habt noch wichtige News, die unbedingt in dieses Heft sollen? Dann sendet bitte Bilder und Artikel an:
✉ sportmanager@tsv1887.de

Wenn Sie auch gerne eine Anzeige in unserem Vereinsheft platzieren möchten, dann wenden Sie sich gerne an den Vereinsvorstand oder die Abteilungsvorstände.

HERAUSGEBER

TSV 1887 Schloß Neuhaus e. V.
Hermann-Löns-Str. 127, 33104 PB

Hagen Schlüter
Immobilienverwaltung

Ihre kompetenten Ansprechpartner
rund um Verwaltung, Vermietung
und den Verkauf Ihrer Immobilie:

Ükern 30 • 33098 Paderborn
Telefon: 0 52 51 . 8 79 09 99
info@schlueter-iv.de

www.schlueter-iv.de

Kröger & Mersch

STEUERBERATUNG

Das Team der Sozietät Kröger & Mersch
v.l.n.r. Pia Krüger, Annette Werner, Anke Mersch, Julia Kröger, Anett Rosenblatt, Nicole Djouguep Wandji

Steuerrechtliche Themen sind oft komplex, für den Laien schwer zu verstehen und zeitintensiv, wenn man sich selbst damit beschäftigen muss.

Unsere Basis ist die termingetreue und verlässliche Bearbeitung Ihrer unternehmerischen, beruflichen und privaten Steuerangelegenheiten.

Wir beraten Sie innovativ und zuverlässig u.a. bei den folgenden Aufgabenstellungen:

- Steuererklärungen
- Finanzbuchhaltungen, Lohnabrechnungen
- Jahresabschlüsse
- Existenzgründungsberatungen
- Vereine, Gemeinnützigkeitsrecht
- Mitgliederverwaltung für Sportvereine

Wir freuen uns auf ein persönliches Gespräch.

Sozietät Kröger & Mersch
Schatenweg 2a
33104 Paderborn
www.kroeger-mersch.de

Telefon: 0 52 54 - 648 70 20
Telefax: 0 52 54 - 648 70 21
kanzlei@kroeger-mersch.de