



Kinder Joy of moving – Tag des Kinderturnens

Mitmachen & gewinnen beim TVS Quiz

Zahl der Vereinsmitglieder steigt deutlich



**Ein Jahr im
TV Schledehausen**



WIR SIND IHRE ZERTIFIZIERTE FACHAGENTUR FÜR VERMÖGENSANLAGE

Von der Vermögensverwaltung bis zu Anlagekonzepten für institutionelle Anleger – wir beraten Sie kompetent rund um das Thema Geldanlage.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Investieren birgt Risiken. Der Wert einer Anlage und Erträge daraus können sinken oder steigen. Investoren erhalten den investierten Betrag gegebenenfalls nicht in voller Höhe zurück.

Tim Eurlings OHG

Generalvertretung der Allianz

Neue Str.3

49143 Bissendorf

tim.eurlings@allianz.de

www.allianz-eurlings.de

Telefon 0 54 02.98 40 90

WhatsApp 0 54 02.98 40 90



Inhalt



Turnverein

- 04 – 05 Vorwort
- 06 – 07 Jubilare | Geburtstage 2021
- 08 – 09 TVS Quiz | Keiner hat's bemerkt
- 10 – 11 Vereinsarbeit | Beachanlage
- 12 – 13 Abschied von Georg Teuber

Veranstaltungen

- 18 – 19 Zeltlager Langeoog
- 20 – 21 Jahreshauptversammlung
- 22 – 23 Tag des Kinderturnens



Volleyball

- 22 – 23 Volleyball 1. Damen
- 24 – 25 Volleyball 2. Damen
- 26 – 27 Volleyball 3. Damen
- 28 – 29 Volleyball 4. Damen
- 30 – 31 Volleyball U 16
- 32 – 33 Volleyball U 13
- 34 – 35 Jungen-Anfänger | 1. Herren
- 36 – 37 Hobbymix
- 38 – 39 Ballsport



Sportgruppen

- 40 – 41 Fit bis ins hohe Alter | Best Ager
- 42 – 45 Pilates
- 46 – 47 Bodystyling
- 48 – 49 Bodyfitness | Bewegen statt Schonen
- 50 – 51 Aerobic | Step Experience | Yoga
- 52 – 53 Flexi-bar
- 54 – 57 Tanztraining | Tanzsport
- 58 – 59 Männersport
- 60 – 61 Nordic Walking
- 62 – 63 Badminton
- 64 – 69 Trampolin
- 70 – 71 Kindertanzen
- 72 – 77 Kinderturnen
- 78 – 79 Leistungsturnen
- 80 – 83 Sportabzeichen

Termine

- 84 – 87 Sportprogramm | Termine

DEPENBROCK
AUSGEZEICHNET NACHHALTIG

ZUKUNFT BAUEN



Werden Sie Teil unseres Teams.
Stellenangebote für spannende und
zukunftsorientierte Bauaufgaben:
www.depenbrock.de

Depenbrock Bau GmbH & Co. KG
Blumenhorst 6, 32351 Stemwede
Telefon (05474) 68-0
E-mail: info@depenbrock.de
www.depenbrock.de

Schlüsselfertigbau
Industriebau
Ingenieur-, Hafen- und Wasserbau
Kanal- und Rohrleitungsbau
Straßenbau

Brückenbau
Projektentwicklung
Bauen im Bestand
Gebäudemanagement
Öffentlich-Private Partnerschaft



Willkommen in der Zeitung 2021!

Das vergangene Jahr hat uns alle nicht nur sportlich, sondern auch privat in vielerlei Hinsicht auf eine harte Probe gestellt. Der TVS hat versucht, einen normalen Sportbetrieb durchzuführen. Leider hat uns dann die aktuelle Situation oft ausgebremst. Anstatt Sport zu treiben, galt es „die nächsten Wellen zu brechen oder vor die Welle zu kommen“.

Dies wird aber wohl nur durch eine vollständige Impfung gelingen, denn nur dann können wir als Verein/Vorstand, allen Beteiligten gesundheitlich unbedenkliche Rahmenbedingungen zum Sporttreiben bieten und vielleicht wieder zur weitgehenden Normalität kommen.

In diesem Sinne appelliert der Vorstand an noch nicht vollständig geimpfte Mitglieder: Bitte informiert Euch, lasst euch die Sorgen durch fundierte Informationen nehmen und entscheidet

Euch für eine Impfung, damit wir eine sichere Grundlage für alle Beteiligten schaffen können.

Durch den Lockdown zu Beginn 2021 war ein Sportbetrieb nicht möglich. Wir haben versucht, das zu kompensieren, indem wir für das 1. Halbjahr 2021 keinen Beitrag erhoben haben - manch einer hat es sogar bemerkt:)).

Ich danke allen, die unter den besonderen Umständen des letzten Jahres, mitgeholfen haben, das Vereinsleben aufrecht zu erhalten. Übungsleiter und Teilnehmer, haben sich über einen langen Zeitraum umsichtig und verantwortungsbewusst verhalten.

Auch in weiter schwierigen Zeiten werden wir als (Sport) Gemeinschaft mit Flexibilität und Kreativität, achtsam das Vereinsleben fortführen.

Man kann ja vieles planen, durch Corona weiß man aber nicht, ob es durchführbar ist; deshalb hat der Vorstand in Abstimmung mit dem OrgaTeam entschieden, die 7. Ausgabe von „Spiel ohne Grenzen“ in das Jahr 2023 zu verlegen!!!

In 2024 wird der TVS dann auch schon 100 Jahre!!! Da sollte dann viel möglich sein, hoffentlich.

Aber jetzt erst einmal alles Gute, Gesundheit, Glück und Zufriedenheit für 2022 Euch allen...



Volker Buch

Inspiration finden. Garten erleben.



Frische Ideen, fachgerechte Ausführung & zuverlässige Gartenpflege

Zaunbau, Mauern & Sichtschutz

Pflanzkübel & Gartenausstattung

Bepflanzungen & Gartenpflege

Gartenbeleuchtung

Autom. Bewässerung & Regenwassernutzung

Terrassen, Einfahrten & Gartenwege

Heuer und das Grün
Ihre Experten für Garten & Landschaft

Mindener Straße 17 • 49143 Bissendorf • www.gartenbau-heuer.de • 05402 7675



Herzlichen Glückwunsch unseren Jubilaren 2021

25 Jahre

Veronika Kirschbaum
Sabine Möller
Dagmar Morys-Andrees
Brigitte Niemann

40 Jahre

Helga Siebe
Kristiane Siekemeyer
Dirk Siekemeyer
Melanie Wiemann
Waltraud Wiethaupt

40 Jahre

Siegfried Arndt
Roland Arndt
Jörn Heger
Katrin Lucas
Eva Quast

50 Jahre

Guido Hölzer
Silke Töpler
Manfred Töpler
Else Wieseahn



Geburtstage 2021

75 Jahre

Alwine Domine
Barbara Baerwinkel
Ingeborg Vallespi
Jürgen Pante
Ulrich Markert

85 Jahre

Elisabeth Brinker
Helga Hoffmann
Henrika Schweers
Irmtraud Schürmann
Johanna Hildebrandt
Maria Nitzsche
Margrit Tebbe
Ramon Vallespi

80 Jahre

Bodo Haberstroh
Elisabeth Meyer zum alten
Borgloh
Gudrun Kübart
Gunda Rüsse
Waltraud Kipsieker

90 Jahre

Else Wieseahn
Elli Herrmann



TVS Merchandise Quiz

1. Frage: Wann wurde die Waldsporthalle I erbaut?
2. Frage: Nenne das Gründungsjahr des Turnvereins Schledehausen?
3. Frage: Wie oft ist das TVS Logo in dieser Zeitung zu finden?



Gelöst wird aus denjenigen, die alle 3 Fragen korrekt beantworten. Die ersten 3 Gewinner*innen dürfen zwischen ein Paar TVS Badelatschen, ein TVS Handtuch und einer TVS Trinkflasche wählen. (In der Vitrine der Waldsporthalle oder im Fan-Shop auf der TVS Homepage zu sehen)

Antworten* bitte bis zum 31. Mai 2022 an: tvsshop@gmx.de
*Mit der Teilnahme erkläre ich mich, bei einem Gewinn, mit der Veröffentlichung meines Namens, einverstanden.

„Keiner hat’s bemerkt“

Die Corona-Situation hat den Turnverein Schledehausen dieses Jahr lange auf Eis gelegt. Nahezu alle Sportgruppen konnten über mehrere Monate nicht stattfinden. Kreative Lösungen und ein langer Geduldsfaden waren gefragt, bis das Toben und Turnen wieder losgehen konnte. Um den Mitglieder*innen des TVS etwas wiedergeben zu können, hat sich der Vorstand des TV Schledehausen in diesem Jahr dazu entschieden, auf die Hälfte des Mitgliederjahresbeitrag zu verzichten.

Jeder von uns ist unterschiedlich gut durch die ungewisse Zeit gekommen, wo Kurzarbeit eine finanzielle Belastung darstellte. Da zählte am Ende des Tages jeder Cent.

Wir hoffen hiermit unseren Mitglieder*innen nicht nur eine Geste, sondern auch eine kleine Unterstützung gegeben zu haben.

Umso mehr freuen wir uns, dass der Sportbetrieb durch die 3G-Regeln eine gewisse Normalität gefunden hat und wir die Freude am Sport wieder gemeinsam erleben können.

Euer Vorstand

Pepperoni Pizzeria
PIZZA & DÖNER SPEZIALITÄTEN



Genießen und Entschleunigen
klein & fein
Feinkost · Geschenke · Café

Ihr Treffpunkt rund um den guten Geschmack in der **Bergstraße 17b** in der Ortsmitte von **Schledehausen**.

Öffnungszeiten
Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag
8.30 bis 12.30 Uhr | 15.00 bis 18.30 Uhr
Mittwoch, Samstag
8.30 bis 12.30 Uhr

Sie erreichen uns unter
simone@klein-fein-bissendorf.de
Mobil 0151 68179000

Das Glück liegt im Genuss.

Facebook icon | Instagram icon | @klein-fein-bissendorf | www.klein-fein-bissendorf.de



Hingucker der Beachanlage



Auch die "Coronazeit" kann die Vereinsarbeit nicht zum Erliegen bringen.

Wir haben die Sportpause nicht nur genutzt, um das Hygienekonzept zu überarbeiten, sondern auch um einiges aufzufrischen und auf Vordermann zu bringen.

So wurden die Geräteräume vollständig ausgeräumt, gesäubert und wieder eingeräumt. Außerdem wurden neue Geräte bestellt (die schon fleißig in Benutzung sind), dazu zählen Stufenbarren, Mattentieflder, Würfelsets, sowie ein Trampolin und ein Airtrack.

Unsere motivierten Trainer*innen, die im Lockdown nicht nur durch Online-Fortbildungen neue Ideen sammeln konnten, freuen sich endlich die neuen Geräte im Einsatz zu sehen.

Bis dahin bleibt gesund und munter!

Wir haben viele neue Geräte bestellt und freuen uns diese, in 2022 mit euch im Einsatz zu sehen.

Ein typischer Sommertag in Schledehausen: Die Sonnenstrahlen treffen auf den Beachplatz an der Waldsporthalle. Volleybälle werden dort gepircht, gebaggert und geschmettert, und zwischen Motivationsrufen ist manchmal noch Musik zu hören.

Wer oder was könnte bei einer solchen Szene also mit Hingucker gemeint sein?

Natürlich sind die Ballwechsel, die sich hauptsächlich Vereinssportler*innen leisten, immer schön anzuschauen.

Die Blicke der Zuschauer*innen könnten seit Kurzem aber auch auf die drei neuen Bänke am Feldrand fallen. Diese Bänke wurden von den 1. Volleyballherren des TVS im letzten Monat aufgebaut, nachdem sie schon die gesamte Beachanlage wieder spieltauglich gemacht haben. Vielen Dank dafür!

Zoe Rehme



Der Dorfladen
—SCHLEDEHAUSEN—
Inh. Silke Schramm

Schulbedarf • Bücher • Spielwaren
Geschenke • **LOTTO**
• Edles von Leysieffer

Bergstraße 17c • 49143 Schledehausen • Telefon: 05402 83 02
Öffnungszeiten: 08.30 Uhr bis 12.30 Uhr • 14.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Samstagnachmittag geschlossen



Auch das Training für das Sportabzeichen, die Abnahme und alle schriftlichen Anträge wurden viele Jahre von Georg tatkräftig begleitet.



Abschied von Georg Teuber

Am 06.11.2021 musste der TVS, nach 73-jähriger Vereinszugehörigkeit, Abschied von seinem langjährigen Mitglied Georg Teuber nehmen.

Georg Teuber trat 1948 in den Turnverein ein und war ein gern gesehener Sportkamerad in seiner geliebten Männersportgruppe. Anfangs traf man sich noch im Hotel zur Post, wo sportliche Aktivitäten in einem Raum neben der Gaststätte durchgeführt wurden. Später ging es dann jeden Freitag in die Turnhalle am Berg, wo man sich erst an Barren, Kasten oder Tauen verausgabte und später zum Prellball überging.

Nach dem Sport ging es aber immer zu Böving (Hotel zur Post), wo der Abend bei einem Kaltgetränk und einem guten Kartenblatt zu Ende ging.

Georg übernahm aber auch ehrenamtliche Aufgaben im Verein. Z.B. den Posten des Kassenswarts, welcher noch die Mitgliedsbeiträge durch Hausbesuche einsammeln musste. Er ging von Haus zu Haus, und wer seinen Beitrag gezahlt hatte, erhielt eine Jahresmarke in sein Vereinsbüchlein geklebt.

Später übernahm Georg den Posten des Oberturnwartes. Er kümmerte sich um die Organisation der Gruppen und die Abrechnungen mit den Übungsleitern. Dieses übernahm Georg auch noch lange Zeit nachdem er den Posten des Oberturnwartes nicht mehr inne hatte.

Des weiteren war Georg mit seiner Frau Anneliese als Betreuer auf einigen Ferienfreizeiten für den Turnverein unterwegs. Zum Beispiel führte es die beiden nach Langeoog, zum Behler-See und vielen anderen Orten.

Auch das Training für das Sportabzeichen und deren Abnahme wurde viele Jahre von ihm begleitet. Alle Anträge, schriftliche Sachen usw. usw., die man für ein Sportabzeichen benötigt, wurden von ihm akribisch vorbereitet und ausgefüllt.

In der Wandergruppe und im Laufftreff war Georg immer in der Organisation und als aktiver Teilnehmer zu finden. Nicht zu vergessen die Ferienspaßaktionen, in der Georg die Fahrradtouren mit anschließendem Minigolfturnier organisierte und begleitete.

Georg haben wir es auch zu verdanken, dass die Vereinszeitung vom TVS gut durch den Ort gebracht werden kann. Er machte eine Einteilung der Straßen in Bezirke, welche uns heute noch bei der Verteilung der Zeitung sehr hilft.

Für Deine Treue zum TV Schleddehausen danken wir Dir. Danke für die Zeit, die wir mit dir verbringen durften. Der Verein wird Georg Teuber ein ehrendes Andenken bewahren.

Der Vorstand



SOLARLUX®

FÜR MEHR ZEIT IM GRÜNEN

Terrassendächer von Solarlux

GLAS-FALTWÄNDE
TERRASSENDÄCHER
WINTERGÄRTEN
SCHIEBEFENSTER

Wetterschutz, wann immer Sie ihn brauchen - Terrassendächer verlängern die Gartensaison und die Freude am Draußensein. Mehr Atmosphäre. Mehr Komfort. Einfach genießen.

solarlux.com



Zeltlager Langeoog

2020 wurde das Zeltlager Langeoog coronabedingt abgesagt, aber 2021 machte sich der TV Schleddehausen, wie die Jahre davor, wieder zehn Tage auf den Weg ins Zeltlager Langeoog. Doch dieses Jahr war einiges anders. Pünktlich um neun Uhr fuhren 11 Teilnehmer und die zwei Betreuer, alle negativ getestet, am Mittwochmorgen mit dem Zug los. Gegen Nachmittag kamen wir im Zeltlager an und bezogen mit jeweils zwei bis drei Kindern ein Rundzelt. Normalerweise teilen sich bis zu sechs Kinder ein Zelt, aber wegen des Hygienekonzepts durften nur noch bis zu drei Kinder in ein Zelt. Demzufolge hatten die Kinder sehr viel Platz. Nach der Einführung in das Hygienekonzept legten wir los. In diesem Jahr war das Wetter nicht das Beste, da es in der ersten Woche immer mal wieder Regenschauer gab. Jedoch ließen wir uns nicht unterkriegen und konnten jeden Tag

an verschiedenen Sportaktivitäten teilnehmen. Dazu gehörten Fußball, Volleyball, Tischtennis, Turnen oder Tanzen. Für die kreativen Kinder gab es auch Angebote wie Freundschaftsarmbänder knüpfen, Steine oder T-Shirts bemalen. Knapp 500 m vom Zeltlager entfernt, hinter der höchsten Düne auf Langeoog, der Melkhörndüne, ist das Meer. Hier freuten sich die meisten Kinder auf die tägliche Badezeit. Abends beim Grummeln konnte man den TV Schleddehausen auch nicht überhören. Beim Grummeln stehen mehrere Zelte bzw. ein Verein im Innenkreis und spricht einen Text vor und die anderen bilden den Außenkreis und wiederholen dies. Das Grummeln machten wir auch zu einem spannenden Erlebnis, indem wir als Innenkreis von der Melkhörndüne (ca. 250 m vom Lager entfernt) starteten und die anderen vom Lager aus als Außenkreis antworteten. Es entstand eine gewisse Zeitverzögerung bis die Worte ins Lager und zur

Die zehn Tage vergingen wieder viel zu schnell und der Abschied fiel vielen schwer. Trotz der Einschränkungen war es eine super Freizeit und wir freuen uns schon auf das nächste Zeltlager in Langeoog!



Melkhörndüne zurückkamen. Trotz der Entfernung hat das Grummeln super funktioniert. In diesem Jahr gab es einen Zeltlagerpokal. Jeder Verein (TV Schleddehausen, Hannoversche Sportjugend, TK Hannover und KSB Goslar) bildete ein Team. Diese Teams waren: Inselbahn, Melkhörndüne, Ostende und Wasserturm. Es gab verschiedene Wettkämpfe und Turniere in denen die Kinder Punkte für ihr Team holen konnten. Diese waren beispielsweise das Volleyballturnier, Tischtennisturnier, Hockeyturnier und andere große Aktionen wie Gefragt gejagt, Schlag den Betreuer oder die Strandolympiade. Der TV Schleddehausen belegte mit dem Team Wasserturm knapp hinter dem TK Hannover den 3. Platz. Nach der Siegerehrung gab es eine Outdoor Disco, wo mit allen die Lagertänze getanzt und mit Partymusik ausgelassen gefeiert wurde. Ein besonderes Highlight war am

letzten Abend das Betrachten des Meeresleuchten (ein Naturschauspiel bei dem Mikroorganismen unter bestimmten Bedingungen leuchten) und anschließendem Sternschnuppenschauen von der Melkhörndüne.

Die zehn Tage vergingen wieder viel zu schnell und der Abschied fiel vielen schwer. Trotz der Einschränkungen war es eine super Freizeit und wir freuen uns schon auf das nächste Jahr mit hoffentlich vielen Anmeldungen!
Anna-Lena und Tristan

Pflanzen zum Glücklichsein!

Entdecken Sie unsere Pflanzenwelt – ein Großteil aus eigenem Anbau. Besuchen Sie uns und lassen Sie sich von unserer Vielfalt und unserem besonderen Klima inspirieren. Unser Team freut sich auf Sie.



**WOLFGANG
HAUCAP**

Die Gärtnerei mit Leib und Seele.

in Natbergen: Auf der Heide 10 · Tel. 05402 690746
in Hollage: Sachsegge 10 · Tel. 05407 8985040
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–18 Uhr, Sa. 8–15 Uhr
www.gaertnerei-haucap.de

Hier entstehen Wohn(t)räume

Baugebiet „Wissingen-Nord“

Naturnah wohnen und leben in Bissendorf

Niedersächsische Landgesellschaft mbH
Geschäftsstelle Osnabrück

www.nlg.de/bauplatzdatenbank



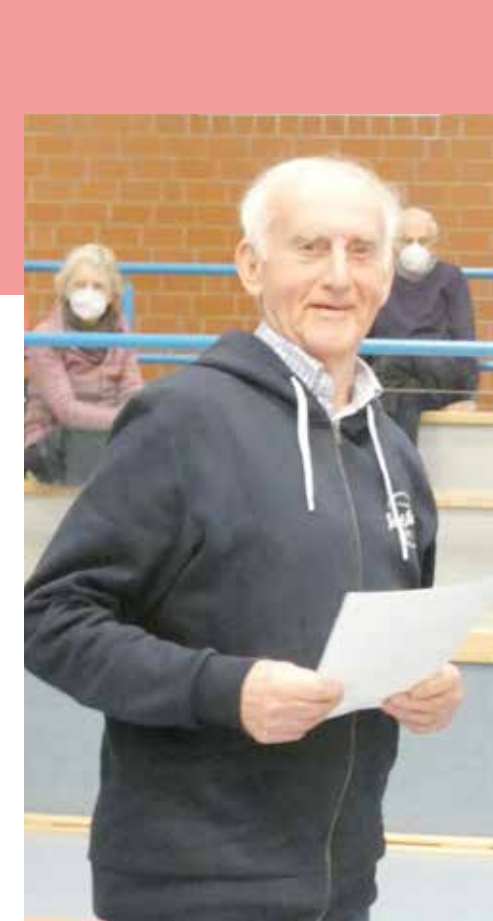
Niedersächsische
Landgesellschaft mbH



TEBBE
UNIVERSAL-
STREUER

**Stark.
Schnell.
Präzise.**

Erfahren Sie mehr
www.tebbe-landmaschinen.de
05402 99 22-0



Erfreulicher Weise ist die Zahl der Mitglieder im letzten Jahr im Verein deutlich gestiegen.



Jahreshauptversammlung 2021 des TVS

Dieses Jahr trafen sich der Vorstand und die Mitglieder des Turnverein Schledehausen in der Waldsporthalle zur jährlichen Jahreshauptversammlung. Volker Buch, 1. Vorsitzender des TVS begrüßte die erwartungsvollen Mitglieder. Zu berichten gab es so einiges. Corona bedingt musste zeitweise der gesamte Betrieb, sowie die eine oder andere Veranstaltung im Jahr 2020 und 2021 abgesagt werden. Einzelne Gruppen wurden kreativ, um den Sport und die Begeisterung an der Bewegung aufrecht zu erhalten. Erfreulicher Weise ist in dieser Zeit die Zahl der Mitglieder im Verein deutlich gestiegen. Als Dankeschön der Vereinstreue hat der Vorstand den Beitrag eines Halbjahres erlassen (Siehe Bericht „Keiner hat's bemerkt“ im Bissendorfer Blickpunkt 09/21). Zu bedauern ist die Auflösung der Ju-Jutsu Abteilung, hier stehen alle drei Trainer nicht mehr zur Verfügung. Im Weiteren gaben die Übungsleiter vom Volleyball, Trampolin, Gymnastik und Turnen ein kurzes Feedback, wie sich ihre Gruppen entwickeln. Besonders zu erwähnen ist, dass vor allem die Kinderturngruppen einen hohen Zuwachs bekommen haben. Im Trampolin konnten Wettkämpfe neu online ausgetragen werden, wobei sich einige Kinder eine hervorragende Wertung erspringen konnten. Veranstaltungen wie der Kinderturntag, aber auch das Sportabzeichen zählten zu den Highlights des Jahres. Zu beglückwünschen sind alle Teilnehmer.

Einige Ehrungen haben auch in dieser Sitzung ihren Platz gefunden. Anika Langenkamp tritt leider der Vorstandsarbeit zurück und hat für ihre engagierte Arbeit im TVS ein kräftiges Dankeschön vom 1. Vorsitzenden und dem gesamten Vorstand erhalten. Bei den Jubilaren wurden Veronika Kirschbaum, Sabine Möller, Dagmar Morys-Andrees und Birgit Niemann für 25 Jahre Vereinstreue gratuliert. 40 Jahre sind bereits Siegfried Arndt, Roland Arndt, Jörn Heger, Katrin Lucas, Eva Quast, Helge Siebe, Kristiane Siekemeyer, Dirk Siekemeyer, Melanie Wiemann und Waltraud Wiethaupt Mitglied im Verein. Stolze 50 Jahre gehören Guido Hölzer, Silke Töpler, Manfred Töpler und Else Wiesehahn dem TVS an.



HENNING SEHLMAYER
SETAX-TREUHAND GMBH
Steuerberatungsgesellschaft

Dipl.-Kfm.
Henning Sehlmeier
Steuerberater
Kottenkamp 2
49143 Bissendorf
info@sehlmeier.de
Tel.: 05402/9846-0

Teamverstärkung gesucht!



Kinder Joy of moving Tag des Kinderturnens in der Waldsporthalle Schledehausen

Am 14.11.2021 hieß es wieder „Erlebt die bunte Welt des Kinderturnens“. 90 Kinder mit ihren Eltern waren der Einladung von Eva Peukert (TV Schledehausen) und Simone Hartung (SV 28 Wissingen) gefolgt, die vielfältigen Möglichkeiten des Kinderturnens kennenzulernen. Pandemiebedingt musste der Tag des Kinderturnens im letzten Jahr 2020 bekanntlich ausfallen und daher war es für alle Teilnehmenden eine große Freude, dass es dieses Jahr unter Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln – mit vorheriger Anmeldung für ein von zwei Zeitfenstern – wieder stattfinden konnte.

Nach der Einstimmung mit dem Tolly Turnmaus Lied hatten 56 Kinder im Alter von 3 – 8 Jahren am Tolly Turnmaus Abzeichen teilgenommen und absolviert, welches sich an den Bewegungsaufgaben im Kinderturnbereich orientiert. Die Kinder lernten die vielfältigen Möglichkeiten des Kinderturnens kennen und konnten sich beim Hüpfen, Laufen, Schwingen, Balancieren, Rollen und Drehen ausprobieren und wertvolle Bewegungserfahrungen sammeln – unabhängig von ihrer sozialen Herkunft oder einer körperlichen Einschränkung oder Behinderung.

Die Waldsporthalle II wurde mit tatkräftiger Unterstützung der Trampolin-Abteilung des TV Schledehausen in einen regelrechten Trampolinpark verwandelt.

Etwa 35 Kinder zwischen 4 und 15 Jahren nutzten die

Gelegenheit, das Trampolin-Abzeichen zu erwerben.

Mit viel Spaß und Ehrgeiz stellten sich die jungen Sportler*innen den Herausforderungen der Übungen, die auf fünf verschiedenen Minitrampolin-Stationen sowie auf drei Großgeräten geturnt wurden. Zur Auswahl standen 50 Übungen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad. So konnten sich Anfänger*innen wie auch gut geübte Kinder leistungsgerechte Aufgaben aussuchen.

Trampolinturnen ist nach wie vor ein Nischensport. Deshalb freuten sich die Trampoliner des TVS mit Eva und Anke sehr, dass sie am Tag des Kinderturnens die Möglichkeit hatten, diesen außergewöhnlichen Sport den Teilnehmer*innen näher zu bringen.

Bei der Purzelbaum-Challenge haben 71 „Purzelbaumkönner“ teilgenommen und zusammen 2.968 m „erpurzelt“. Im Vergleich zum 10.11.2019 – da waren es noch 1.925 m – eine großartige Leistung!! Stolz nahmen auch hier die Kinder ihre Urkunden – wie beim Tolly und Trampolin-Abzeichen – über die geleisteten Rollen mit nach Hause.

Mit 600 teilnehmenden Vereinen war der bundesweite Tag des Kinderturnens am zweiten Novemberwochenende 2021 auch für uns ein voller Erfolg.

Ein herzliches Dankeschön an alle Helfer*innen für ihre tatkräftige Unterstützung.

Text: Simone Hartung + Eva Peukert

Bild: S. Hartung

Bei der Purzelbaum-Challenge haben 71 Purzelbaumkönner teilgenommen und zusammen 2.968 m erpurzelt.





1. Damen

Auch die Volleyballsaison 2020/2021 ist, wie so vieles, der Coronapandemie zum Opfer gefallen und war somit für uns nach nur einem Spieltag bereits wieder beendet. Immerhin war es ein Heimspieltag, sodass wir vor unserem tollen Heimpublikum zwei Spiele austragen konnten. Zwar haben wir die Spiele gegen SC Union Emlichheim IV und FC 47 Leschede jeweils mit 2:3 verloren, was jedoch letztlich vollkommen bedeutungslos war.

Dieser Saisonabbruch ließ unser Volleyballherz natürlich bluten, nichtsdestotrotz war es eine absolut notwendige und richtige Entscheidung, um die Pandemie einzudämmen.

Demnach hieß es für uns, Turnschuhe, Knieschoner und Sportkleidung in die Ecke zu packen und eine Zwangspause einzulegen. Wer uns jedoch kennt, der weiß, dass wir die Füße nicht lange stillhalten können und uns eine geschlossene Turnhalle nicht aufhalten kann, sodass schnell nach alternativen Trainingsmethoden gesucht wurde. Statt in der Halle zu trainieren, lautete das Motto: Laptop raus und Sportkleidung an. So haben wir

die Zeit mit Online-Zoom-Workouts und Online-Team-Meetings überbrückt und uns auf diese Weise regelmäßig zum etwas anderen Training getroffen.

Im April war es aber dann endlich soweit und die Zeit des Online-Trainings hatte ein Ende, wir durften wieder in die Halle und trainieren. Unter Berücksichtigung der Corona-Beschränkungen haben wir dabei zunächst positionsgebunden in Kleingruppen trainiert. Während also meist vier Spielerinnen in der Halle zum Training zusammenkamen, trafen sich die übrigen Spielerinnen in der Physiotherapiepraxis Tiemann-Gorny und haben dort intensiv an ihrer Kraft- und Ausdauer gearbeitet. Ein großes Dankeschön möchten wir an dieser Stelle Inès und Jens für diese tolle und individuelle Trainingsmöglichkeit aussprechen!!!

Nach einigen Wochen dieser Trainingsstruktur haben wir nach und nach letztlich wieder in voller Mannschaftsstärke das Training aufgenommen, um uns bestmöglich auf die bevorstehende Saison 2021/2022 vorzubereiten.

In der Vorbereitung galt es dabei, neben dem Fokus auf spielerische und technische Elemente, vor allem auch das Mannschaftsgefüge neu zu formieren, da es einige perso-

nelle Veränderungen gegeben hat. Man könnte sagen, wir haben uns einer Verjüngungskur unterzogen. Während Alexandra Essig, Rebecca Linkmeyer, Yelka Stock und Jana Zimmermann die Mannschaft verlassen haben, legt Merle Wültener eine kleine Babypause ein.

Erfreulich ist, dass Tabea Böer und Birthe Kleinebecker nach ihren Verletzungen wieder in die Mannschaft zurückgekehrt sind. Die übrigen Lücken, die durch die vielen Abgänge entstanden sind, konnten wir mit Spielerinnen aus dem eigenen Nachwuchs auffüllen. Somit stoßen Lea Koopmann, Franca von Zengen und Emelie Ehrlich neu in die Mannschaft dazu.

Die „alten Hasen“ Johanna Mandrella, Alina Sienkamp, Jennifer Grothaus und Linda Schüttemeyer zählen nach wie vor ebenso zur Mannschaft, wie Nelia Gorny, Marei Gorny und Karlotta Bergmann, die bereits zur letzten Saison aus der 3. Damen zu uns gestoßen sind.

In die Saison 2021/2022 sind wir bislang mit einem Sieg (3:0 vs. SV Bad Laer II) sowie zwei Niederlagen (0:3 vs. SCU Emlichheim III / 1:3 vs. VC Osnabrück II) gestartet.

Eine positive Entwicklung unseres Spiels war innerhalb der zwei Spieltage bereits deutlich zu erkennen. Daran wollen wir in den nächsten Spielen anknüpfen, um in der sehr stark besetzten Oberliga noch einige Punkte sammeln zu können!

Dabei würden wir uns natürlich über lautstarke Unterstützung bei unseren Heimspielen am 22.01.2022 und 05.03.2022 um 15:00 Uhr in der Waldsporthalle freuen.

Ein weiterer Dank geht an die Firma „Autoservice Borse“, die uns mit tollen neuen Einspielshirts ausgestattet hat.

Bleibt alle gesund!

Euer Siegerhaufen aus Siegerhausen

Wer unseren Internetauftritt noch nicht kennt, der sollte dringend mal vorbeischaun – es lohnt sich:

Instagram: @siegerhausen

Facebook: TV Schleddehausen – Volleyball 1. Damen



Unser Trainer Volker versucht die Truppe unter Kontrolle zu halten - klappt mal mehr, mal weniger.



2. Damen

Und jährlich grüßt das Murmeltier, wir haben mal wieder 3:0 gegen den SV Bad Laer verloren und befinden uns in der nächsten Corona Pause. Nachdem wir im Sommer endlich wieder in unsere geliebte Halle durften, haben wir durchgehend trainiert und eine engagierte Trainingsvorbereitung mit einigen Trainingsspielen hinter uns gebracht. Am 06.11.2021 hieß es dann endlich wieder Saisonstart, bis dato können wir einen Sieg und zwei Niederlagen für uns verbuchen.

Leider mussten wir uns von zwei Spielerinnen verabschieden. Wir wünschen Larissa viel Glück beim Studium in Potsdam und Lena alles Gute in der Grafschaft - wir vermissen euch sehr!

Das heißt unser Team setzt sich wie folgt zusammen: unsere Zuspielerinnen Mascha und Zoe, gefolgt von unseren Angreiferinnen Caro, Maureen, Leni, Pia und Corinna. In der Mitte halten Steffi, Jenni und Carina die Stellung und was wären wir ohne unsere Liberas Dina und Lena. Unser Trainer Volker versucht die Truppe unter Kontrolle zu halten - klappt mal mehr, mal weniger.

Was unsere Mannschaft wirklich gut beherrscht: Volker zur Weißglut treiben, tanzen und Vino trinken. Was

noch nicht so gut läuft: unsere Annahme, die ist nämlich eine kleine Katastrophe. Wer sich davon ein Bild machen möchte darf sich gerne am 12.02.2022 und am 26.03.2022 unsere Heimspiele anschauen, falls diese stattfinden dürfen.

Wie auch schon im letzten Jahr möchten wir uns bei unseren Sponsoren bedanken! Wir hoffen inständig die Trikots, Einspielshirts und Trainingsanzüge ab Ende Januar präsentieren zu dürfen. Besten Dank Physiocenter Waldemar Andreev, Pro Grün und neue Zähne!

Nach mittlerweile drei Bänderrissen und vielen Wehwehchen geben wir trotzdem nicht auf, sondern halten noch stärker zusammen als zuvor, denn eines muss gesagt werden dieses Team spielt nicht nur Volleyball, sondern ist auch privat eine verschworene Einheit.

Eure Raketen



PHYSIOCENTER

WALDEMAR ANDREEV

AlterG

Das Anti-Schwerkraft-Laufband

- » Gewichtsmanagement «
- » funktionelles Training «
- » Konditionstraining «
- » Gangtraining «
- » Lauftraining «

für alle Rehabilitationsbereiche

Das perfekte Training nach einer Verletzung oder Operation und bei Athrose oder neurologischen Erkrankungen durch eine Gewichtsentslastung.



milon

einfach - sicher - effektiv

- » fit in 35 Minuten «
- » nur 2 x in 10 Tagen «
- » effektives Ganzkörpertraining «
- » erfolgreiches Training für Jedermann «
- » 49,00 € im Monat «
- » ohne feste Vertragslaufzeit «

Einfach und effektiv die Muskulatur aufbauen und die Ausdauer verbessern. Das Training wird individuell an deine Ziele angepasst und ist dadurch für jede Altersgruppe ideal geeignet.

Krankengymnastik • Manuelle Therapie • Manuelle Lymphdrainage • KGG • Massage • Fango • Heißluft Cryotherapie • Schlingentisch • Elektrotherapie (EMS-Therapie) • Hausbesuche • milon Q-Kraftausdauerzirkel Golf-Physio-Training • EMS-Training • Cryospot • Cryoshaper • BOA MED Lymphmassage • Medical Flossing Physio-Tape • Aromaölmassage • brainLight • AlterG • Alpha Cooling • INDIBA Activ Radiofrequenz-Therapie

Am Bahnhof 12 • 49143 Bissendorf • 05402 / 69 12 88 0 • info@physiocenter-andreev.de



3. Damen

Die Saison 2021/2022 steht ganz im Zeichen des Neustarts. Neustart nach fast 2 Jahren ohne Punktspielbetrieb und Neustart in komplett neu formierten Teams! In dieser Mannschaftskonstellation haben wir so noch nie vorher zusammengespielt! Für die Hälfte dieses Teams geht es zudem noch in einer höheren Spielklasse an den Start. Die vorherige hätten die Mädels noch in der 4. Damen (Kreisliga) bestreiten sollen, wäre sie nicht aufgrund von Corona abgesagt worden. Im letzten Jahr gab es also leider nicht einen Spieltag, um Erfahrungen zu sammeln. Das macht den Sprung der halben Mannschaft quasi aus der Jugend direkt in die 3. Damen (Bezirksklasse) umso größer, aber auch umso interessanter. Die nächste Herausforderung ist das Zusammenspiel im komplett neu formierten Team. Während die eine Hälfte der Spielerinnen „von unten“ dazu gekommen ist, ging die andere Hälfte der Mannschaft letzte Saison bereits in der 3. Damen an den Start. Leider gab es hier nur einen einzigen Spieltag. Das ist mehr als keiner, definitiv, reicht aber auch nicht um Erfahrungen zu sammeln. Aber dieses Jahr lassen wir nun hinter uns! Mit frischem Wind und neu formiertem Team sind wir also in die Saison 2021/2022 gestartet! Sobald das Training im Sommer wieder möglich war, haben wir jede Gelegenheit genutzt und im Training und in einigen Testspielen alles gegeben, um uns bestmöglich auf die

neue Saison vorzubereiten und uns mit anderen Teams zu vergleichen. Mit Erfolg! Die Testspiele haben gezeigt, dass wir in der neuen Liga sehr gut mithalten können! Bestens vorbereitet haben wir dann am lang ersehnten ersten Spieltag der Saison mit einer geschlossenen Mannschaftsleistung den ersten Sieg eingefahren und volle 3 Punkte mit nach Schledehausen genommen! Dieses Spiel und die Saisonvorbereitung haben uns gezeigt: JA, wir sind trotz der kurzen Zeit schon jetzt zu einer Mannschaft zusammengewachsen! JA, wir spielen zurecht in dieser Liga! JA, wir könnten auch hier ganz oben in der Tabelle mitspielen! Auf diese Euphorie folgt - jeder ahnt es - schon wieder eine Unterbrechung der Saison aufgrund von Corona. Von Dezember 2021 bis Mitte Januar 2022 wird der Spielbetrieb leider erneut ausgesetzt. Wir hoffen jedoch, dass es im Gegensatz zum letzten Jahr lediglich bei einer „Pause“ bleibt und wir die Saison anschließend fortsetzen können. Und zwar fortsetzen genau da, wo und wie wir in 2021 aufgehört haben! Saison 2021/2022 – WE ARE READY
 Zum Team der 3. Damen gehören: Anna Besenthal, Emelie Ehrlich, Franca von Zengen, Greta Warner, Ida Saathoff, Juliana Lemke, Juliane Pruhs, Katharina Tieben, Laura Thyssen, Mirja Pfeifer, Nathalie Ehrlich und Sophie Jungmann.
 Alina Sienkamp (Trainerin)



IHR SPEZIALIST FÜR ALLES RUND UMS LAUFEN

Als Spezialisten für den Fuß liefern wir Full Service rund um Sport- und Orthopädienschuhtechnik und Beratung, Analysen und Kurse rund um Bewegung.

LAUF- UND RADANALYSE

Computergestützte biomechanische Analyse zur genauen Untersuchung Ihres Bewegungsablaufes.



ORTHOPÄDIESCHUH-TECHNIK

Individuelle Einlagen und orthopädische Schuhzurichtungen, sowohl für den Alltag, als auch für Sport und Beruf.



4. Damen

Hallo liebe LeserInnen,
Wir sind die 4. Damen. Wir trainieren montags und mittwochs von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr bei unserem Trainer Dennis.

Wir sind ein neu geformtes Team, welches vor der Herausforderung steht, Altersunterschiede und Erfahrungswerte zu vereinen. Die Spanne reicht von Jugendspielerinnen, welche das erste Mal zu 6. auf dem Feld stehen, bis zu vielen Jahren Volleyball Erfahrung in auch höheren Spielklassen.

Wir- Sandra Grieb, Lena Schwarz, Leah Mathew, Nele Christians, Anna Saathoff, Lina Beckmann, Lea Bosse, Marlena Pruhs, Esta Klönen, Lilly Kowert, Pia und Sophie Rehme sowie Antonia Eekhoff, sind in der Kreisliga gestartet und versuchen uns stetig zu verbessern, als Team weiter zusammen zu wachsen und an Spieltagen alles zu geben.

Unsere liebe Antonia gehört auch dazu, ist zurzeit aber inaktiv, da sie sich in Kanada befindet.

Das Training macht uns großen Spaß und bringt jede Einzelne weiter. Diese Erfolge zeigt auch die Tabelle, wo wir auf Platz 2 punktgleich mit dem 1. stehen. Wir haben die ersten beiden Spiele für uns entscheiden können!

Natürlich sehen wir noch einigen Bedarf uns zu verbessern, ganz gleich, ob es die Annahme oder der Aufschlag ist. Oftmals ärgern wir uns über unsere eigenen Fehler und Dennis muss uns wieder auf den Boden der Tatsachen zurück-

bringen. Dabei nimmt er uns unsere Unsicherheiten und betont ganz deutlich, dass sich Fehler nur durch erneute Wiederholungen abstellen lassen und wir doch bitte „einfach Spaß haben sollen“, denn das sei ja immerhin das Wichtigste.

Obwohl es uns die Coronamaßnahmen nicht immer leicht machen, versuchen wir möglichst vollzählig und regelmäßig zum Training zu kommen und an uns zu arbeiten. Wir hoffen, dass wir die Saison bestmöglich zu Ende spielen können, in welcher Form auch immer. Unser erstes und nächstes Heimspiel ist am 19.12.2021, bei dem wir erneut mit ganz viel Freude unser Bestes geben werden.

Wir wünschen uns neben dem Erfolg ganz besonders viele Zuschauer, die an unserem Kämpfen um den Sieg dabei sind.

Immerhin wollen wir, dass Dennis ganz beruhigt am Spielfeldrand stehen und sehen kann, wie wir mit Begeisterung alles geben.

Zudem ist es viel schöner, nach so einem Spieltag, die Siege und die belohnten Anstrengungen feiern zu können.

Eure 4. Damen

U16

Hey,
wir sind die U16-Volleyballmannschaft aus Schledehausen und seit Sommer diesen Jahres ein Team. Viele von uns spielen schon lange Volleyball, ein paar sind seit diesem Jahr dabei. Wegen Corona durften wir im Frühjahr zunächst noch nicht in die Halle. Das hat uns aber nach so langer Wartezeit nicht davon abgehalten, an der frischen Luft wieder mit dem Volleyballtraining zu beginnen. Zuerst haben wir auf dem Fußballfeld und als das Wetter wärmer wurde, auf dem Beachvolleyballfeld in der Sonne geübt.



Wir trainieren immer montags und freitags. Unsere Trainerinnen Jenny, Steffi und Mascha bereiten für uns immer ein abwechslungsreiches Training vor, wobei wir Kraft- und Dehnübungen machen, unsere Technik trainieren und zum Abschluss unsere gelernten Taktiken im Volleyballspiel anwenden. Das Zusammenspielen zu sechst auf dem großen Feld wird immer besser! Unseren ersten Spieltag haben wir sehr erfolgreich mit zwei 2:0-Siegen und viel Spaß und Elan beim Anfeuern gemeistert!

Ein sehr großer Dank gilt der VGH, die uns schöne, grüne T-Shirts gesponsert haben, die wir alle beim Training sehr gerne tragen! Wir freuen uns auf alle weiteren Spieltage!

Eure U16

Amelie, Charlotte, Esta, Finja, Hannes, Henning, Johannes, Lieke, Lilly, Lorenz, Marlena, Max, Nele, Tobias



Das Zusammenspielen zu sechst auf dem großen Feld wird immer besser, auch unseren ersten Spieltag haben wir sehr erfolgreich gemeistert!



Schule fängt mit **bimarkt** an.

- ✓ Osnabrücks größte Schulranzen-Auswahl
- ✓ persönliche Fachberatung zu jeder Zeit
- ✓ Schulranzen-Test-Parcours
- ✓ gesundes Sitzen von Anfang an
- ✓ großer Füllertest und Schreibberatung
- ✓ Schreibwaren und Schulzubehör
- ✓ Schulbuch-Bestellservice u.v.m.

bimarkt
seit 1990

bimarkt · Hannoversche Str. 82 · OS
© 0541 58 20 20 · www.bimarkt.de
kostenlose Parkplätze vor dem Haus



Dr. H.Thiemann
prakt. Tierärztin
Bad Essener Str. 23
49143 Bissendorf – Schledehausen
Tel. 05402 - 642060



Termine nach Vereinbarung:

Mo., Di., Do., Fr.: 08.00 - 12.30 und
15.00 - 18.00 Uhr
Mi.: 08.00 - 12.30 Uhr
Sa.: 09.00 - 11.00 Uhr

Sprechstunde
ohne Terminvergabe
Mo – Sa.: 09.00 – 10.00 Uhr



U13 I

Hallo, wir sind die Volleyballmannschaft U13 I. Zu uns gehören Hannah, Shyanne, Frida, Anouk und Jette.

In der Saison 21/22 haben wir bisher die Regionsmeisterschaft und die Qualifikation zur Bezirksmeisterschaft gespielt. Bei beiden haben wir einen sehr guten dritten Platz gemacht! Leider haben wir es trotzdem nicht in die nächste Runde geschafft.

In der Liga gab es sehr spannende Spiele gegen die Mannschaften des VC Osnabrücks.

Volleyball ist ein super Sport, weil wir als Mannschaft immer zusammenhalten und Spaß miteinander haben. Wir trainieren jeden Montag und Freitag.

Wir danken unseren Trainerinnen Jenny, Mascha und Steffi für die guten und netten Tipps.

Jette und Anouk

Wir freuen uns auf jedes Training, denn Volleyball macht richtig Spaß!



U13 II

Wir - Lena, Leslie, Ida, Victorina, Ronya und Cira - sind die Volleyballmannschaft U13 II vom TV Schledehausen. Wir trainieren montags und freitags in der Waldsporthalle Schledehausen. Unsere Mannschaft hat schon an vielen Volleyballspielen teilgenommen. Deshalb werden wir immer besser! In dieser Saison haben wir beide Spiele 2:0 gewonnen.

Unsere Trainerinnen sind Steffi, Jenny und Mascha. Sie sind super und geben uns immer tolle Tipps. Das Training läuft meistens so ab: Als Erstes spielen wir ein Spiel zum Aufwärmen, danach folgen die Dehn- und Kraftübungen und dann geht es endlich los mit Volleyballübungen und -spielen.

Wir freuen uns auf jedes Training, denn Volleyball macht richtig Spaß!

Die U13 II



Aller (Neu-)Anfang ist schwer...

Nach der abgebrochenen Saison und der wahrgenommenen Chance in der Bezirksliga zu starten haben wir eine gute Saisonvorbereitung hingelegt und sind hochmotiviert gestartet.

Die Vorbereitung begann mit Individualtraining, EMS und Krafttraining bei unserem Partner Physiocenter Waldemar Andreev. Dazu kamen Technik und spielnahes Training in der Halle.

Als wir die ersten Testspiele absolvierten zeichneten sich Erfolge ab, die uns optimistisch stimmten. Die ersten kleineren Rückschläge und Niederlagen zeigten uns, dass diese Saison kein Selbstläufer wird. Durch stetige vereinsinterne Trainingsspiele versuchten wir Routinen zu entwickeln und stabiler zu werden.

Die ersten Spiele der Saison verriet uns allerdings, dass wir noch viele Baustellen in den Abläufen und Abstimmungen haben. Dazu eine schwankende Leistung über alle Positionen schürte Unsicherheiten und die erneute Corona bedingte Zwangspause kommt daher

nicht ganz ungelegen, um weiter an uns zu arbeiten.

Nach der Meldung des NWWV, dass die Saison unter den aktuellen Bedingungen Ende Januar fortgesetzt werden soll, freuen wir uns nun auf die freien Weihnachtstage und starten mit voller Motivation und Ehrgeiz im neuen Jahr.

Wir hoffen, dass wir unsere Zuschauer dann auch wieder begrüßen dürfen und mit euch den ersten Sieg dieser Saison feiern können.

In diesem Sinne bleibt gesund und habt besinnliche Weihnachtstage,

Eure 1. Herren



In diesem Jahr haben wir Pritschen, Baggern und Aufschlag gelernt. Seit ein paar Monaten spielen wir auch Spiele.



Neue Jungenmannschaft im Volleyball

- montags: 16:30-18:00 Uhr
- In der Waldsporthalle I
- Für Anfänger oder bereits mit ersten Erfahrungen

Eure Trainerin:
Karlotta Bergmann
015750771273

Neue Jungenmannschaft im Volleyball

Seit knapp 2 Monaten trainiert die neue Anfänger – Jungenmannschaft des TVS. Die Jungs, im Alter von 10 – 19 Jahren, sind super motiviert bei Training und machen bereits große technische Fortschritte. Die Mannschaft würde sich sehr über weitere Mitglieder freuen. Die sportbegeisterten Jungs unter euch sind also herzlich Willkommen, montags von 16:30 – 18:00 Uhr bei unserem Training in der Waldsporthalle vorbeizuschauen.

Carlotta Bergmann



Die neuen Jugendmannschaften

Wir, die Mannschaften TV Schleddehausen I/II in der U12 und TV Schleddehausen III in der U13, spielen ungefähr seit einem Jahr Volleyball. Wir sind 24 Mädchen und Jungen zwischen 8 und 11 Jahren. Durch Corona hatten wir mehrere kleine Unterbrechungen im Training. In diesem Jahr haben wir Pritschen, Baggern und Aufschlag gelernt. Seit ein

paar Monaten spielen wir auch Spiele. Das hat großen Spaß gemacht und die Stimmung war super. Unsere kleine Schwäche ist der Aufschlag, daran arbeiten wir aber noch.

Luise Bergmann



Hobby Mixer kriegen kein Corona!!!!

Daher haben wir auch fast das ganze Jahr durchgespielt. Gottseidank gibt es ja die Beachanlage und mit Listen, Desinfektion und Mannschaften aus Familien ging das ja auch völlig problemlos. Dann kam die Impfung und alles wurde einfacher, dann 2G+ und es wurde wieder schwerer... aber nichts hält uns auf, so kommen immer zwischen 4!! und 12 motivierte Menschen zwischen paarundzwanzig und kurz vor der Rente am Montag um 20:00 Uhr zusammen, um den Volleyball mehr oder weniger gekonnt übers Netz zu befördern.

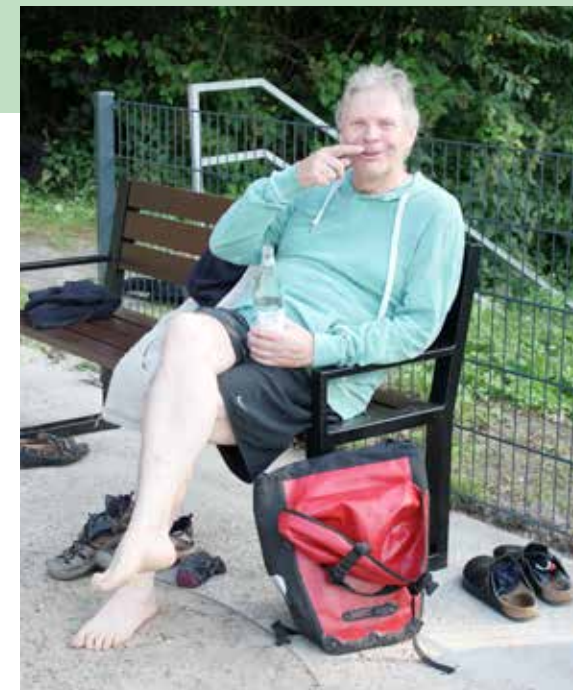
Danach Spielanalyse mit Abstand und kalten Getränken, gelegentlich angereichert durch diverse Gaumengenüsse in Form von leckerer Schokolade, Mon Cheri, Flips und ähnlichen Kohlehydratlieferanten. Man muss ja seinen Speicher wieder auffüllen. Nebenbei wird der neuste Friedhofsclatsch besprochen und Anekdoten ausgetauscht. Leider hat dieses Jahr unsere „Ehrenspielführerin“ und jahrzehntelange Trainerin Sigrid B. ihren Rücktritt vom aktiven Dienst erklärt, interimsmäßig coachen wir uns jetzt gegenseitig. Außerdem mussten wir uns von unserem Vermögensverwalter Kurt K. verabschieden, die Kunst geht vor. Zum Glück haben wir mit Elisabeth eine weitere Pädagogin als Ersatz gefunden.

Das Sommergrillen fand statt, mit Impfpass alles easy, das Weihnachtliche Grünkohlwandern musste leider ausfallen, die Inzidenzen

Ein bisschen Nachwuchs haben wir auch bekommen, gefühlt sind aber die passiven Mitglieder langsam in der Mehrzahl. Wer also noch Zeit hat am Montag um 20:00 Uhr, kommt vorbei und macht mit. Vorkenntnisse sind erwünscht, aber nicht Bedingung. Alles kann, nichts muss. Also runter vom Sofa und rein in die Halle. Oder ab Mai auf den Beachplatz.

Das wären unsere bescheidenen Wünsche für 2022, ansonsten sind wir wunschlos glücklich und immer bestens gelaunt. Und das wünschen wir auch allen anderen sportbegeisterten und Couchpotatoes. In diesem Sinne, Glück auf und bleibt gesund.

Wer am Montag um 20:00 Uhr Zeit hat, kommt vorbei und macht mit. Also runter vom Sofa und rein in die Halle. Oder ab Mai auf den Beachplatz.



■■■ Tischlerei Bergmann ■■■
Meisterbetrieb

- Möbelbau - Innenausbau - Reparaturarbeiten -

Wulftener Str. 4
49143 Bissendorf
05402 / 7773

W. WICHMANN METALLBAU

Schweißfachbetrieb nach DIN EN 1090

Bauschlosserei

- Treppen
- Balkone und Geländer
- Tor- und Zaunanlagen
- Hallenbau

Maschinenbau

- Holzimprägnieranlagen
- Sägewerkseinrichtungen
- Maschinenreparaturen
- Industriemontagen

Kreuzbreite 5 • 49143 Bissendorf • Tel: 05402/8417 • Fax:05402/6075812

www.metallbau-wichmann.de • info@metallbau-wichmann.de



Der **einfachste** Weg
zur **neuen** Küche

next125

Im Felde 2
49152 Bad Essen
Tel.: 05472 9549870
www.kuechen-freckmann.de

Besuchen Sie uns gerne auch auf:
facebook.com/kuechen.freckmann



Ballsport

Seit einem kleinen Aufruf in der Grundschule sind neben dem harten Kern viele neue Gesichter beim Ballsport mit dabei. Darüber freuen wir uns sehr!

Aber was machen wir jeden Freitag von 15 – 16:30 Uhr in der Waldsporthalle I beim Ballsport?

Bei uns dreht sich alles um den Umgang mit verschiedenen Bällen, vom Tennisball über den Softball bis hin zum großen Pezziball. Wir lernen Prellen, Werfen, Fangen und Schießen in unterschiedlichen Ball- und Laufspielen. Ob beim Zombieball, Zahlenfußball oder Schuhhockey, der Spaß steht bei uns immer im Vordergrund. Ein Highlight ist die wöchentliche freie Ballzeit, bei der die Kinder die Materialien der Halle selbst erkunden können.

Im Sommer haben wir wie jedes Jahr gemeinsam das Sportabzeichen absolviert und dabei viele tolle Leistungen gesehen! Du bist in der Grundschule und hast Lust bekommen, mit kleinen Spielen zum Ballprofi zu werden? Dann komm gerne vorbei!



Best-Ager

Sportliches Menü bei den Best Ager
In der ersten Jahreshälfte in 2021 hat uns Corona auch in sportlicher Hinsicht erneut ausgebremst.

Wie sehr haben wir uns gefreut als es im Sommer, unter den bekannten Hygienemaßnahmen, wieder losging! Was für andere die gut ausgestattete Küche ist, um ein Menü zu zaubern, ist für uns Best Ager die Turnhalle mit unserer Übungsleiterin Steffi – eine gute Mischung für ein sportliches Menü.

Damit Muskeln und Gelenke geschmeidig werden, gibt es immer ein flottes Aufwärmprogramm, unsere Vorspeise. Als Hauptgang folgt stets eine abwechslungsreiche Zusammenstellung aus Steffis kreativem Übungskochbuch – stets begleitet von Musik und der Motivationshilfe unserer Übungsleiterin. Nicht nur Belastungs-, Gleichgewichts- und Koordinationsübungen, auch Übungen mit verschiedenen Hilfsmitteln wie große und kleine Bälle, Hanteln, Flexi-bar, Brasil oder Holzstab sind im Programm.

Zum Nachtisch führt uns Steffi bei leiser Musik und gedämpftem Licht in die Entspannungsphase. Mit einem kurzen Applaus verabschieden und motivieren wir uns für den nächsten Mittwoch. Herrlich, was wir wieder geschafft haben in unserer Stunde!

Wir freuen uns, wenn wir neue Mitglieder in unserer Runde begrüßen dürfen – freut euch auf das sportliche Menü der Best Ager!

H.K.



Fit bis ins hohe Alter!

Freitagmorgen - da kommen meine Seniorinnen zum Sport! Der lange Lockdown, der von November 2020 bis Ende Mai 2021 für die aktiven Sportler dauerte, hat uns gar nicht gefallen. Meine Gruppe „Fit bis ins hohe Alter“ war die erste von meinen Gruppen im TVS, die wieder starten durfte. Die meisten 2fach geimpft, ich frisch getestet, konnten wir am 28. Mai wieder loslegen. Der freitägliche Austausch untereinander und die gemeinsame Bewegung haben allen gefehlt.

Ein frohes Weihnachtsfest konnte ich meinen Seniorinnen 2020 nur telefonisch wünschen, und unser gemütliches Beisammensein mit Kaffee, Tee, selbst gebackenen Keksen und anderen Leckereien musste leider ausfallen. Schade! Und jetzt passiert es in diesem Jahr erneut. 2G plus ab 4. Dezember 2021! Die Inzidenzen steigen wieder und die vollständige Impfung reicht in Niedersachsen allein nicht mehr aus. Ein aktueller Test muss her! Nur leider gibt es direkt nach dem Beschluss der Landesregierung bei uns im Ort gar keine Testmöglichkeit, um Freitag mit allen erforderlichen Unterlagen um 09.45 Uhr zum Sport zu kommen. Also pausieren wir erneut - auf Wunsch meiner Damen erstmal im Dezember. So was Blödes! Aber die Gesundheit geht auf jeden Fall vor. Da sind wir uns alle einig!

Die Zeit im Sommer und im Herbst haben wir fleißig genutzt, um den Körper und auch die grauen Zellen nach der langen Pause wieder in Schwung zu bringen. Im Stehen und auf dem Hocker wurden Gelenke mobilisiert, Muskeln gekräftigt und Knochen gestärkt.

Schade nur, dass wir keine Partnerarbeit und auch kein kleines Spiel machen dürfen. Abstand halten! Erinnert ihr euch

noch an das Spiel im Kreis, bei dem immer 2 von euch über dem Rücken einer anderen klatschen? Klatschen - bücken - klatschen! Rechts herum und links herum und sogar mit mehreren Impulsen. Dabei haben wir schon viel Spaß gehabt und auch so manches Mal über uns selbst gelacht. Ich hoffe, das ist bald wieder erlaubt.

In diesem Jahr war eben nochmal alles stationär - auf dem Hocker, am Hocker und um den Hocker herum. Und dann darf man es sich dort noch nicht einmal gemütlich machen: die Sitzbeinhöcker gerade noch auf der Hockersitzfläche, aufrecht sitzen und über den Scheitel Richtung Decke wachsen. So hab ich's am liebsten. Und ihr macht das mittlerweile schon im Schlaf.

Gekämpft haben wir in diesem Jahr mit der Lüftungsanlage, die so laut ist und während der gesamten Übungsstunde gar keine Ruhe mehr gibt, dass wir des Öfteren auf musikalische Unterstützung bei den Übungen verzichtet haben. Aber Luftzirkulation während der Pandemie ist notwendig und wichtig.

Diese Gruppe kommt mit allem zurecht. Meine Damen sagen dazu nur eins: Wir haben schon Schlimmeres erlebt!

Schön, dass ihr so fleißig in meine Übungsstunde kommt. Ich freue mich sehr darüber.

Steffi

Tagespflege Jürgen Helm in Bad Essen



Pflegedienste
im Altkreis Wittlage &
in der Gem. Bissendorf

- ✓ Ambulante Pflege
- ✓ Kurzzeitpflege
- ✓ Langzeitpflege
- ✓ Tagespflege

**Pflege
bei Ihnen zu Hause?
Rufen Sie uns an!**

Bornweg 32
49152 Bad Essen
Tel.: (054 72) 8 15 80

Bremer Straße 76
49163 Bohmte
Tel.: (05471) 1832

Einrichtung als Einsatzstelle für den Bundesfreiwilligendienst.



Pilates ist ein Ganzkörpertraining zur Stärkung und Dehnung der Muskulatur. Durch Ansteuerung der Tiefenmuskulatur wird unser Powerhouse aktiviert.

Pilates

Körperliche Fitness erhält man weder durch Wunschdenken, noch kann man sie käuflich erwerben. Joseph H. Pilates
Deswegen spielt die Uhrzeit, wir treffen uns Montag morgens um 8 Uhr in der alten Halle, fast keine Rolle. Zumal wir durch Steffi voll motiviert empfangen werden.

Pilates ist ein Ganzkörpertraining zur Stärkung und Dehnung der Muskulatur. Durch Ansteuerung der Tiefenmuskulatur wird unser Powerhouse aktiviert. Wir atmen konzentriert und führen die Übungen langsam aus. Die Übergänge zwischen den Übungen sind fließend. Diese sogenannten Flows sind fast immer Bestandteil von Steffis Übungsprogramm. Durch all dies werden die Selbstwahrnehmung und die Fitness gesteigert.

Am Ende der 90 Minuten dehnen wir uns noch kurz auf der Matte, und dann kann die neue Woche starten.

Andrea und Heike

Und diejenigen, die am Montagmorgen arbeiten müssen, haben die Chance am frühen Montagabend in der Zeit von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr ebenfalls in der Schulturnhalle die Pilatesstunde zu genießen.

Bei sanfter Musik mit dem Fokus auf der eigenen Atmung wird „pilatisiert“. Die Pilates-Atmung der Wahl - die Flankenatmung - gibt allen die Möglichkeit die jeweilige Übung zur ganz eigenen Übung werden zu lassen mit der eigenen Atmung als Rhythmusgeber. So entsteht schon ein Flow innerhalb jeder Übung und daraus wiederum ein Flow, in den mehrere Übungen nacheinander folgen. Dann kann die Energie im Körper fließen - das gibt ein gutes Gefühl. Und es erfreut mein Tänzerherz - denn ein bisschen wie ein Tanz fühlt es sich an, so im Flow.

Es ist eine ruhige Stunde, in der man konzentriert Übungen korrekt ausführt mit der dazugehörigen Atmung, in der man sich selbst herausfordert und sich gegebenenfalls selbst eine Pause verordnet, wenn man eine benötigt, um sich beim nächsten Mal zu steigern. Pilates ist ein Prozess, in dem jede/r sich im eigenen Tempo steigern kann.

Wer seinen Körper in einer angenehmen Atmosphäre zusammen mit anderen Gleichgesinnten auf eine stressfreie Art kräftigen und dehnen will, ist herzlich willkommen.

Steffi

Ihr zuverlässiger Partner
für:

- kreative Raumgestaltung
- moderne Bodenbelagsarbeiten
- innovative Fassadenbeschichtungen
- Wärmedämmarbeiten
- Lackierungen
- Gerüstbau
- Schimmelentfernung/ Sanierung
- Glaserarbeiten

malerbetrieb
blinde

49143 Bissendorf
Wulftener Straße 6
Telefon 05402/8175



Pilates für Fortgeschrittene

Die Montags-Konkurrenz zum Fitnessstudio heißt im TVS „Pilates“!

„Nach 10 Trainingsstunden spürst du den Unterschied, nach 20 siehst du ihn und nach 30 hast du einen völlig neuen Körper!“ J.H. Pilates

Die ganzheitliche Trainingsmethode, die Körper und Geist mit Hilfe der Atmung trotz Anstrengung ruhiger werden lässt, üben montags die fortgeschrittenen Damen in der Alten Turnhalle aus.

Einige von uns sind seit über 10 Jahren dabei. Unter der Leitung von Stephanie Enz sind wir eine engagierte Frauengruppe, die sich immer montags von 19.30 Uhr bis 21.00 Uhr trifft.

Unsere Steffi ist immer in der Lage uns wöchentlich neu zu motivieren, damit die Wechsel von Kraftübungen und Stretching mit der nötigen Körperhaltung und Atmung fachgerecht durchgeführt werden können. Das Training beinhaltet außerdem Mobilisations- und Stabilisationsübungen sowie die Verbesserung der Koordination. Die richtige Zentrierung des Körpers spielt auch eine große Rolle. Der Vorteil des Trainings ist, dass es von Frauen und Männern, Jung und Alt durchgeführt werden kann.

Durch die ständige Forderung bleiben wir fit und freuen uns auf das kommende Training in gewohnter Gemeinschaft und auf das wöchentliche Wiedersehen, um mit viel Spaß und Freude in der Runde zu trainieren.

Denn: Wer rastet, der rostet!

Angela



Rechtsanwaltskanzlei Pilgrim

Joachim Pilgrim
Rechtsanwalt

Bau- u. Architektenrecht
Beamten-, Dienst- u. Arbeitsrecht
Straßenverkehrsrecht
Straf- u. Strafverfahrensrecht
Inkasso/Zwangsvollstreckung

Astruper Straße 6
49143 Bissendorf/Schledehausen
Telefon (0 54 02) 607 37-65
Telefax (0 54 02) 607 37-66
pilgrim@rechtsanwalt-pilgrim.de
www.rechtsanwalt-pilgrim.de

SEIT ÜBER 70 JAHREN IN BISSENDORF



**Autohaus Deppe
GmbH & Co. KG**

Meller Straße 41
49143 Bissendorf
Tel.: 05402 64341-0
www.ford-deppe-bissendorf.de
Service@AutohausDeppe.fsoc.de

Wir bewegen etwas...



Ihr Partner rund um die Beerdigung

wiethaupt

Bestattungen und Grabpflege

- Vorsorgeverträge
- Persönliche Beratung
- Überführungen
- Alle Bestattungsarten
- Erledigung aller Formalitäten
- Dauergrabpflegeverträge

Hauptweg 7 · 49143 Bissendorf · Telefon 0 54 02. 83 54



Bodystyling

Nach und nach trudeln sie ein, meine Bodystyling-Damen. Pünktlich um 18 Uhr starten wir mit dem Warm up: alles durchbewegen, Gelenke mobilisieren, den Körper auf das, was in der folgenden Stunde kommt, vorbereiten.

In diesem Jahr war die Wahl der Geräte wegen Corona eingeschränkt. Nicht jedes Gerät verträgt es, desinfiziert zu werden. Also haben wir oft nur den eigenen Körper als Trainingsgerät genutzt. Aber auch das eigene Körpergewicht hat es in sich. Nur die Abwechslung, die wir normalerweise gewohnt waren, blieb ein kleines bisschen auf der Strecke. Aber ich gebe die Hoffnung nicht auf, dass wir irgendwann wieder ohne Hygienevorschriften zusammen trainieren dürfen - ohne die FFP2-Maske dabei zu haben und immer auf den Abstand zu achten und ohne Desinfektionsmittel!

Was machen wir nun eigentlich in dieser Stunde? Die erste Hälfte der Übungsstunde absolvieren wir stehend. Squats und Ausfallschritte stehen auf dem Programm genauso wie Knie-Lifts, Side Leg Lifts und Beinlifts nach hinten. Das macht schöne, kräftige Beine und einen knackigen Po, und zum Glück macht es auch warm, denn in diesem Jahr fiel das Schwitzen auch schon mal aus.

Denn es passierte, dass bei unserer Ankunft alle Fenster offen waren, so dass es sich anfühlte, als wären wir in einem Eiskeller gelandet und nicht in der Turnhalle der Grundschule. Natürlich ist lüften wichtig und das nicht nur während der Corona Pandemie, aber bei gefühlten Minusgraden Sport treiben, geht dann doch zu weit. Da reichen ja nicht einmal 4 Lagen Kleidung übereinander, oder Veronika? (; Ja, die Kleiderwahl für die Übungsstunde war in dieser Herbst-/Wintersaison ein wenig komplexer als in den Jahren zuvor. Zwiebelprinzip war angesagt. Besonders auf der Matte war etwas Langärmeliges von Vorteil, um die Konzentration überhaupt auf die Übung lenken zu können, und nicht auf's Frieren. Aber all das haben wir gemeistert. Und nun ist auch dieses Corona-Jahr schon wieder Geschichte. Erwähnen will ich noch - last but not least - dass einige „Neue“ den Weg in unsere Übungsstunde gefunden haben. Wie schön, dass ihr dazu gekommen seid. Wenn du auch Lust hast, dich in netter Gesellschaft anzustrengen, komm' in die Halle.

Du bist herzlich willkommen.

Steffi

Immer gute Sicht auf allen Touren



Ob beim Wandern, Radeln oder Extremsport – die Augen spielen dabei eine besonders wichtige Rolle. Eine gute Sehleistung ist Voraussetzung für den Erfolg und den Spaß bei Sport und Spiel. Mit modernsten Messinstrumenten ermitteln wir die für Sie optimale Korrektur: Ob Sportbrille oder Kontaktlinsen - wir beraten Sie gern!

Siekemeyer
OPTIK

Mo.-Fr. 8.30-12.30 Uhr, 14.30 -18.00 Uhr, Sa. 8.30-12.00 Uhr
Termine auch gerne außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung
Spichernstraße 3, 49143 Bissendorf
Telefon (0 54 02) 44 38
Telefax (0 54 02) 69 11 07
info@siekemeyer.de, www.siekemeyer.de

Sportstunden im TVS



Fahrstunden bei
LOHEIDE + KRAFT
FAHRSCHULEN GMBH
freundlich – solide – transparent

www.loheide-kraft.de +++ www.loheide-kraft.de +++ www.loheide-kraft.de +++ www.loheide-kraft.de +++
GiroLive
50,- € Gutschein

Gut gelaunt in den Tag mit Bodyfitness

Eigentlich will man ja, aber irgendwie kommt immer was dazwischen, wenn man gerade zum Sport will... Auch wenn man die vielen gesundheitlichen Vorteile von Fitness kennt, steht die Umsetzung auf einem ganz anderen Blatt. Damit Du ab sofort Deinen inneren Schweinehund überwindest, solltest Du dienstags und freitags ab 8 h zum Bodystyling kommen. Denn: Übungsleiterin Karin Bergmann hat eine unnachahmliche Art Dich zu motivieren etwas für Dich und Deinen Körper zu tun.

Nach einem ganzheitlichen Warm Up zu wachmachenden Beats, merkst Du spätestens am nächsten Tag, wo sich überall Muskeln verstecken.

Am Ende des Trainings fühlt sich Dein Körper/Body von Kopf bis Fuß gut durchgearbeitet an. Zu einem festen Zeitpunkt und in der Gemeinschaft geht das Training einfach am leichtesten von der Hand und Karin entlässt die Gruppe selbstbewusst und gut gelaunt in den Tag, Neugierig geworden? Dann schnell die Sportschuhe schnüren, die Trinkflasche einpacken und auch wenn's mal anstrengend wird nicht gleich das Handtuch schmeißen. Zur Belohnung wirst Du schon bald merken, dass Du viel einfacher die Treppe hochkommst, weniger Rückenschmerzen hast und nette Leute triffst Du auch. Genug der guten Argumente: 3...2...1... Los geht's!

Johanna



Bewegen statt Schonen

Am 2. September startete der Gesundheitskurs „Bewegen statt Schonen“. 10 wochenlang lernten 10 Teilnehmende verschiedene Kernziele aus dem Rücken-Aktiv-Programm kennen.

Jeden Freitag um 11:00 Uhr starteten wir mit einem kurzem Gruppengespräch mit vielen Informationen rund um den Gesundheitssport.

Erklärt wurde z.B. wie man einen Gegenstand rückengerecht anheben sollte oder es wurden unterschiedliche Bewältigungsstrategien bei körperlichen Problemen erarbeitet. Im Laufe der Stunde haben wir abwechslungsreiche Übungen zur Körperwahrnehmung ausprobiert. Einen großen Teil der Kursstunde nahm der Ausdauerbereich ein, welcher von je-

dem Teilnehmenden in seinem persönlichen Tempo absolviert werden konnte. Außerdem verlief keine Sportstunde ohne Kraft- und Stabilitätsübungen, wodurch es zu dem ein oder anderen Muskelkater gekommen. Mit einer abschließenden Entspannung wurden die Frauen und Männer nach 90 Minuten ins Wochenende entlassen.

Ein neuer Kurs startet im Februar und willkommen sind alle Wiedereinsteigende und Menschen, die lange kein Sport mehr gemacht haben.

Wir freuen uns auf euch!

10 wochenlang lernten 10 Teilnehmende verschiedene Kernziele aus dem Rücken-Aktiv-Programm kennen.

TIEMANN -
GORNY



Solarium
Osteopathie
Ergotherapie
Hausbesuche
Elektrotherapie
Funktionstraining
Bobath für Kinder
Manuelle Therapie
Krankengymnastik
Klassische Massage
med. Trainingstherapie
Schlingentischtherapie
Bobath für Erwachsene
Manuelle Lymphdrainage
Fangopackungen/Heißluft

T
H
E
R
A
P
I
E
Z
E
N
T
R
U
M

S
C
H
L
E
D
E
H
A
U
S
E
N



Step Experience

Was mich glücklich macht!

Jeden Mittwoch um 18 Uhr wird in der Schulturnhalle das Step aus dem Gerätraum geholt. Kurze Vorbereitungen: die Gummidichtungen (sind schon etwas in die Jahre gekommen!) noch kurz befeuchten, damit das Brett nicht rutscht, sich in die Liste eintragen, dabei an die Hygienevorschriften denken - ach ja, wer durch die Halle läuft, muss die Maske aufsetzen - die Corona-Pandemie nervt immer noch! In diesem Jahr haben wir schon so einiges durch: vom Lockdown über 3G, 2G und zum Jahresende 2G plus! Aber wenn die Stepstunde stattfinden darf, dann sind alle am Start.

Um 18 Uhr geht's los! Alle sind von Anfang an konzentriert, denn in dieser Stunde wird nicht nur die Ausdauer trainiert, sondern auch das Gehirn ganz ordentlich herausgefordert. 3 Blöcke werden aufgebaut und das Intro kommt noch obendrauf - eine ganze Menge an Schritten, die man sich merken soll. Und dann geht's auf und ab, zur Seite und um das Step herum! Und plötzlich steht man auf der anderen Seite und macht die Schritte nicht mehr Richtung Spiegel, sondern mit Blick zur hinteren Wand. Orientierung im Raum! Das gehört - genau wie Armbewegungen zu den unterschiedlichsten Schrittfolgen - zum Trainingsziel Koordination. Und die üben

wir regelmäßig und mit viel Freude. Da blickt man auch schon mal in die falsche Richtung. Das passiert eben und macht gar nichts. Von Mal zu Mal wird's besser. Denn Koordination kann man lernen und das zu 100 %. Man muss nur dranbleiben.

Wenn ich zusammen mit der Gruppe über das Brett tanze, hin und her, vor und zurück, diagonal und drum herum, dann bin ich glücklich. Und zwar nicht nur, weil mir das unheimlich viel Spaß macht, sondern auch, weil ich jedes Mal stolz auf meine Gruppe bin, die das so hervorragend meistert und das Final am Schluss der Stunde immer wieder zu einem Highlight werden lässt. Vielen Dank, dass ihr so aufmerksam seid und euch jede Woche wieder neu herausfordert.

Wer mitmacht, merkt, dass in dieser Stunde keine Zeit bleibt, um an etwas anderes zu denken als an die Choreographie. Und so ist man hier frei vom Alltag - jedenfalls für eine volle Stunde - und tut etwas für die eigene körperliche Fitness!

Steffi



Aerobic

Und noch eine Portion Glücksgefühl gibt's zum Wochenende!

Die Aerobic-Gruppe kommt jeden Freitag von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr zusammen, um die Turnhalle unsicher zu machen. Der Freitagnachmittag ist bei den meisten als Sporttermin nicht sonderlich beliebt. So freue ich mich sehr, dass doch einige den Weg in die Halle finden, obwohl Zuhause noch das ein oder andere zu erledigen ist.

In dieser Übungsstunde kann jede zum Wochenende nochmal Ausdauer und Koordination trainieren - diesmal ohne Step-Brett. Die Ausdauer trainieren, das heißt freitags nicht nur schnell unterwegs sein, sondern beinhaltet das Erarbeiten einer schönen Choreo, die am Stundenende zu einem ausgezählten Final wird - zum Höhepunkt der Übungsstunde! Spannend! Kriegen wir's gemeinsam hin? Auf jeden Fall! Oft bin ich froh, noch einen Block mehr ausgearbeitet zu haben, denn sie lernen schnell, meine Aerobic-Damen. Übung macht eben die Meisterin! So schaffen wir's auch fast schon mühelos die Tanzrichtung zu ändern. Jede Woche darf ich zufrieden und sehr angetan von meiner Gruppe ins Wochenende gehen. Und ich hoffe, dass alle die, die mitmachen genau so stolz auf ihre Leistung sind wie ich - und zwar jede Woche wieder neu!

P.S. Leider fehlen ein paar von Euch auf dem Foto. November ist nicht der beste Monat, um Gruppenfotos zu machen. Im nächsten Jahr machen wir's früher. (;

Steffi



Yoga

Die einfachen körperlichen Vorzüge von Yoga sind wahrscheinlich vielen Menschen bereits bekannt:

- Kräftigung, Dehnung, Vertiefung des Atems, Entspannung, ... Doch das Gesamtpaket Yoga bietet noch ein bisschen mehr:

- Innere und äußere Ruhe, Zufriedenheit, Harmonie, Selbstverantwortung, Bewusstsein, Achtsamkeit, Liebe und Selbstliebe, um nur ein paar Dinge zu nennen.

Es geht beim Yoga nicht darum, immer besser zu werden, sondern sich selbst kennen zu lernen wie man/frau halt ist.

Die Summe aller Entscheidungen, die für das eigene Leben getroffen werden, schauen dich am Ende im Spiegel an. Wenn das dir nicht gefällt, hast du die Möglichkeit, etwas zu verändern und dabei kann Yoga helfen.

Wie? Wie schnell? Bei jedem etwas anders - einfach starten und sehen was passiert.

Anke Bosse



Flexi-bar

Was kann der Flexi-bar?

Der Flexi-bar Schwungstab wird in Schwingung gebracht und bewirkt durch die erzeugte Vibration eine unwillkürliche, reflektorische Anspannung der Muskulatur des Körpers. Hierbei wird die Tiefenmuskulatur trainiert, die bei den meisten anderen Kraftübungen nicht beansprucht wird.

Fazit:

Gar nicht so einfach den Flexi-bar zum Schwingen zu bringen und auch in der Bewegung zu halten. Doch der Einsatz lohnt sich. Vor allem die Tiefenmuskeln werden trainiert und die sorgen für eine gute Haltung und entlasten die Gelenke. Ideal bei Rücken- oder Schulterbeschwerden.

Und so geht es:

Die Stange locker festhalten, vielleicht den kleinen Finger lösen, das macht feinmotorischer. Die Arme lang machen, dadurch werden die Schwingungen besser übertragen. Die Schulter zusammen und nach unten ziehen, das Becken fixieren. Klein anfangen, den Ausschlag langsam steigern. Aus dem Rhythmus gekommen? Einfach warten, bis der Flexi-bar stoppt und wieder neu einsetzen.

Kommt vorbei immer Mittwoch um 20.00 Uhr in der Sporthalle an der Grundschule in Schleddehausen.

Wir freuen uns über Verstärkung.

Silke Arndt



JANZEN

TECHNIK FÜR NATUR UND UMWELT

Rasenmäher-Center GmbH

Zum Eistruper Feld 4, 49143 Bissendorf

Tel. 05402/64279-0, FAX 05402/1327

www.janzen-rasenmaeher.de

Stephan Rasper 
Kfz-Meisterbetrieb

- Meisterbetrieb
 - Reparatur aller Marken
 - Inspektion nach Herstellervorgabe
 - Achsvermessung
 - Reifenservice
 - HU/AU
- In Zusammenarbeit mit einer autorisierten Prüforganisation



Heinrich-Gerdom Str. 1 | 49143 Bissendorf | Tel.: 0 54 02 / 76 57 | www.kfz-rasper.de



Osnabrück's Bratwurst Nr.1

Du bist zum Anbeißen!

Die Meister-Wurst.



www.kinnius.de

Die Tanzstunde hält uns fit, macht gute Laune und läutet für viele von uns das Wochenende ein.



Tanztraining der Gruppe "Tanztee bei der Queen"

Jeden Freitag treffen sich 11 Frauen von 18.30 - 19.30 Uhr in der alten Halle.

Wie bereits in der Vorjahreszeitung aus 2020 berichtet, trainieren wir aufgrund der Corona Einschränkungen noch immer unsere Choreographie zum Song "Everybody Wants To Rule The World" aus dem Soundtrack „Die Tribute von Panem“.

Die nach wie vor bestehenden Abstandsregeln erschweren weiterhin unsere Proben, aber der Ablauf und die Endpose mit Elke B. als Beherrscherin der Welt sind entwickelt und in unseren Köpfen mal mehr und mal weniger gefestigt.

Wir bleiben einfach mit viel Spaß am Ball und könnten uns eine Präsentation vor Publikum bei der 100-Jahrfeier des TV Schledehausen in 2024 vorstellen.

Am Anfang jeder Sportstunde macht Steffi uns stets mit einem Aufwärmprogramm geschmeidig, und wir wiederholen noch "wackelige" Schrittabfolgen, wie z.B. Tief, Routieren, Schritt!!!

Als weitere Herausforderung haben wir uns das Lied von Ed Sheeran "Happier" ausgesucht, das von einer unglücklichen Liebe handelt, die wir tänzerisch versuchen zum Ausdruck zu bringen.

Die Tanzstunde hält uns fit, macht gute Laune und läutet für viele von uns das Wochenende ein.

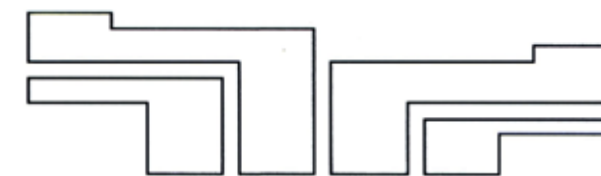
Gerne stoßen wir auch gemeinsam auf Geburtstage, Enkelkinder oder sonstige freudige Ereignisse entweder in der Turnhalle oder in privaten Räumlichkeiten an. Es gibt immer viel zu erzählen, da wir uns fast alle schon sehr lange kennen.

Auch für Interessierte und tanzbegeisterte Frauen ist unsere Gruppe offen.

Komm doch einfach mal vorbei. Wir freuen uns.

Veronika

Sachverständigenbüro Dr. Ritzkopf und Partner



Chemische Sachverständige für Untersuchungen, Gefährdungsabschätzungen, Sanierungs- und Entsorgungsempfehlungen sowie Sanierungsbegleitungen bei Brand-, Haftpflicht-, Korrosions- und Wasserschäden

Dipl.-Chem.

Dr. Thomas Lauxtermann

Partner

Mendelstraße 11
48149 Münster

Telefon 0251 / 980 2291

0172 / 533 3334

Fax 0251 / 980 2292

info@ritzkopf.de

www.ritzkopf.de



Von der IHK Nord Westfalen öffentlich bestellt und vereidigt für chemische Folgen von Brand- und Wasserschäden

Wir sind für Sie da!



• **Elektroanlagenbau**
• **Sicherheitstechnik**
• **Photovoltaik**

• **Elektroanlagenbau**
- Installation & Kundendienst
- Wärmepumpen
- Beleuchtung aller Art
- Sol-Anlagen
- Telefonanlagen

• **Sicherheitstechnik**
- Brandmeldeanlagen / Rauchmelder
- Alarmanlagen
- Schließanlagen
- Einbruchmeldeanlagen
OSMA Total
- Beratung & Verkauf

• **Photovoltaikanlagen**

Fragen Sie den Fachmann

49143 Bissendorf
Tel. 0 54 02 - 6 42 46-0
Raiffeisenstr. 1
www.rasper-gmbh.de



Osnabrück's Bratwurst Nr. 1

Vernasch mich!

Die Meister-Wurst.



www.kinnius.de



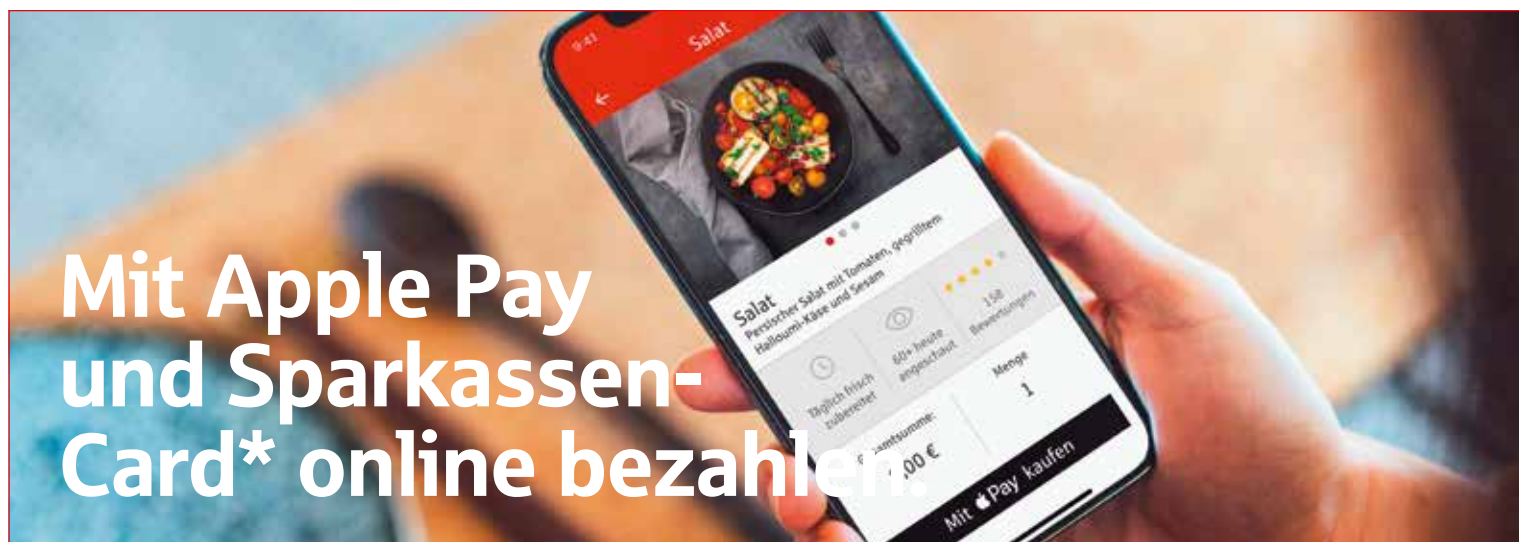
Tanzsport im TVS im Jahr 2021



Mittlerweile darf zwischen den Wellen getanzt werden und alle Paare sind frohen Mutes und sehen gespannt in die Zukunft, ob der Modetanz Corona 2022 oder vielleicht 2023 mit oder ohne Maske getanzt werden wird. Als äußerst positives Signal zwischen den Wellen konnte man feststellen, alle Paare halten am Tanzsport fest und freuen sich aufs Training.
WR

Der Tanzsport im Jahr 2021 ruhte zunächst in den ersten 7 Monaten. Nachdem die Politik den Unterschied zwischen Prostitution und dem Tanzsport nach mehreren Gesprächen erkannt hatte, war es in Deutschland und somit auch in Niedersachsen und dem Luftkurort Schleddehausen möglich, mit einem Hygienekonzept wieder zu tanzen. Anfangs war die Politik der Meinung aufgrund der Kon-

taktzeiten wären die oben genannten " Bewegungsabläufe " relativ gleich. Aha.... Mittlerweile ist Tanzsport als Individualsport in Deutschland durch den DOSB fest verankert. Erschwerend kam 2021 auch hinzu den Tanzsport in einem Gaststättenbetrieb durchzuführen, was in den Coronazeiten eigentlich so nicht in den vielen Verordnungen vorgesehen war. Daher sah der Saal zunächst oft wie auf dem Bild aus.



Mit Apple Pay und Sparkassen-Card* online bezahlen.

Erfüllen Sie sich Ihre Wünsche in Apps und im Web – mit Apple Pay und der girocard*.

Einfach, sicher und vertraulich.

* Debitkarte



Jetzt neu!



Sparkasse Osnabrück

Weil's um mehr als Geld geht.

Seete

Mobile Containerküchen Planung und Aufbau

- ✓ Mobile Küchencontainer
- ✓ Großkücheneinrichtungen
- ✓ Markenunabhängige Beratung
- ✓ Konzepterstellung & Planung
- ✓ Montage & Kundendienst

Wierauweg 1
49143 Bissendorf
Telefon: +49 5402 99 19-0
Telefax: +49 5402 99 19-19

info@seete.com
www.seete.com





Männersport

Worüber soll man in so einem Pandemie-Jahr berichten? Die vielen Einschränkungen habt ihr ja alle selbst erfahren. Über die Trainingsrückstände durch die Pause im Winter, in der man sich allzu oft nicht aufgerafft hat, allein eine Runde zu joggen oder die bekannten Übungen zu machen? Gefühlt haben wir es alle. Diejenigen, die beruflich keine Bewegung haben, spürten es schneller. Sport ist einfach wichtig. Wichtig auch die Anleitung durch die geschulten Übungsleiter. Das Wohlbefinden kam mit dem reglementierten Betrieb dann doch langsam wieder. In der Gruppe macht das einfach mehr Spaß. Der Donnerstagabend ist seit Jahren fest geblockt für den Männersport. Und nach dem Sport gibt immer noch einen Schnack und manchmal auch ein Kaltgetränk. Als es dann wieder in die Halle ging, waren die Einschränkungen zu verschmerzen. Jedenfalls für die meisten. Und der eine, der entgegen den Regeln dennoch unter die Dusche ging, fand seine Sachen dann eines Tages draußen auf seinem Roller wieder.

Die beiden Impfverweigerer in meinen Gruppen am Dienstag und am Donnerstag haben mich radikalisiert. Ich will nicht mehr diskutieren, ich will nicht mehr argumentieren – ich will einfach nur, dass sie wegbleiben. Endlich haben wir die Regeln, die das ermöglichen. Ich empfinde es als eine Erleichterung.

Wenn die 3. Impfung den Schnelltest einer Teststation ersetzt, werden wir gemäß den Corona-Regeln im neuen Jahr wieder Sport treiben. Die Weihnachtswanderung gab's dann doch noch – natürlich regelkonform an der frischen Luft mit Abstand.

Wir werden lernen, mit diesem Virus zu leben. Dazu müssen wir uns immer wieder neuen Herausforderungen stellen. Aber ich hoffe, dass wir zukünftig Wege finden, den Sport weiter auszuüben. In diesem Sinne: nicht unterkriegen lassen!

Volker Strakeljahn



pante
MÖBELFABRIK

Als Zulieferer der Möbelindustrie sind wir spezialisiert auf die Fertigung von Möbelkorpussen und auf die Konfektion von Möbelfertigteilen.

Kreuzbreite 7
49143 Schleddehausen
Tel.Nr. 05402-8067
info@pante-moebel.de
www.pante-moebel.de

Nordic Walking Frauengruppe

Wir schnellen Walkerinnen sind Frauen, die sich mittwochs um 18 Uhr am Sportplatz treffen um gemeinsam die Gegend um Schleddehausen herum zu erkunden.

Leider mussten wir wegen des Lockdowns von November 2020 bis Juni 2021 pausieren. Als dann am 2. Juni von Marita die Info kam, dass sie tolle Nachrichten habe, nämlich, dass wir wieder gemeinsam walken dürfen, waren wir sehr glücklich. Nordic Walking ist nicht nur gut für die Gesundheit, sondern ermöglicht es gleichzeitig, dass man viele Gespräche über die wichtigen Dinge des Lebens führt.

So hat man sich eine gute Stunde draußen bewegt und gar nicht bemerkt wie schnell die Zeit vergangen ist. Auch wenn es manchmal schwer fällt sich aufzuraffen, stellt sich das Wohlfühlgefühl regelmäßig ein.

Natürlich belohnen wir uns auch selbst für unsere Aktivitäten, z.B. indem wir leckeres Eis in der Schleddehauser Eisdiele genießen. Dieses Jahr konnten wir wieder (coronakonform) ein Weihnachtsessen durchführen, was in sehr stimmungsvoller Atmosphäre stattfand.

Interessentinnen, die mit uns walken möchten, sind herzlich willkommen. Wer noch unerfahren ist in dieser Sportart, wird von Marita in die Kniffe des Nordic Walkings eingeführt.



Nordic-Walking Männergruppe

Jeden Dienstag dieselbe Szenerie: Kurz vor 18 Uhr trifft sich die Walkinggruppe zur wöchentlichen Runde. Immer in etwas unterschiedlicher Zusammensetzung, aber das gesamte Jahr über – dementsprechend sieht man uns mal in kurzen Hosen und leichten Shirts, oder aber mal auch dick eingepackt und mit Lampen und Warnwesten ausgestattet. Denn Walking geht immer!

Die quasi einzigen Ausnahmen sind Weihnachten und Gewitter. Ach ja – und Corona...! Pandemiebedingt wurde auch diese Gruppe zeitweise ausgebremst. Aber es ist uns gelungen, weiter zu bestehen und das sogar in etwa der gleichen zahlenmäßigen Stärke wie vorher. Danke an alle Mit-Walker alle Widrigkeiten auszuhalten und weiterzumachen! Wir wollen hoffen, dass das so weitergeht!

Danke aber auch – wie immer – an Marita, die uns jeden Dienstag begleitet ... uns betreut ... uns aufmuntert ... immer wieder schöne Runden aussucht... Wirklich herzlichen Dank! Und bleib uns erhalten!

Harald Schulte



Wir sind sehr daran interessiert neue Spieler am Montagabend zu begrüßen.



Badminton im TVS

Badminton eignet sich hervorragend als Freizeitsport. Charakteristisch für Badminton ist die hohe Dynamik des Spiels. Obwohl Koordination, Reaktionsvermögen, Schnelligkeit und Ausdauer gefordert sind, können auch Anfänger relativ schnell Erfolgserlebnisse erleben. Der extrem leichte Schläger macht Badminton zu einem raffinierten und täuschungsreichen Spiel. Trotzdem ist Badminton für fast jeden geeignet. Es gibt praktisch keine Einschränkungen, was das Alter oder den Fitnesszustand angeht.

Die durch die Pandemie ausgelöste Verunsicherung ist nicht spurlos an unserer kleinen Gruppe vorbei gegangen. Die Spielerdecke ist sehr dünn und neue Spieler haben nur selten den Weg in die Sporthalle gefunden. In den letzten Wochen wurden wir durch einige Bissendorfer Spieler verstärkt. Durch die Renovierungsarbeiten der dortigen Sporthalle fehlen ihnen aktuell immer noch die Räumlichkeiten. Wir sind sehr daran interessiert neue Spieler am Montagabend zu begrüßen. Es ist keine teure Ausrüstung erforderlich. Normale Sportkleidung, für die Sporthalle geeignete Sportschuhe, einen Badmintonschläger und natürlich viel Spaß an Bewegung und am Spiel solltest du mitbringen.

Du hast keinen Schläger? Wer Badminton ausprobieren möchte, kann sich bei uns einen Schläger leihen. Die Bälle werden vom Verein gestellt. Ansprechpartner: Heiko Ermel (heikoermel@web.de)

Dacharbeiten
Dachflächenfenster
Bauklempnerei
Balkonsanierungen
Holzbau



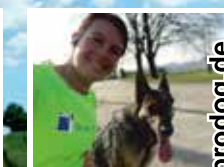
Dachdecker-
& Zimmerermeister
M. Cirkovic

49143 Bissendorf • Tel. 05402/64 12 25
Mobil: 01 70/1 89 71 86

PRO DOG
Hunde-Schule-Pension
„Fit mit Hund“ mit Caniwalk!



Hier anmelden!



www.prodog.de

Canwalk auch für Einsteiger*innen
Termine: Dienstag 08:00 - 09:00 Uhr
am Reiterwaldstadion in Melle/Oldendorf (Treffpunkt ist der Parkplatz)
Mittwoch 18:00 - 19:00 Uhr an der PRO DOG Hundepension
(Rattinghauser Weg 15, 49324 Melle)

Autoservice Bosse
KFZ-Meisterbetrieb

- Inspektion
- Reifenservice
- Achsvermessung
- Klimaservice
- Kfz-Reparatur aller Marken
- Verglasung
- SB-Waschanlage
- TÜV/AU

Bergstraße 25
49143 Schleddehausen
Tel.: 05402-9914-0
Fax: 05402-9914-10
autoservicebosse@osnanet.de

Wir machen dein Leben bunter
Geschenkk Ideen, Inspirationen und ganz viel Ambiente

Tier Total

Ger Genieße DIE RUHE

WISSINGER MÜHLE
Alles für Garten, Tier und Freizeit

Wissinger Mühle Nieragden GmbH
Bahnhofstraße 11a, 49143 Bissendorf
Tel: 05402-9221-0 | Fax 05402-922116
info@wissinger-muehle.de
www.wissinger-muehle.de

Besuchen Sie uns auf Facebook

**ihre-
hausapotheker.de**
schnell vor Ort, wo man sie braucht

ihre-hausapotheker.de vereint die Vorteile Ihrer Apotheke vor Ort mit denen eines Onlineshops:

- > Bestellen Sie 'Rund um die Uhr'
- > Erhalten Sie Ihre Waren kostenlos und noch am selben Tag zu Ihnen nach Hause geliefert
- > Bezahlen Sie Bar oder per EC-Karte bei Lieferung durch unseren hauseigenen Botendienst





Trampolin Anfänger



„Trampolin macht mir Spaß! Ich springe zusammen mit meinen Freunden. Ich lerne im Moment den Rückenklatscher.“
Ida



„Mir gefällt das Trampolin sehr gut, weil es Spaß macht und die Trainer auch total lieb sind und wenn man springt, dann fühlt sich das so an, als wenn man gleich fliegen würde.“
Leni



„Ich gehe jeden Freitag mit meinen Freunden zum Trampolin. Als Erstes laufen wir uns warm und machen ein paar Dehnübungen. Danach gehen wir auf's Gerät. Es gibt zwei Trampoline, an denen jeweils ein Trainer steht. Dann lernen wir unsere Tricks, wie ich gerade Bauch und die P5a. Man kann immer etwas Neues machen und deswegen wird es nie langweilig. Deshalb macht mir Trampolin so viel Spaß.“

Stina



Jeden Freitag freuen wir Trainerinnen uns auf die Horde Kinder. Woche für Woche werden es mehr, die Begeisterung am Trampolinspringen ist in ihren grinsenden Gesichtern zu sehen. Nach dem Aufwärmtraining, bestehend aus Ausdauer, Kraft und Dehnung, geht es fix an die Trampoline. Die Jüngsten machen sich zuerst mit dem Gerät bekannt und erlernen das Gleichgewicht zu halten. Je älter und erfahrener die Kinder werden, umso mehr können sie Kraft und Koordination auf dem Trampolin ein- und umsetzen. Wenn eine neue Übung dann endlich gelingt, ist der Anreiz auf weitere, höhere und anspruchsvollere Sprünge gesetzt. Wer mal reinschnuppern möchte, ist jeden Freitagnachmittag herzlich willkommen!

Sandra und Maren.



der zurück in die Halle holen. Nach den ersten 14 Tagen mit langsamen Wiedereinstieg und Tuchgewöhnung hieß es Kraft und Kondition aufzubauen und positiv in die Zukunft zu blicken.

Es gab etwas völlig Neues - die Wettkämpfe wurden in den meisten Fällen in diesem Jahr online ausgetragen. Ein neues Format, was nach ersten kleinen Anlaufproblemen weltweit sehr gut angenommen wurde. An dieser Stelle noch einmal ein herzliches DANKESCHÖN an die Familien Buch und Peukert, die uns bei der technischen Herausforderung u.a. auch mit ihren Drohnen bei den Dreharbeiten unterstützt haben.

Insgesamt starteten wir 5 x beim internationalen Hessen-Cup (Turnierserie mit Wettkämpfen alle 6-8 Wochen) auf dem Großgerät sowie je 1x beim internationalen Hessen-Cup Doppelmini und dem Deutschland-Pokal Doppelmini, auf dem sogar Insa Klenen auf Anhieb die hohe Qualifikationshöhe nach dem ab 2022 geltenden Reglement für die Deutschen Meisterschaften Ende März 2021 erturnen konnte. Mehr zu den einzelnen Ergebnissen aber später.

In den Sommerferien konnten wir auch vier Ferienspaßaktionen anbieten. Zwar mit deutlich reduzierter Teilnehmerzahl im Vergleich zu den Vorjahren, um allen Corona-Vorschriften gerecht zu werden, aber dafür mit umso mehr Herz und Leidenschaft. Und es freut mich zu sehen, dass der ein oder andere Nachwuchsspringer nach den Sommerferien den Weg zu Maren und Sandra in die Freitagsgruppen gefunden hat. Genau aus diesen Nachwuchsgruppen haben über eine Talentsichtung und Probetraining in den Sommerferien mit Freya, Josefine, Henrika und Lena gleich vier junge Damen den Sprung in die Wettkampfgruppe geschafft und dort auch gleich im Herbst beim Hessen-Cup und auf dem Doppelmini tolle erste Erfolge gefeiert.

Ebenfalls im Herbst folgte dann neben dem Kinderturntag mit dem Kinderturnabzeichen und der Teilnahme am Weltrekordversuch "mit Purzelbäumen um die Welt" erstmals die Abnahme des DTB - Trampolin - Abzeichens in unserer Halle, die mit rund 40 Kindern über den Tag verteilt, die bislang noch nicht oder nur sehr kurz in unserem Verein aktiv sind, überraschend gut besucht war.

Im November gab es dann einen der wenigen "live" Wettkämpfe, die Landeseinzelmeisterschaft in Salzgitter. Für Insa Klenen, Amelie Diekmeier und Maxima Handt der erste "richtige" Wettkampf nach gut 20 Monaten Corona-Pause. Dementsprechend nervös gingen sie an den Start. Dennoch lief es gar nicht schlecht und sowohl Amelie als dritte als auch Insa als fünfte zogen ins Finale ein. Maxima verpasste nach einer Mattenberührung beim letzten Sprung der Kür das Finale nur hauchdünn. Am Ende schrammten sowohl Amelie in der Jugend A als auch Insa bei den Juniorinnen knapp am Treppchen vorbei und belegten Platz vier. Platz 6 gab es am Ende für Maxima.

Wieder einmal herausragend waren unsere Ergebnisse auf dem Doppelminitrampolin. Der Wunsch nach einem neuen, modernen und den aktuellen Wettkampfstandards entsprechendem Trainingsgerät wird daher immer größer. Hoffentlich klappt es in 2022, dass wir eins anschaffen können.

Beim 1. Internationalen Hessen - Cup DMT gingen insgesamt vier Nationen in unterschiedlichen Alters- und Leistungsklassen an den Start.

Unsere Platzierungen:

Platz 1: Tristan Peukert (Basisklasse Turner)

Platz 3: Insa Klenen (Eliteklasse Juniorinnen)

Platz 5: Merle Ahlers (Eliteklasse Juniorinnen) und Freya Hinz (Basisklasse 11/12 Jahre)

Platz 6: Esta Klenen (Basisklasse 13/14 Jahre)

Platz 7: Maxima Handt (Eliteklasse Juniorinnen)

Platz 9: Amelie Diekmeier (Basisklasse 15/16 Jahre)

Platz 10: Jale Bothmer (Basisklasse 5-10 Jahre)

Platz 12: Josefine Bone (Basisklasse 11/12 Jahre)

Platz 14: Lotta Hartmann (Basisklasse 15/16 Jahre)

Parallel zu den LM in Salzgitter lief auch der Deutschland-Cup DMT in der Finalphase. Eine große Belastung für alle Beteiligten (teils doppelter Trainingsaufwand unter der Woche), die aber besser nicht hätte enden können, denn

gleich vier Medaillen gingen nach Schleddehausen und 6 der 7 Starterinnen konnten sich für das Finale qualifizieren. Und bei den Juniorinnen gab es gar den kompletten Medaillensatz für uns. Damit ist der TV Schleddehausen zweitbesten Verein nach der TG Münster.

Gold: Insa Klenen

Silber: Maxima Handt

Bronze: Merle Ahlers (Juniorinnen) und Amelie Diekmeier (Jugend A)

Platz 7: Josefine Bone, Platz 8 Freya Hinz (beide Schülerinnen) sowie

Platz 14: Lotta Hartmann (Jugend A)

Bis zu 310 Aktive aus Finnland, Deutschland, Niederlande, Portugal, Südafrika, Schweiz, Großbritannien und Estland gingen jeweils bei den einzelnen Hessen-Cup online Turnieren an den Start. Unterteilt waren sie in Beginner, Basis- und Eliteklassen, so dass jeder nach seinem aktuellen Trainingsstand teilnehmen konnte. Auch

Es gab etwas völlig Neues - die Wettkämpfe wurden in den meisten Fällen in diesem Jahr online ausgetragen.



Trampolin 2021 - ein kleines bisschen "neue Normalität"!?

Ich bin froh, in diesem Jahr wieder einmal den Jahresbericht neben der Weihnachtsbäckerei am Wochenende zu machen, und dieses Mal auch parallel am Bearbeiten der Trainingspläne der Aktiven zu sitzen. Denn anders als noch vor einem Jahr, können wir weiter trainieren (wenn auch unter Auflagen und mit dem gebotenen Abstand).

Besonders voran stellen möchte ich die Bronzemedaille bei der Deutschen Mannschaftsmeisterschaft der Landesturnverbände, die Maxima Handt als Teammitglied (Ersatzturnerin) des NTB mit nach Schleddehausen bringen konnte. Ebenfalls qualifiziert war auch Insa Klenen, die aber leider aufgrund von Verletzungsspech diesen Wettkampf und leider auch die Deutsche Einzelmeisterschaft im Herbst absagen musste. Aufgrund ihrer sonstigen guten Leistungen in 2021 wird sie jedoch vorerst weiter im Landeskader 2022 bleiben.

Viel hat sich getan in den letzten 12 Monaten. Durfte ich die ersten Monate nur mit Insa (NTB-Kader) alleine weiter trainieren, so besserte sich zum Glück die Corona - Lage und Stück für Stück konnte ich die Aktiven wie-



hier schnitten wir mehrfach sehr gut ab und konnten uns einige Top Ten Platzierungen und auch das ein oder andere Treppchen sichern. Der Einfachheit halber der Plätze nachfolgend aufgelistet:

Hessen-Cup 1
 Platz 8: Insa Klennen (weitere Aktive vom TV Schledehausen aufgrund Lockdown nicht am Start)
 Hessen - Cup 2
 Platz 6: Insa Klennen (auch hier leider Lockdown - bedingt keine weiteren TVS StarterInnen)
 Hessen - Cup 3
 Gold: Merle Ahlers und Eva Peukert
 Silber: Maxima Handt und Tristan Peukert
 Platz 5: Jale Bothmer und Insa Klennen
 Platz 7: Amelie Diekmeier
 Platz 16: Lotta Hartmann
 Platz 26: Esta Klennen
 Hessen - Cup 4:
 Gold: Eva Peukert
 Silber: Amelie Diekmeier und Tristan Peukert
 Platz 8 Freya Hinz
 Platz 9: Lotta Hartmann
 Platz 12 Jale Bothmer
 Platz 13 Lena Dücke
 Platz 15 Josefine Bone
 verletzt, leider nicht am Start: Merle Ahlers, Maxima Handt und Insa Klennen
 Hessen - Cup 5 (Finalwettkampf 2021)
 Gold: Maxima Handt und Eva Peukert

Silber: Merle Ahlers, Insa Klennen und Tristan Peukert
 Bronze: Jale Bothmer und Amelie Diekmeier
 Platz 6: Lotta Hartmann
 Platz 8: Freya Hinz
 Platz 14: Josefine Bone
 Platz 15: Henrika Brunsmann
 Platz 16: Lena Dücke

Für 2022 gibt es bereits wieder einen relativ vollen Terminplan mit Online - aber auch Präsenzwettkämpfen. Gleich im Februar zieht es uns das erst Mal Richtung Hamburg, so denn Corona die Austragung des internationalen Barmstedt Cups zulässt. Hier werden sich neben unseren alten Hasen mit Jale, Josie und Freya gleich drei Nachwuchsspringerinnen dem nationalen und internationalen Kampfgericht stellen. Aber auch die ein oder andere Kadermaßnahme und Trainerfortbildungen sind geplant. Wir hoffen, dass sich neben Insa auch noch Amelie, Maxima und Merle für die deutschen Meisterschaften auf dem Doppelmini qualifizieren können. Dann hätten wir dort im März erstmals in der Vereinsgeschichte auch eine Mannschaft am Start. Am Wichtigsten aber ist, dass alle gesund und munter bleiben, uns das Verletzungspech hoffentlich in diesem Jahr in Ruhe lässt und auch Corona wieder ein wenig mehr in den Hintergrund tritt. Ich denke, zusammen mit den SportlerInnen, dem Trainerteam aber auch nicht zuletzt den Eltern, werde wir 2022 rocken und eine tolle, abwechslungsreiche Zeit miteinander haben.

Wir beraten Sie gern in:

- Buchführung
- Lohnbuchführung
- Jahresabschluss
- Erbschaftsteuer/Schenkungsteuer
- Unternehmensnachfolge
- Existenzgründung
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Alle weiteren steuerlichen Angelegenheiten

Steuerberater Riemann

Marc Riemann, Steuerberater

Reiner Holtgreve, Steuerberater*
 Stefan Hakemeyer, Steuerberater*
 Holger Knemeyer, Dipl.-Betriebswirt/Steuerberater*
 Helmut Riemann, Steuerberater*
 *Angestellt gem. § 58 StBerG

Mozartstr. 4, 49143 Bissendorf (Telefon 05402/93930)
www.steuerberater-riemann.de / E-Mail: info@steuerberater-riemann.de



Von Kindertanz bis hin zu den coolsten Hip Hop-Moves ist alles dabei.



Auch im Jahr 2021 hieß es im Turnverein Schleddehausen wieder: Tanzen, Tanzen, Tanzen!

Jeden Montag und Mittwoch füllt sich die alte Turnhalle in Schleddehausen mit vielen tanzbegeisterten Kids und Teens, um sich gemeinsam zur Musik zu bewegen, selbst kreativ zu werden und jede Menge Spaß zusammen zu haben. Von Kindertanz bis hin zu den coolsten Hip Hop-Moves begeistern sich die Tänzer/-innen von kindergarten- bis teenageralter in den wöchentlichen Tanzkursen.

Du möchtest auch Tanzen lernen?
Komm vorbei!

Montags, 16-17 Uhr: Tanzen für Kindergartenkinder
Montags, 17-18 Uhr: Tanzen für Schulkinder (1.-4. Klasse)
Mittwochs, 17-18 Uhr: Hip Hop ab 10 Jahren



 <p>Schlüsseldienst Reparaturen individueller Möbelbau Fenster und Türen aus Holz oder Kunststoff Haustüren Zimmertüren</p>	<p>Tischlerei Gravemann Inh. Rehme Bau- und Möbeltischlerei Reparaturen</p>	 <p>Innen- und Trockenausbau Restaurationen Fußböden Deckenvertäfelungen Insektenschutz</p>
<p>Wulftener Straße 8 · 49143 Bissendorf Inh. Michael Rehme Internet: www.gravemann-rehme.de E-Mail: info@gravemann-rehme.de</p>		<p><i>... wenn Sie Wert auf Qualität legen!</i> Telefon: 05402 - 8657 Telefax: 05402 - 7778</p>



Erste Bewegungserfahrungen

Die ersten Bewegungserfahrungen für 1-2-Jährige werden jeden Mittwoch auf's neue erprobt. An wöchentlich wechselnden "Bewegungslandschaften" üben sie sich in balancieren auf Bänken, klettern auf Leitern, sowie Mattenrutschen. Die Kleinen, begleitet und beobachtet von zufriedenen Eltern und stolzen Großeltern, können ihre Freude am Turnen voll ausleben.

Kommt gerne zum Schnuppern vorbei!
Wir freuen uns auf neue Turnerinnen und Turner!



Vorschulkinder

Nach 1½ Jahre Corona-Pause konnte das Vorschulturnen im September wieder losgehen.

Gleich zwanzig Schulhopper meldeten sich an und machen Mittwochnachmittags von 16:00 – 17:00 Uhr die Turnhalle unsicher.

Wir beginnen die Stunde immer mit einem kleinen Spiel, um Regeln kennenzulernen. Danach geht's auf die Turngeräte oder über Abenteuerlandschaften. Wer genug vom Klettern und Balancieren hat, darf sich auch mit Bällen, Seilen, Reifen und anderen Kleingeräten beschäftigen. Die Stunde endet mit einem Abschlusskreis und einer Tschüssrakete.



Eltern-Kind-Turnen am Dienstag für 2-4-Jährige

Kaum war Anfang Juni auf der Homepage bekannt gegeben, dass das Eltern-Kind-Turnen wieder anfängt, trudelten innerhalb weniger Tage zig Neuanmeldungen ein. Schnell war klar, dass wir nicht alle Kinder in drei Gruppen unterkriegen, um die damals geltenden Corona-Vorschriften erfüllen zu können. Also wurden die Gruppen geteilt und liefen zum Teil vierzehntägig, damit wirklich alle Kinder die Möglichkeit hatten am Turnen teilzunehmen.

Zum Glück gab es zum Ende der Sommerpause die ersehnten Lockerungen, sodass die Kinder nun wieder wöchentlich in größeren Gruppen durch die Halle toben dürfen.

Die Gitterwand hochklettern und auf die dicke Matte hüpfen, über Bänke balancieren, auf den Trampolinen oder Air Track hopsen, durch Tunnel kriechen, an der Reckstange hängen oder sich in einer „Bude“ verstecken. Das sind nur einige Beispiele wie die Kinder beim Turnen wichtige Bewegungserfahrungen sammeln.

Jede Woche wartet eine neue Gerätelandschaft in der WSH II auf kleine neugierige Turnkinder.

Habt ihr auch Lust mal vorbei zu schauen?

Dann meldet euch bitter vorher bei Eva Peukert.



Kaufmann
seit 1896
LANDTECHNIK
TRANSPORTE
ERDBAU

Buerscher Weg 14 | 49143 Bissendorf
Tel. 05402/9920-0 | www.kaufmann-bissendorf.de



Turnen 1./2. Klasse

Auch in dieser Gruppe haben wir keine Nachwuchssorgen. Bis zu 25 Kinder turnen und toben mittwochs von 15:00 – 16:00 Uhr durch die Halle.

Nach einem Aufwärmspiel geht's ab an die Geräte oder über einen Parcours.

Manche Kinder nutzen die restliche Stunde zum freien Spielen. Andere lernen lieber Grundelemente am Boden, Barren, Reck und Trampolin. Jeder so wie er möchte.

Nur ab und zu gibt es Übungen (z.B. Vorwärtsrollen, Seilspringen, Koordinationsübungen, etc.), an denen alle teilnehmen sollen, weil es sich um Grundfertigkeiten handelt, die ein Erst- oder Zweitklässler beherrschen sollte.

Wenn aber die großen Trampoline aufgebaut sind oder die großen Pezzibälle sich zwischen den Sprossenwänden zum Bällebad türmen, dann ist die ganze Stunde Spaß angesagt.

Wer neugierig geworden ist, kann gerne mal vorbeischauen.

Turnen ab der 3. Klasse/ Jugendturnen

Nach den Sommerferien wurden die Mittwochsguppen auf Grund veränderter Nachfrage neu eingeteilt.

Von 17:00 – 18:00 Uhr treffen sich momentan 15 Kinder und Jugendliche von der 3. Klasse bis 12. Klasse, fast jeder Jahrgang ist vertreten. Der Altersunterschied spielt dabei überhaupt keine Rolle. Wir zweckenfremden gerne Turngeräte und bauen daraus Parcours zum Turnen, für Wettläufe oder Spiele wie Brennball mit Hindernissen.

Ihr könnt die Stunde aber auch nutzen, um für den Schulsport zu üben. Außerdem dürft ihr gerne Vorschläge zur Gestaltung der Stunde machen.

Auch in dieser Gruppe freuen wir uns über weitere Neuzugänge.





Leistungsturnen



Wir treffen uns in der Waldsporthalle, um gemeinsam am Reck, Schwebebalken, Boden, Sprungtisch und Barren zu trainieren.



Bei unserem Training turnen wir auf dem Boden, dem Balken, dem Barren, dem Stufenbarren, dem Reck und dem Airtrack. Unsere Trainerin Sandra übt mit uns neue, als auch alte Übungen. Zuerst gehen wir immer alle Übungen durch und danach kann jeder an sich selbst arbeiten. Das Training macht großen Spaß und wir trainieren donnerstags von 16:30 bis 18:00 Uhr. Es lohnt sich auf jeden Fall mal bei uns vorbeizuschauen.
Tobias

Am Bodenturnen finde ich toll, dass wir immer abwechslungsreiche Sachen machen. Enje





Sportabzeichen 2021 – alles nur Gerüchte

In diesem zweiten Corona-Jahr haben trotz allem wieder viele Aktive das Sportabzeichen geschafft.

- Es ist (k)lein Gerücht, ...
- dass trotz Corona fröhliche Teilnehmer beim Sportabzeichentag gesichtet wurden.
- dass H. uns bei der Durchführung wieder unterstützte.
- dass alle Hygienemaßnahmen eingehalten wurden.
- dass das Plakat im Turnhalleneingang mit unsichtbarer Zaubertinte beschrieben wurde.
- dass U. jetzt mit messen-stoppen-motivieren-erklären neuer Sportabzeichenabnehmer ist.
- dass wir deswegen jetzt die Wildkräuter in der Weitsprunggrube mit Namen kennen.
- dass wir einen nagelneuen Materialwagen haben.
- dass eine Sportlerin sagte: Ich habe keine Turnschuhe.
- dass immer noch dieselben kommen, wenn der Abbau schon begonnen hat.
- dass einige ihre neue Liebe zum Schwimmen entdeckt haben.
- dass die Wasserlage in Bad Essen deutlich besser ist.
- dass E. zum Schleuderball als entscheidenden Tipp den Walzer tanzt.
- dass W. die Langstrecke mit „nicht schneller werden“ coacht und kurze Zeit später „nicht langsamer werden“ ruft.
- dass M. nicht immer auf den Vater hört.
- dass beim Radfahren alle Bahnübergänge gesperrt waren und wir mit Dreisatz zur Endzeit gelangten.
- dass W. nicht beim Radfahren teilgenommen hat.
- dass es Spaß macht, das Sportabzeichen abzunehmen und/oder abzulegen.
- dass die angekündigte Cafeteria des Präsidenten beim Sportabzeichentag 2020 und 2021 nur wegen Corona ausfiel und nun 2022 stattfinden wird.
- dass wir G. als Mister - Sportabzeichen in Erinnerung behalten werden.

Wenn das keine Beweg(ungs)gründe sind, um im nächsten Jahr auch beim Sportabzeichen dabei zu sein. Wir freuen uns auf Euch!

Das Sportabzeichenteam

Anke Peschel, Holger Gonet, Sigrid Bullerdieck, Ulrich Brockmann, Liboria Hagspihl, Daggi Dieckmann, Eva und Tristan Peukert (Kinder und Turnen), Sandra Griefß (Turnen)



Wir freuen uns über viele Teilnehmer beim Sportabzeichentag!



Zum Sportabzeichen 2021 können wir folgenden Teilnehmern gratulieren:

Die Zahl hinter dem Namen, ist die Anzahl der insgesamt abgelegten Sportabzeichen.

Frauen

Silber:	David, Julia	1	Grothaus, Jennifer	7	Klefoth, Christa	17
	Geise, Katrin	2	Kuhr, Nadine	1	Klefoth, Stephanie	7
	Meyer, Jana	2	Richter, Diandra	1	Peschel, Carolin	7
	Sehlmeyer, Petra	6	Wiebrock, Marion	1	Peukert, Eva-Maria	8
	Strehl, Maria	19	Priebe, Mariella	2	Friebe, Silke	9
Gold:	Begemann, Franka	2	Dieckmann, Daggi	10	Peschel, Anke	24
	Atzeni, Gesine	1	Rehme, Zoe	3	Grothaus, Kerstin	12
	Bösemeyer, Melanie	1	Koopmann, Silke	4	Grieff, Sandra	14

Männer

Silber:	Straatmann, Tamme	1	Gonet, Leon	7	Priebe, Dieter	18
	Peukert, Tristan	3	Warner, Volker	2	Riessenpatt, Claus	11
Gold:	Borgschulte, Bernd	3	Gonet, Holger	15	Bergheim, Jürgen	20
	Atzeni, Andreas	1	Koopmann, Stefan	5	Schwandt, Werner	15
	Bergheim, Filip	1	Priebe, Julian	6	Priebe, Wolfgang	16
	Klaas, Michael	1	Sehlmeyer, Henning	6	Bullerdieck, Heiner	17
					Haberstroh, Bodo	33

Weibliche Jugend

Bronze:	Klenen, Esta	2	Janda, Ludmilla	1	Heggemann, Nele	4	
	Menke, Nele	2	Meyer, Emma	2	Kollorz, Lea	1	
Silber:	Maidorn, Lieke	3	Krämer, Viviana	1	Warner, Frida	4	
	Atzeni, Marlene	1	Kowert, Lilly	4	Kurth, Carlotta	1	
	Huser, Greta	1	Menke, Lisa	4	Miglitsch, Amelie	1	
	Lauxtermann, Lore	1	Gold:	Nowack, Neele	1	Peukert, Eleanor	10
	Straatmann, Enje	1	Alschnor, Victorina	1	Bullerdieck, Mira	3	
	Straatmann, Jonna	1	Atzeni, Louisa	1	Hindahl, Hanna	3	

Männliche Jugend

Bronze:	Essig, Max	4	Knäuper, Jannes	3	Natzke, Jonathan	1	
	Bösemeyer, Finn	1	Silber:	Sehlmeyer, Ben	5	Besenthal, Tobias	3
	Bode, Tom	1	Janda, Quentin	1	Pruhs, Henning	5	
	Spiegelberg, Leo	1	Krämer, Aaron	1	Gold:		
	Rietenbach, Marius	2	Persch, Elmar	1	Jahn, Mailo	1	

Familiensportabzeichen

Straatmann / David	Peukert	Klaas / Janda	Atzeni
Tamme, Enje, Jonna, Julia	Eva, Tristan, Eleanor	Michael, Ludmilla, Quentin	Andreas, Gesine, Louisa, Marlene
Sehlmeyer	Meyer	Klefoth	
Henning, Petra, Ben	Jana, Julius, Emma	Rolf, Christa, Stephanie	
Priebe	Koopmann	Bullerdieck	
Brigitte, Dieter, Julian	Stefan, Silke, Lea	Heiner, Sigrid, Mira	



Sportabzeichentag für Groß und Klein

Was bedeutet es, wenn um die Waldsporthalle Stationen aufgebaut sind und die Sportbegeisterung greifbar wird? - Genau, dann findet der Sportabzeichentag statt.

Am Sonntag, den 4. Juli 2021, war es (unter Einhaltung der Corona-Regeln) wieder so weit: Zwischen 11 Uhr und 14 Uhr zeigten viele Teilnehmer*innen tolle Leistungen beim Absolvieren des Sportabzeichens. Dazu gratulieren wir allen noch mal ganz herzlich!

Schon die 3- bis 6-Jährigen konnten bei der Bewegungsgeschichte „Frau Eule hat Geburtstag“ in die Rolle eines Waldfreundes (Igel oder Hase) schlüpfen und durch spielerisch-sportliche Aufgaben das Mini-Sportabzeichen erlangen.

Die ausgewählten Übungen orientieren sich an elementaren Grundfertigkeiten wie Laufen, Rollen, Balancieren oder Werfen, die jedes Kind im Laufe seiner Entwicklung erwirbt bzw. erwerben sollte. Insgesamt haben 56 Kinder vom TV Schleddehau-

sen und SV 28 Wissingen diesen Aufgabenparcours durchlaufen.

Jedes Kind, stolz über die eigene Leistung, erhielt am Ende die verdiente Urkunde mit einem passenden Bügelbild.

Alle älteren Sportler*innen bewiesen sich an diesem Tag in den vier Disziplinen Koordination, Ausdauer, Schnelligkeit und Kraft. Hierzu wurden häufig Aufgaben wie Sprints, Langstreckenlauf, Weit- bzw. Standsprung, verschiedene Wurfkategorien sowie Turnübungen (in der Halle) ausgewählt. Auch beim Ablegen dieses Sportabzeichens konnten circa 50 weitere Vereinsmitglieder gezählt werden.

Wir haben uns sehr über die große Beteiligung gefreut und hoffen, euch alle im nächsten Jahr wiederzusehen!

Ein großes Dankeschön gilt ebenfalls den Helfern und Helferinnen des TVS und des SV 28, die die Abnahme der Abzeichen erst möglich gemacht haben!

Zoe Rehme

Sportprogramm des TVS

Volleyball

Montag	U13 I und U13 II	15.30 – 17.00	WSH 1
	U 18 männlich	16.30 – 18.00	WSH 1
	U 16	17.00 – 18.30	WSH 1
	3. und 4. Damen	18.00 – 19.30	WSH 1
	1. und 2. Damen	19.30 – 21.30	WSH 1
Hobby Mixed Gruppe		20.00 – 22.00	WSH 1
Mittwoch	3. Damen	17.30 – 19.00	WSH 1
	4. Damen	18.00 – 19.30	WSH 1
	1. und 2. Damen	19.00 – 21.00	WSH 1
	1. Herren	19.00 – 21.00	WSH 2
	1. Herren und 2. Damen	18.00 – 19.30	WSH 1
Freitag	Ballsport	15.00 – 16.30	WSH 1
	Volleyballanfänger	16.30 – 18.00	WSH 1
	U13 I und U13 II	16.30 – 18.00	WSH 1
	U16	16.30 – 18.00	WSH 1
	1. Herren und 2. Damen	18.00 – 19.30	WSH 1

Trampolin

Dienstag	Fortgeschrittene	18.15 – 19.45	WSH 2
Freitag	Anfänger	15.00 – 16.00	WSH 2
	Anfänger	16.00 – 17.00	WSH 2
	Anfänger	17.00 – 18.00	WSH 2
	Fortgeschrittene	18.00 – 19.30	WSH 2
Samstag	Fortgeschrittene	10.00 – 12.00	WSH 2

Turnen

Dienstag	Eltern-Kind-Turnen	15.00 – 16.00	WSH 2
	Eltern-Kind-Turnen	16.00 – 17.00	WSH 2
	Eltern-Kind-Turnen	17.00 – 18.00	WSH 2
Mittwoch	Bewegungserfahrungen für 1-2 Jährige	10.00 – 11.00	WSH 2
	1. und 2. Schuljahr	15.00 – 16.00	WSH
	Vorschulkinder	16.00 – 17.00	WSH
ab 3. Schuljahr		17.00 – 18.00	WSH
Donnerstag	Leistungsturnen I	15.30 – 16.30	WSH 2
	Leistungsturnen II	16.30 – 18.00	WSH 2

Tanzen

Montag	Kindergartenkinder	16.00 – 17.00	alte Halle
	1. und 2. Schuljahr	17.00 – 18.00	alte Halle
Mittwoch	Hip Hop ab 10 Jahre	16.00 – 17.00	alte Halle
	Hip Hop ab 13 Jahre	17.00 – 18.00	alte Halle

Gymnastik

Montag	Pilates	08.00 – 09.30	alte Halle
	Pilates	18.00 – 19.30	alte Halle
	Pilates für Fortgeschrittene	19.30 – 21.00	alte Halle
Dienstag	Bodyfitness	08.00 – 09.00	WSH 2
	Wirbelsäulengymnastik	09.00 – 10.00	WSH 2
	Wirbelsäulengymnastik	10.00 – 11.00	WSH 2
Mittwoch	Step Experience	18.00 – 19.00	alte Halle
	Gymnastik für Best Ager	19.00 – 20.00	alte Halle
	Flexi-bar	20.00 – 21.00	alte Halle
Donnerstag	Bodystyling	18.00 – 19.00	alte Halle
	Yoga	19.00 – 20.30	alte Halle
	Aqua Fitness	19:45 – 20.45	Brörmann 19:15 Bad Melle
Freitag	Bodyfitness	08.00 – 09.30	WSH 2
	Fit bis ins hohe Alter	09.45 – 10.45	WSH 2
	Kurs Bewegen statt schonen	11.00 – 12.30	WSH 2
	Aerobic	17.30 – 18.30	alte Halle
	Tanztraining	18.30 – 19.30	alte Halle

Walking

Dienstag	Männer	18.00 – 19.00	Parkplatz WSH
Mittwoch	Frauen	18.00 – 19.00	Parkplatz WSH

Männersport

Donnerstag	Männersport	20.00 – 22.00	WSH 2
------------	-------------	---------------	-------

Badminton

Montag	Jedermann	20.00 – 21.30	WSH 2
--------	-----------	---------------	-------

Sportabzeichen

Montag/ Dienstag	Sportabzeichen Mai - September Aushang	18.00 – 19.00	Kunstrasenplatz
---------------------	---	---------------	-----------------

Tanzsport

Jeder 2. Dienstag	Tanzen für Paare	19.00 – 22.00	Hünerbein's Posthotel
----------------------	------------------	---------------	--------------------------

Neue Bankdaten durch Fusion

Durch den Dreier-Zusammenschluss der Raiffeisenbank eG, Ratzeburg, Volksbank Raiffeisenbank eG, Itzehoe (VReG) und der Volksbank Raiffeisenbank eG, Bad Oldesloe [...] – **VReG!**
<https://www.vreg.de/fusion.html>

Wer hiervon betroffen ist, bittet der Vorstand, die aktuellen Bankverbindungen an folgende Adresse zu senden:

Ute Mandrella - ute.mandrella@gmx.de

oder über das **Kontaktformular** der TVS Homepage ->



Der Turnverein Schledehausen besitzt einen **Jugendherbergsausweis**, der gerne an seine Mitglieder ausgeliehen werden kann.

Kontaktperson:

Sigrid Bullerdieck

sh-bullerdieck@t-online.de

Vorteile:

- Rund 450 Jugendherbergen in Deutschland und rund 3.000 Jugendherbergen weltweit
- Vergünstigungen bei zahlreichen Kooperationspartnern weltweit
- Reservierung/Buchung national und international
- Exklusive DJH-Reiseangebote
- DJH-Reiseschutzbriefe





ALPHA COOLING®

Blitz-Regeneration, Schmerzbehandlung
und Leistungssteigerung
MADE IN GERMANY

bei:

Rückenschmerzen • Rheuma • Arthritis • Nervenschmerzen • Zerrungen • Karpaltunnelsyndrom
Gelenkschmerzen • Kopfschmerzen • Migräne • Muskelschmerzen • Erhöhter Blutdruck
Sportverletzungen • zur Leistungssteigerung • zur Regeneration • uvm.

Neu bei uns - jetzt kostenlos testen!



PHYSIOCENTER
WALDEMAR ANDREEV

Am Bahnhof 12 • 49143 Bissendorf • 05402 / 69 12 88 0 • info@physiocenter-andreev.de

Termine 2022

Sofern die Durchführung im Rahmen der jeweils geltenden Coronabestimmungen möglich ist.

27.07. – 07.08.2022	Zeltlager Langeoog	Langeoog
12.06.2022	Sportabzeichentag	Kunstrasenplatz 11:00 - 14:00 Uhr
13.11.2022	Tag des Kinderturnen	Waldsporthalle 11:00 Uhr
NN.12.2022	Nikolausfeier	Schule am Berg 15:30 Uhr

weitere Informationen zu den Terminen im TVS-Kasten und www.tv-schledehausen.de

Ästhetik und Funktion auf höchstem Niveau

NEUE ZÄHNE
DENTALLABOR

Berghoffstrasse 3a 49090 Osnabrück Tel. 0541/669720 Fax.0541/65256
www.neue-zaehne.de info@neue-zaehne.de

LEEKER BÜROMÖBEL

Für beste Ergebnisse in jedem Büro

Die Ansprüche an ein Büro sind heute vielfältig, arbeitsplatzliche müssen funktionell und ergonomisch sein, damit die Arbeit effizient abläuft und gesundheitlichen Risiken Rechnung trägt. Um den unterschiedlichen Bedürfnissen gerecht zu werden, sollten Sie sich auf einen erfahrenen Partner in Sachen Büromöbelbau und Objektanordnungen verlassen. Bereits seit 110 Jahren erweist die Tradition Leeker in Bissendorf, seit 80 Jahren ist sie auf Möbelbau spezialisiert. Die gesammelten Erfahrungen fließen in unsere Arbeit ein. Damit Sie ein Arbeitsumfeld bekommen, das Höchstleistungen möglich macht.

Leeker Büromöbel GmbH
Stingberg 57
49143 Bissendorf
Telefon: (05402) 9838-0
Telefax: (05402) 9838-18
mailto:info@leeker-bueroemobel.de
www.leecker-bueroemobel.de

GLA-WEL edelstahl und aluminium in form

Mach Deine Ausbildung bei GLA-WEL!
Bewirb Dich jetzt!

Ausbildungsbeginn zum 01. August 2022:

- Metallbauer (m/w/d) – Fachrichtung Konstruktionstechnik
- Feinwerkmechaniker (m/w/d) – Fachrichtung Zerspanungstechnik

Praktika nach Absprache

Unsere aktuellen Stellenangebote findest Du hier: www.gla-wel.de/jobs/ausbildung

GLA-WEL GmbH • Maschweg 80 • 49324 Melle • Tel.: +49 5422 94390-1 • personal@gla-wel.de • www.gla-wel.de



Impressum

Herausgeber:
TV Schledehausen von 1924 e.V.

Vorsitzender:
Volker Buch, Warener Str. 3 B,
49143 Bissendorf

Redaktion:
Maren und Sandra Grieb

Fotos:
TV Schledehausen und privat

Auflage:
800

Layout:
Kathi Bullerdieck

Ihr VORPRUNG

*Wir können alles persönlich
besprechen.*



K. Dickmann

S. Dresing

R. Arndt

K. Lückemeyer

M. Elscher

Vertretung Roland Arndt e.K.

Bergstraße 17a 49143 Bissendorf

Tel. 05402 99500 Fax 05402 995050

www.vgh.de/roland.arndt

www.facebook.com/VGHVertretungRolandArndt

arndt@vgh.de

fair versichert

VGH 

 Finanzgruppe