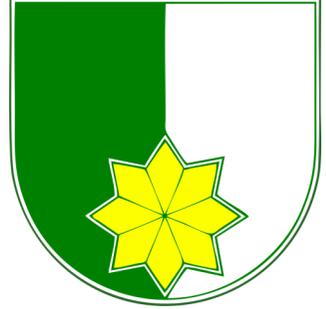


Turn- und Spielverein
Bad Sassendorf
1920 e.V.



T u S

Info 2017



Vorwort

Liebe Vereinsmitglieder,

mit unserem traditionellen TuS-Info berichten wir auch 2016/17 über und um unseren Verein. Der Erscheinungszeitraum unseres Heftes wurde mit einhelliger Zustimmung des erweiterten Vorstandes verschoben, um aktueller über das neue Sport Jahr zu berichten. Herzlich danke ich an dieser Stelle dem Redaktionsteam um Tanja Pritchard und Holger Busch für ihre außerordentlichen Mühen und ihre Gabe, die Mitglieder zum Verfassen eines Artikels zu motivieren. Herzlichen Dank und weiter so.

Die altersmäßige Entwicklung unserer Mitglieder zeigt deutliche Spuren. So hat die Mitgliederzahl des TuS mittlerweile deutlich die Marke von 2.000 unterschritten. Die Teilnehmerzahlen im aktiven Wettkampfsport nehmen ebenfalls ab. Die rege Nachfrage im Breitensport ist ein Beweis für die Attraktivität unseres weit gefächerten Angebotes. Insbesondere wurde das Angebot für unsere Kinder und Senioren ausgebaut. Ebenfalls hat sich der Vorstand intensiv um Weiterbildung der Übungsleiter befasst. Mit der soliden Finanzlage unseres Vereins ist eine gute Ausstattung mit Sportgeräten für alle Gruppen sichergestellt.

Die Präsentation unseres Vereins im Internet unter www.tus-bassendorf.de ist neu aufgestellt. Zeitnahe Berichte von Ereignissen in den Abteilungen würde unseren Auftritt deutlich attraktiver darstellen und sowohl für unsere Mitglieder eine gute Informationsquelle sein, als auch eine tolle Werbung für Außenstehende. Meine Bitte richtet sich nun an alle Abteilungen, dieses Medium intensiv und aktuell zu nutzen.

Ohne das außergewöhnliche und ehrenamtliche Engagement all derjenigen, die sich unermüdlich für die Vereinsarbeit im Vorstand, als Sportwart oder Abteilungsleiter eingesetzt haben, wäre unsere Sportangebot nicht möglich. Besonders freue ich mich, dass es immer wieder gelingt neue ÜbungsleiterInnen und HelferInnen zu gewinnen, die sich ehrenamtlich in unserem Verein engagieren. Die in ihrer Freizeit Fortbildungskurse besuchen und ihre Gruppen organisieren. Mein Dank gilt an dieser Stelle allen, die sich persönlich in unseren Verein einbringen.

Neue Sportangebote und der berufsbedingter Wechsel unserer jungen Sportler erfordern einen stetig neuen Bedarf an motivierten Übungsleitern. Die Vereinsführung freut sich über Jede und Jeden, der Interesse hat, eine Gruppe zu übernehmen und wird tatkräftig jede Meldung unterstützen und gern die Kosten für die notwendigen Kurse übernehmen.

Wie erfolgreich Sport in unserem TuS betrieben wird, zeigen die sportlichen Erfolge in der Tischtennisabteilung, bei der Ausbildung junger Schwimmer in der Schwimmabteilung und die aktiven Mannschaften der Tennisabteilung.

Die vielfältigen sportlichen Aktivitäten in den Abteilungen zeigen, dass die Angebote des Vereins ankommen. Für das Vereinsleben sind gesellige Veranstaltungen sehr förderlich. Damit konnte die Identifizierung mit dem TuS deutlich gefördert werden. Jeder Vorschlag zur Verbesserung ist herzlich willkommen. Wie wäre es mit einem Sportlerfest? So hatte ich im letzten Jahr geworben, leider ohne Erfolg. Vielleicht tut sich ja etwas in 2017 und ich bekomme eine Rückmeldung.

Das Jahr 2017 erreichen wir in wenigen Tagen. Den Wettkampfmannschaften wünsche ich für das neue Jahr viel Erfolg und all unseren Vereinsmitgliedern viel Glück, Gesundheit sowie viele harmonische und sportliche Stunden in unserem TuS.

Ganz im Sinne: „Wir bewegen Viele(s)...“

Mit sportlichen Grüßen
Ihr 1. Vorsitzender



Antonius Bahlmann



Inhaltsverzeichnis

5	Zumba	30	Kinderturnen
6	Schwimmen & Aquafitness	50	Wirbelsäulengymnastik
12	Basketball	51	Tischtennis
14	Badminton	54	Tennis
18	Eine neue Küche für den TuS	59	Sportabzeichen
20	Volleyball	60	Sportangebote
27	Turnen, Gymnastik & Aerobic	64	Telefonbuch
28	65 Jahre TuS Inge Brusi	66	Infos über den Beitritt & Impressum

Aktuelle Informationen

...bekommen Sie immer auf
unserer Homepage:

<http://www.tus-bad-sassendorf.de>

Zumba

**Tanzen, Schwitzen,
Rhythmus spüren!
Tanz dich fit!**



ZUMBA Fitness ist eine eigene Trainingsform kombiniert aus Lateinamerikanischen Klängen mit speziellen Aerobic-Übungen und Tanzschritten.

Das Intervall-Training macht aus Zumba-Stunde eine echte Power-Nummer.

Die Freude an der Bewegung und die südländische Musik machen die Anstrengungen aber viel weniger spürbar, so kann man das eintönige Fitness-Training getrost vergessen und trainieren nach dem Motto „Let’s start the party“!

Für **ZUMBA** brauchst Du keine Vorkenntnisse und jede/r kann mitmachen! Immer mittwochs von 20.00 – 21.00 Uhr in der INI Turnhalle.
Ich freue mich auf euch, eure Sofia



Anmeldung bei Sofia Papst: 02921 - 9814374

Aquajogging

Fühlst du dich beim Lauftraining an Land nicht wohl?

So wäre das Joggen durch das Wasser genau die richtige Alternative. Interesse geweckt? Dann würde ich, Bettina Fleckner, mich freuen euch in einem meiner beiden Kurse begrüßen zu dürfen.

Kursbeginn : 19.30 – 20.15 Uhr montags

Kursbeginn : 20.15 – 21.00 Uhr montags

Im Lehrschwimmbecken der INI Gesamtschule

Beide Gruppen sind zur Zeit voll. Sie können sich gerne auf meine Warteliste setzen lassen.

Aquajogging trainiert vor allem die Ausdauer und stärkt das Herz-Kreislauf-System. Es schont im Wasser die Gelenke. Aus diesem Grund ist es ein ideales Training für Menschen, die ihre Gelenke beim Sport nur wenig belasten dürfen, z.B. bei Arthrose. Nebenbei strafft es das Bindegewebe und trainiert das Gefäßsystem.

In Verbindung mit verschiedenen Geräten machen wir Kraftübungen und fördern damit unsere Koordination sowie unsere Kondition.



Aquajogging passend zur Jahreszeit (hier Karneval)

Aqua Fitness

Dienstags von 19:45 bis 20:45 Uhr und von 20:45 bis 21:45 Uhr mit Barbara Neumann im Lehrschwimmbecken der INI Gesamtschule.

Dienstags Abend steht im Lehrschwimmbecken ein Ganzkörpertraining mit Musik und guter Laune auf dem Programm. Das Training findet im Tief- und/oder Flachwasser mit verschiedenen Auftriebsmitteln statt. Uns stehen dabei Geräte wie Schwimmnudel, Gürtel, Hanteln, Mits, Bälle, Belegx und Schwimmbretter zur Verfügung. Durch die Kombination von verschiedenen Übungen wird die Kraft, die Beweglichkeit und die Ausdauer gesteigert und die Entspannung gefördert. Vor allem der Wasserauftrieb und der Wasserwiderstand fördern die Gelenkentlastung, die Muskelkraft und die Ausdauer.



Gruppe II

Die Kurse sind sehr fitnessorientiert, aber auch die Geselligkeit kommt bei uns nicht zu kurz. Wer neugierig geworden ist, vereinbart gerne eine Schnupperstunde mit mir.



Gruppe I

Aqua Kids

**Aqua Kids für 10 – 14 Jährige
Mittwochs von 16:45-17:45 Uhr:**



Mit Barbara und Sybille wird das Wasser im Lehrschwimmbecken zum Abenteuerspielplatz. Bei uns steht nicht das Bahnen schwimmen im Vordergrund, sondern Abenteuer- und Erlebnisspiele, die im Wasser einen besonderen Reiz mit sich bringen. Spielerisch und mit den unterschiedlichsten Materialien werden bei den Aqua Kids Teamfähigkeit, Ausdauer, Flexibilität, Koordination und das Gleichgewicht geschult.



Wir erleben mit den Kids den „Herrn der Ringe“, Expeditionen in Tiefseegrotten, Eisschollen-Wettschwimmen, die Fischer von TUS aber

Aqua Kids

auch Brennball, Unterwassermemory, Tauchparcours, Pyramiden-Schwimmen oder Aqua Ball.

Als Voraussetzung sollten die Kinder das Schwimmabzeichen in Bronze besitzen. Die Anmeldung läuft direkt über die Übungsleiter.



**Eine Anmeldung ist nur über
die Übungsleiter möglich.**

Anfänger-Schwimmkurs

In unserem Anfänger-Schwimmkurs möchten wir die Kinder individuell fördern und ihnen die Ängste vor dem Wasser nehmen. Der sichere Umgang mit dem Wasser und das Erlernen des Brustschwimmens sind die Ziele in diesem Anfängerschwimmkurs. Zur Unterstützung haben wir viele Hilfsmittel, wie z. B. Schwimmgürtel, Poolnudeln, Tauchringe und zahlreiche andere Utensilien. Die mindestens fünfjährigen Kinder lernen tauchen, schwimmen und vom Beckenrand zu springen. Das Einhalten von Regeln ist uns genauso wichtig wie der Spaß am Schwimmen in einer angenehmen Lernatmosphäre. Wir üben mit den Kindern vor allem den Arm- und Beinschlag des Brustschwimmens. Nach ausreichend Training der Ausdauer und des Schwimmstils werden das „Seepferdchen-Abzeichen“ und später das „Bronze-Abzeichen“ abgenommen. Wir freuen uns sehr über das große Interesse an unserem Kinderschwimmkurs, können die Kinder auf unsere Warteliste aber nur von Zeit zu Zeit aufnehmen.

Daten und Fakten:

ab 5 Jahren

immer dienstags in der Zeit von 16:30 – 17:15 Uhr, von

17:15 – 18:00 Uhr und von 18:00 – 18:45 Uhr

Anmeldungen nimmt das TuS Vereinsbüro entgegen

Übungsleiter: S. Schulze, M. Schulze, C. Wika, A. L. Sommer, B. Dahlhoff, J. Grave

Schwimmen für Kinder und Jugendliche

In unserer Schwimmgruppe möchten wir mit Kindern und Jugendlichen, die bereits das Jugendschwimmabzeichen in Bronze erworben haben, das bereits Erlernte weiter verbessern und erweitern. Zum einen vertiefen wir weiter das Brustschwimmen, zum anderen führen wir die Kinder und Jugendlichen an die weiteren Schwimmtechniken heran. Außerdem bauen wir bei Spiel und Spaß auch Ausdauer auf und trainieren Kraft, Beweglichkeit und Koordination. Soweit es die äußeren Bedingungen unseres Lehrschwimmbeckens zulassen, üben wir das Tief- und Streckentauchen, diverse Sprünge und Wenden sowie das Transportieren und Abschleppen.

Nach ausreichendem Training nehmen wir auch die Schwimmprüfungen für die Jugendschwimmabzeichen in Silber und Gold ab.

Daten und Fakten:

Voraussetzung:

Erwerb des Jugendschwimmabzeichens in Bronze

Übungsstunden:

Je nach Leistung, Können und Alter montags in der Zeit von 16:30 – 17:15 Uhr, von 17:15 – 18:00 Uhr und von 18:00 – 18:45 Uhr im Lehrschwimmbecken Bad Sassendorf

Anmeldungen (Warteliste):

Nimmt die Geschäftsstelle des TuS Bad Sassendorf entgegen

Übungsleiter: Ruth Rosenthal, Anna Laura Sommer, Lisa Sommer

Basketball

Die Jüngsten in unserer Abteilung sind unsere Minis U8.



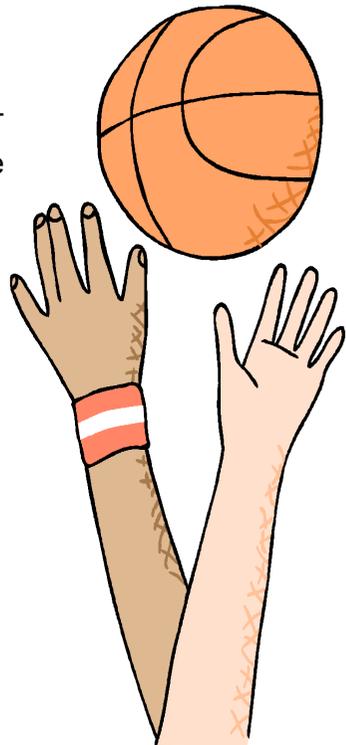
Das Team erfreut sich an dem guten Zulauf aus der Sälzerschule und der offenen Ganztagschule. Schon 5jährige sind begeistert vom Spiel mit dem roten Ball.

Das Training dieser Kleinen besteht hauptsächlich aus Spielformen und kleinen Technikeinheiten. Das Team steht noch nicht im Spielbetrieb, daher kann ein Kindergeburtstag am Trainingstag ruhig mal wichtiger sein.

Aber es wird nicht nur das Basketballspielen vermittelt sondern auch Regeln, Werte und Sozialkompetenzen.

Wer Lust hat kann gerne freitags von 15 Uhr bis 16.30 Uhr zum Schnuppern kommen.

Bei Fragen wendet euch an
Jutta Drepper: Tel. 02921/ 51778
oder an
Melanie Pukrop Tel. 02921/ 6605551



Basketball



Badminton

Spielen, wo + weil Badminton Spaß macht

Alle Badmintoninteressierten haben beim TuS Bad Sassendorf die Möglichkeit, hinter dem Federball herzujagen.

Ob Jugendlicher oder Erwachsener, ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder findet hier seinen geeigneten Spielpartner, um seine Spielstärken weiter auszubauen.

Da wir in der Jugend viele aktive Spieler und Spielerinnen haben, konnte das Leistungsniveau auch in diesem Jahr weiter hoch gehalten werden.

Unsere Jugendgruppe konnte bei den Soester Stadtmeisterschaften in vielen Altersklassen sehr gute Erfolge verbuchen.

- U 13 Jungeneinzel Platz 1
- U 15 Mädcheneinzel Platz 1 & 3
- U 17 Mädcheneinzel Platz 2
- U 19 Jungeneinzel Platz 1
- U 19 Mädcheneinzel Platz 1
- U 19 Mixed Platz 1



Badminton

Die Badmintonabteilung möchte sich in diesem Jahr ganz besonders bei der **Firma Georgi Aufzugtechnik** bedanken.

Dank einer großzügigen Spende konnte ein Satz neue Trikots für die Jugendlichen angeschafft werden.



Hierfür noch einmal HERZLICHEN DANK !!!

Badminton

Da die Jugend nicht am Ligaspielbetrieb teilnimmt, wurden in diesem Jahr einige „Freundschaftsspiele“ organisiert und besucht. Hier ist es immer sehr spannend, weil im Gegensatz zum normalen Training einmal gegen fremde und andere Gegner gespielt werden kann.

Wir spielten gegen TV Neheim 1884, TuS 06 Anröchte, Alpine Rixbeck und FC Alemannia Böckenförde.



Freundschaftsspiel gegen Böckenförde in unserer Halle.

Auch außerhalb der Sporthalle wird einiges unternommen. Eine Grillparty im Sommer, eine Weihnachtsfeier, eine Fahrt zum Maislabyrinth, sowie diverse Treffen wie z.B. auf dem Soester Weihnachtsmarkt oder bei anderen Veranstaltungen gehören bei uns mit dazu.

Im letzten Jahr wurden von uns auch zwei größere Turniere besucht.

Wir waren bei den Deutschen Meisterschaften in Bielefeld und bei den Yonex German Open in Mülheim.

Auf solchen Turnieren kann man die besten Spieler Deutschlands oder sogar die Weltelite im Badmintonsport mal ganz aus der Nähe ansehen.

Badminton

Da wir seit längerem in Besitz einer Besaitungsmaschine sind, wollen wir auch hier einmal die Chance nutzen, auch andere Vereinsmitglieder auf folgendes hinzuweisen

Saite gerissen ? Komplett neue Besaitung nötig? Neues Griffband fällig?

- Eine neue Bespannung oder auch eine Reparatur gerissener Saiten wird innerhalb weniger Tage durchgeführt.
- Für Badmintonabteilungsmitglieder meist sogar von einem Training zum anderen.
 - Auch defekte Ösen werden ausgetauscht.
- Bespannt wird mit einer Yonex Saite und es sind verschiedene Farben möglich.
- Auf Wunsch auch mit anderen Saiten, die dann aber vorher bestellt oder mitgebracht werden müssen.
- Beim Kauf eines neuen Griffbandes ist wenn gewünscht das Wickeln als Service mit dabei.

Dieses Angebot gilt nicht nur für Mitglieder der Badmintonabteilung, auch andere Vereinsmitglieder können sich gerne melden.

Eine neue Küche für den TuS

Im Vereinsheim des TuS Bad Sassendorf konnte die 35 Jahre alte Küche nun endlich saniert werden. Zu diesem Anlass kamen auch der Vorsitzende des TuS Antonius Bahlmann, der Vereinssportwart und Westnetz-Mitarbeiter Winfried Westermann sowie der innogy (RWE Deutschland) Kommunalbetreuer Uwe Varlemann in das Vereinsheim. Finanziert wird das Gesamtprojekt unter anderem aus dem innogy-Projekt „Aktiv vor Ort“ mit einer Fördersumme von 1740 Euro und einer Spende vom Küchenfachmann Max Wendrich aus Soest. Mit dem Programm „Aktiv vor Ort“ engagieren sich Mitarbeiter der innogy in ihrer Freizeit für ihre Mitmenschen. Die innogy unterstützt so das soziale und ehrenamtliche Engagement der Mitarbeiter. „Nur durch Eigeninitiative und ein intaktes soziales Vereinsleben sind solche Projekte zu tragen“, sagt Vereinsvorsitzender Antonius Bahlmann und freut sich, dass der mitgliederstärkste Breitensportverein Bad Sassendorfs nun über eine neue Küche im Vereinsheim verfügt.



Auf dem Bild von links nach rechts: Uwe Varlemann, Winfried Westermann, Andre Hilker, Uwe Gerke, Antonius Bahlmann.

Eine neue Küche für den TuS



Mit Küchenschränken von links nach rechts: Andre Hilker, Uwe Varlemann, Winfried Westermann, Uwe Gerke, Antonius Bahlmann

Volleyball

Volleyball - Pritschen, Schmetterern, Baggern...ein Sport der vieles zu bieten hat

Die vor mehr als 25 Jahren gegründete Gruppe, von deren Gründungsmitglieder immer noch etliche aktiv sind, ist im Laufe der Jahre stetig gewachsen. Mittlerweile gibt es 5 Abteilungen, auf die sich auf über 100 Frauen, Männer und Jugendliche verteilen. Wir pflegen neben dem Sport in den eigenen Reihen und im Wettkampf mit anderen auch das gesellige Miteinander innerhalb der Abteilung.

Über das Jahr verteilt veranstaltet die Abteilung drei eigene Turniere, bei denen unter großem Einsatz der jeweilige Wanderpokal ausgespielt wird:

- Der Britta-Schulze-Lohne Cup – ein reines Damenturnier mit Gästen auch aus anderen Volleyballkreisen
- Der TuS-Pokal – ein Mixed-Turnier für Volleyballteams im Hobbyliga-Bereich
- Die Gemeindemeisterschaften – ein Mixed-Turnier für Gruppen jeder Art aus der Großgemeinde Bad Sassendorf, die sich im Volleyball probieren wollen. Dieses Turnier wurde in 2016 jetzt das erste Mal durch einen anderen Verein aus der Großgemeinde durchgeführt, da sich der BSC Weslarn im Vorjahr den Sieg erkämpft hat.

Neben diesen sportlichen Aktivitäten gibt es immer einige gerne wahrgenommene feste und auch spontane Ereignisse für die Gruppe.

Volleyball

Wir bieten attraktiven Teamsport in folgenden Gruppen:

- Mädchen u. Jungen von 10-15 J., betreut von Klaus Wellmann
- die Hobby-Mixed-Mannschaft, trainiert von Andreas Olszewski
- die Freizeitgruppe für Damen jeden Alters von Sonja Sommer
- die Männer-Hobbyliga-Mannschaft von Andreas Olszewski
- die Hobby-Mixed-Gruppe von Rainer Tambach

TRAININGSZEITEN:

Jungen u. Mädchen von 10 - 15 Jahre – INI-Gesamtschule

Dienstag, 17.30 – 19.00 Uhr + Freitag 16.00 – 18.00 Uhr

10 – 16 Jahre Trainer: Klaus Wellmann, Tel: 0 29 21/9814723

Mobil:0162/1779208

Hobby-Mixed Mannschaft – Sälzer-Grundschule Bad Sassendorf

Dienstag, 19.30 – 21.30 Uhr Frauen und Männer ab 16 J. aufwärts

Trainer: Andreas Olszewski, Tel: 0 29 21/55 99 482

Freizeit-Volleyballgruppe – INI Gesamtschule

Dienstag, 20.00 – 22.00 Uhr, Trainerin: Sonja Sommer

Volleyball als Ausgleichssport

Männer-Hobbyliga-Mannschaft – Sälzer-Grundschule Bad Sassendorf

Dienstag, 20.15 – 22.00 Uhr - Erfahrene Volleyballspieler

Trainer: Andreas Olszewski, Tel: 0 29 21/55 99 482

Hobby-Mixed-Gruppe – INI Gesamtschule Bad Sassendorf

Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr

Frauen und Männer von 18 – 50 Jahren

Trainer: Rainer Tambach, Tel: 0 29 21/8 22 67

Volleyball

Die Gruppe für Mädchen und Jungen von 10 bis 15 Jahre trainiert zweimal pro Woche. Die Kinder werden hier Stück für Stück an die Grundtechniken des Volleyballsports herangeführt. Mittlerweile sammelt man erste Erfahrungen im Spielbetrieb.

NEUE SPIELER und SPIELERINNEN, die Spaß am Sport haben, sind immer gerne willkommen. Ihr solltet min. 10 Jahre alt sein und könnt euch gerne bei Klaus Wellmann melden oder einfach bei einem Training vorbeikommen und gucken, ob euch das auch gefallen würde.



Die Freizeit-Volleyballgruppe für Damen, die sich jeden Dienstag ab 20 Uhr in der Halle der INI-Gesamtschule trifft, hat Freude an der Bewegung und dem Ausgleich zum Alltag. Auch hier freut man sich weiterhin über neue Gesichter, ob mit oder ohne Erfahrung. Bei dieser Gruppe steht mehr das Spiel an sich im Vordergrund, eben als Ausgleich.

Das Hobbyliga-Team hat sich am Ende der vergangenen Spielzeit aufgelöst – aber nicht ohne dass es in dieser Truppe weitergeht, wie

Volleyball

nachfolgend beschrieben:

Nachdem im vorletzten Jahr aus der Damen-Wettkampfmannschaft eine 2. Hobby-Mixed-Gruppe gebildet wurde, hat sich die Gruppe gut eingespielt. Da diese Gruppe und auch die vorherige Hobbyliga-Mannschaft an gleicher Stelle und nach einander trainieren, hat man diese beiden Trainingseinheiten zusammengefügt für die neue Saison. Beide Gruppen werden nun von Andreas Olszewski trainiert und es ist gelungen, zwei Mannschaften zu melden in der Hobbyliga. Ein reines Männerteam sowie eine gemischte Mannschaft, die sich nun in unterschiedlichen Ligen im Kreis Soest mit anderen Teams messen können.

Aber es werden nach wie vor noch junge Frauen und Männer gesucht, die Spaß am gemeinsamen Sport haben. Ligaspiele sind nicht Pflicht, gerne kann auch nur am Training teilgenommen werden.

NEUE MITSPIELER/-INNEN DRINGEND GESUCHT - ihr solltet nur Begeisterung für den Ballsport mitbringen, Teamgeist haben und auch eine gesunde Portion an Einsatzfreude und Trainingsbegeisterung. Trainiert wird in der Sälzer-Grundschule jeden Dienstag ab 19.30 Uhr. Die Hobby-Mixed-Gruppe ist die größte Gruppe in der Volleyball-Abteilung und ist der Kern, aus der sich im Laufe vieler Jahre die anderen Mannschaften/Gruppen entwickelt haben. Trainiert wird an jedem Freitag um 18 Uhr in der INI-Gesamtschule unter der Leitung von Rainer Tambach. Diese gemischte Truppe spielt nicht im Liga-Betrieb, misst sich aber gerne in Freundschaftsspielen.

Volleyball



Die Altersstruktur reicht von 20 – über 50 Jahre.

WIR SUCHEN DRINGEND UNTERSTÜTZUNG!!

Wir suchen Männer und Frauen, die uns unterstützen und vielleicht sogar ein wenig verjüngen möchten. Wir bieten für Interessenten in jeder Altersklasse Spiel- und Trainingsmöglichkeiten

Wie schon am Anfang erwähnt, wird in dieser Gruppe die Geselligkeit mit viel Freude gepflegt und es gibt reichlich gemeinsame Aktivitäten außerhalb der Sporthalle – kein Muß sondern ein Darf.

Unser Motto lautet: „Einfach vorbeikommen, ausprobieren und mit-spielen!“

Volleyball

Aktivitäten:

Auch 2016 haben wir unsere Turniere ausgerichtet.

Obwohl es keine aktive Damenmannschaft derzeit mehr gibt, wurde das alljährliche Damenturnier wieder mit viel Erfolg ausgerichtet und fand guten Anklang. Der Wanderpokal ging in diesem Jahr an den SuS Störmede.

Wieder wurde die heimische Abteilung mit gemischten Teams von Damen aus allen Gruppen vertreten.



Wie seit vielen Jahren praktiziert, gibt es bei jedem Turnier der Volleyballabteilung eine angemessene Versorgung in der eigens für diesen Zweck aufgebauten Cafeteria.

Volleyball

Auch der TuS-Pokal war ein rundum gelungenes Turnier. Der Zulauf zu diesem Turnier war so groß, dass man eigens den Beginn vorverlegt hatte, um auch wirklich alle Spiele in einem angemessenen Zeitrahmen absolvieren zu können.

Es traten insgesamt 9 Mannschaften zu diesem Turnier an. Als Sieger konnte am Ende eines langen und sportlichen Tages nach spannenden Spielen die Mannschaft „LTV Sibir“ den Wanderpokal mit nach Hause zu nehmen. Das Team der Hobbyliga-Mannschaft kam auf den 6. Platz, das Hobby-Mixed-Team auf dem 9. Platz



Wer Interesse hat, das alles kennenzulernen ist uns herzlich willkommen, es gibt sicherlich für jeden sportlichen Anspruch etwas bei uns – lediglich der Profisport ist noch nicht vertreten – aber wer weiß.....

Funktionelle Gymnastik

Mittwochs 18 Uhr wird in der Sporthalle der INI Gesamtschule geschwitzt was das Zeug hält.

Zu fetziger Musik halten wir mit Elementen aus Wirbelsäulengymnastik, Bauch-Beine-Po und Pilates unseren Körper geschmeidig und stärken die funktionellen Muskelgruppen.

Damit der Spaß nebenbei nicht zu kurz kommt, treffen wir uns einmal im Jahr zu einem Ausflug. Auch beim Weihnachtessen lassen wir es ordentlich krachen mit Glühwein und originellen Geschenken für Jedermann. Da bleibt kein Auge trocken.

Kommt vorbei und lasst Euch überraschen. Wir freuen uns auf viele Neuzugänge.



65 Jahre TuS - eine wunderschöne Zeit!

Im Turn- und Spielverein habe ich beim Sport und im geselligen Kreis viele schöne Stunden erlebt. Die erste Turnstunde fand im April 1950 in der Lohner Schützenhalle statt. Ein Pferd, ein Barren und ein paar staubige Kokosmatten standen uns als Geräte zur Verfügung – heute undenkbar! Vor der Halle befand sich eine Kaltwasserpumpe, die wir für Trinkwasser und zur Erfrischung nutzten. Im Sommer fuhren wir manchmal zum Baden an die Ahse. Die beliebteste Badestelle war aus einem Bombentrichter entstanden.

Nach ein paar Jahren konnte unsere Turngruppe in eine neu gebaute Turnhalle am Soester Archigymnasium umziehen. Frauen und Männer trainierten in den ersten Jahren jeden Dienstag gemeinsam. Die Fahrten zum Training waren manchmal abenteuerlich. Unser Übungsleiter – Karl Lohenstein – packte nach Feierabend die Werkzeugkisten aus seinem großen Firmenkombi aus und transportierte alle seine Turnerinnen und Turner – insgesamt bis zu acht Personen! – gemeinsam zur Halle. Denn eigene Autos oder Mopeds hatten wir keine, und Fahrräder waren Mangelware. Wer eins hatte, nahm noch eine oder gar zwei weitere Personen auf der Stange oder auf dem Gepäckträger mit. Trotzdem waren wir glücklich, dass wir die neue Halle und die dort vorhandenen zahlreichen Sportgeräte benutzen durften.

Am Himmelfahrtstag gingen wir immer gemeinsam wandern, dies war der sogenannte „Goetz-Wandertag“, benannt nach Ferdinand Goetz (1826-1915), einem Gründungsvater der deutschen Turnerschaft. Meistens begleitete uns Julius Herrmann, unser ehemaliger TuS-Turnwart, zu Fuß oder mit dem Fahrrad auf der Wanderung. Während Julius Herrmanns Metier das Geräteturnen war, bevorzugte Karl Lohenstein die Leichtathletik. Willi Unkel, der ein Lebensmittelgeschäft am heutigen Sälzerplatz besaß, fuhr uns mit seinem VW Bulli ins Hallenbad nach Arnsberg. Für uns taten sich neue Welten auf, und der Bulli war ständig überfüllt.

Zu Beginn der siebziger Jahre erhielten wir in Bad Sassendorf endlich eine neue Schule mit einer schönen lichtdurchfluteten Turnhalle und einem Lehrschwimmbekken. Dienstag abends „jagte“ Karl Lohenstein unsere Frauengruppe jetzt durch die Halle. Wir spielten auch Basketball, allerdings ohne feste Regeln, was manchmal etwas chaotisch geriet und eher einem „Raufball“ glich. Zum Abschluss gingen wir noch Schwimmen im Lehrschwimmbekken – ein absolutes Highlight! Hut ab vor Karl Lohenstein, seiner Ehefrau Christel, Julius Herrmann und allen unseren Übungsleitern aus dieser Zeit, die sich mit ganzem Herzen engagierten und uns für das Turnen und den Freizeitsport begeistern konnten.

65 Jahre TuS - eine wunderschöne Zeit!

Immer mehr Sportfreunde besuchten unsere Turnstunden, die Halle war jeden Dienstag prall gefüllt. Wusste Karl keine Übung mehr, hieß es „Inge mach mal weiter!“ So wurde ich schnell zum Vorturnen herangeführt, was mir großen Spaß bereitete. Ich besuchte einige Seminare des Turnerbundes, die dankenswerterweise vom TuS gefördert wurden. So erwarb ich unter anderem die Lizenz als Übungsleiterin und arbeitete dann über 40 Jahre mit allen Generationen im TuS als Übungsleiterin. Karl Lohensteins Dienstagsgruppe wurde in zwei Montagsgruppen aufgeteilt und erweitert, die ich 20 Jahre lang leitete. Im Laufe der 70er Jahre wurde die Bewegung mit Musik zunehmend populärer und zu einem festen Bestandteil meiner Stunden.

Die Arbeit mit den Gruppen hat mir große Freude gemacht. Außer Turnen und Schwimmen haben wir auch viele schöne Ausflüge unternommen, die wir gemeinsam vorbereiteten. Keine Stadt und kein Dorf rund um Bad Sasendorf waren vor uns sicher.

Wenn die Turn- und Schwimmhalle in den Sommerferien geschlossen war, fuhren wir mit dem Rad in der Soester Börde umher und besichtigten sämtliche vorhandenen Kapellen am Wegesrand. Kapellenführer erzählten uns aus der Geschichte dieser Bauwerke und waren von unserem Interesse beeindruckt. Während wir anfangs Strecken von 20-40 km Länge zurücklegten, verringerten wir unser Pensum in späteren Jahren etwas, radelten aber bis heute wacker weiter. Auf der Hälfte des Weges, genehmigten wir uns meistens auf Brücken ein Gläschen Sekt – oder Wurst und Bier auf den Schützenfesten. Davon ist heute nur noch ein stilles Wasser übrig.

Von den 65 Jahren TuS möchte ich keine einzige Stunde missen, auch wenn es neben den Höhen auch Täler zu bewältigen gab und ein gutes Programm vorzubereiten viel Aufwand bedeutete. Menschen für Sport und Bewegung zu motivieren, ist bis heute mein Motto und erfüllt mich immer noch.

Inge Brusis



Kinderturnen

Abenteuer und Erlebnisturngruppen für Kinder im Alter von 6 – 14 Jahren

Erlebnisreicher Sport für Kinder, die sich gerne im Breitensport betätigen und Spaß an der Bewegung haben. Dieser Abenteuersport bietet vor allem Kinder einige Vorteile, die sonst in anderen Vereinen keine Höchstleistungen bringen oder nicht mit besonders sportlichen Kindern mithalten können. Mir ist es wichtig, Spiele anzubieten, bei dem sich **alle** Kinder nach ihren Fähigkeiten einbringen können. Spiele, bei dem jeder mitmachen kann. Beispielsweise werden schüchterne Kinder vertrauensvoll an bestimmte Bewegungsaufgaben herangeführt. Durch Zuspruch und Bestätigung lernen sie eigene Ängste zu überwinden und erleben Erfolgserlebnisse. Übergewichtige Kinder erleben ebenfalls, dass Bewegung auch durchaus Spaß machen kann und sie für sich Erfolge verbuchen können. In Einheiten wie Ringen und Raufen haben diese Kinder beispielsweise einen klaren körperlichen Vorteil.

Hyperaktive Kinder werden integriert und nicht ausgegrenzt. In speziellen Einheiten aus dem Ausdauertrainingsbereich können die Kinder sich nach ihrem eigenen Er-



messen einbringen und verausgaben. Die Aufgabenstellungen sind für die Kinder so herausfordernd, dass sie sich gar nicht bewusst sind,

Kinderturnen

wieviel und ausdauernd sie laufen können.

Wichtiges Element – die Kinder machen vielseitige Bewegungserfahrungen, indem sie sich ausprobieren und sich aktiv mit einbringen.

Durch den Einsatz von Klein- und Großgeräten und unterschiedlichen Materialien sowie die kreative Gestaltung themenorientierter Turnstunden erhalten die Kinder viele spannende Bewegungsanreize, die sie in ihrer Entwicklung ganzheitlich fördern. Bei der „Flucht aus Alcatraz“ gilt es im Team **gemeinsam** bestimmte Aufgaben zu lösen. Spannende Geschichten in Verbindung mit kleinen und großen Mutproben sorgen für Spaß und Action bei den Kindern. Dadurch steigt der Spannungsgehalt und das Gefühl von Wagnis reift. Waghalsige Bewegungssituationen zu bestehen, setzt ein gewisses Maß an Selbsteinschätzung voraus. Die Kinder lernen ihre Ängste zu überwinden und einzuschätzen, um durch verschiedene Anreize das eigene Können weiterzuentwickeln.



Kinderturnen

Hockeyspiele, Koordinations - und Geschicklichkeitstraining sowie intensive Vertrauensspiele runden das Programm des Kinderturnens ab. Der Abenteuer – und Erlebnissport bietet die einzigartige Chance Vertrauen innerhalb der Gruppe zu fördern. Die Kinder lernen, dass sie sich untereinander verlassen und vertrauen können, Aufgaben zu kooperieren, sich gegenseitig helfen und zu sichern!

Derzeit gibt es drei Abenteuer – und Erlebnisturngruppen im TuS:



6 – 8 Jährige mittwochs 15.25 – 16.25 Uhr
ÜL Sybille Bierögel, Helfer Marc Dauben

Kinderturnen



8 – 10 Jährige , donnerstags, 15.30 – 16.30 Uhr,
ÜL Sybille Bierögel, Helferin Anika Bierögel



10 – 14 Jährige donnerstags, 16.30 – 17.30 Uhr
ÜL Sybille Bierögel, Helferin Linda Wenner



Wie wird man Mitglied?

Stand: Oktober 2014

Voraussetzung für eine Teilnahme an den Sportangeboten insbesondere auch in Hinblick auf den erforderlichen Versicherungsschutz ist eine Mitgliedschaft im Verein.

Wer Mitglied werden möchte, muss eine Beitrittsklärung ausfüllen. Diese können Sie bei „Ihren“ Übungsleitern erhalten. Kündigungen sind schriftlich immer nur an den Vorstand des Vereins oder an die Geschäftsstelle mit einmonatiger Frist zum Quartalsabschluss zu richten.

Der Jahresbeitrag wird jeweils zum 28.02 eines Jahres fällig und per SEPA-Lastschrift eingezogen und beträgt **ab dem 01.01.2015:**

Erwachsene	50,00 €
Für Zwei *	75,00 €
Jugendliche**	28,00 €
Familienhöchstbeitrag***	90,00 €

* Ehepaare oder ein Elternteil mit einem Kind.

** Kinder und Jugendliche bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres. Darüber hinaus wird von Mitgliedern bis zum 27. Lebensjahr, die sich noch in der Ausbildung oder im Studium befinden, auf Antrag mit Nachweis der Ausbildung bzw. des Studiums durch Vorlage entsprechender Bescheinigungen der Beitrag für „Jugendliche“ erhoben. Diese Regelung ist gleichermaßen anzuwenden für Familien, die den Beitrag „Familien“ zahlen. Ehepaare mit einem oder mehr Kindern oder ein Elternteil mit zwei oder mehr Kindern.

F ü r I h r e U n t e r l i a g e n

In der **Tennisabteilung** zahlen Mitglieder zusätzliche zu den vorhergenannten Grundbeiträgen folgende jährliche Zusatzbeiträge (eine einmalige Aufnahmegebühr wird z.Z. nicht erhoben):

Erwachsene	75,00 €
Für Zwei *	112,50 €
Jugendliche**	42,00 €
Familienhöchstbeitrag***	137,00 €

Zusätzlich besteht die Verpflichtung bestimmte Pflegearbeiten an den Platzanlagen mit zu übernehmen oder dafür Beiträge zu entrichten.

In der **Basketballabteilung** wird für jeden Spielerpassinhaber ein jährlicher Sonderbeitrag von 25,00€ erhoben. Beim **Anfängerschwimmen** wird eine einmalige Gebühr von 15,00€ erhoben.

Bei verschiedenen weiteren Sporttätigkeiten können zusätzliche Gebühren anfallen. Bitte informieren Sie sich bei den Übungsleitern oder in der Geschäftsstelle.

**Turn- und Spielverein
Bad Sassendorf 1920 e.V.**
Am Sportzentrum 2
59505 Bad Sassendorf

IBAN: DE93 4145 0075 0010 0090 17
BIC: WELA DED1 SOS

Geschäftsstelle:
Tel.: 02921 / 53798 Fax 02921 / 53799
E-Mail: post@tus-bad-sassendorf.de

Ferienspaßaktion



Schwerelos auf dem Trampolin

Die Ferienspaßaktion "Fly high - 100 und 1 Spiel auf dem großen Trampolin" vom TuS Bad Sassendorf war ein großer Erfolg. Insgesamt haben an der Aktion 27 Kinder im Alter von 8 - 14 Jahren teilgenommen, die von vier hauptamtlichen ÜL und drei Helfern betreut wurden. Es wurden viele unterschiedliche Sprungeinheiten mit bis zu vier Mini Trampolinen aufgebaut, sowie besondere Aktionen auf dem großen Trampolin. Jedes Kind konnte nahezu die Schwerelosigkeit auf den Trampolinen erleben. Es wurden verschiedene Sprünge und Landungsarten geübt (Sitzsprung, Sprung in den Stand etc.) sowie Übungen für den Salto (rückwärts und vorwärts). Ebenso meisterten die Kinder herausfordernde Aufgaben auf den Mini Trampolinen: Im Sprung eine Zeitung mit den Füßen zerreißen, über eine immer höher

Ferienspaßaktion



werdende Mauer springen oder verschiedene Sprungeinheiten auf vier Mini Tarpolinen wagen. Die Kinder lernten, ihre eigenen Fähigkeiten einzuschätzen und sie dementsprechend umzusetzen. Jedes Kind konnte an dem Tag mit mindestens einem Erfolgserlebnis nach Hause gehen. Bilder von unserem erlebnisreichen Tag finden Sie auf unserer Homepage www.tus-bad-sassendorf.de

Seit den Herbstferien leitet Martina Fandrey mit einem Helferteam die Trampolingrouppe für Kinder im Alter zwischen 10 - 14 Jahren - immer donnerstags von 17.30 - 19.00 Uhr in der INI Turnhalle in Bad Sassendorf.

Weitere Informationen und Anmeldung bei M. Fandrey: 02921-52696

Kinderturnen

Dankeschönfeier mit den TuS Kindern

Stationen-Karten für den Sportunterricht

Über mehrere Monate haben insgesamt 19 Kinder an vielen Wochenenden bei der Erstellung der Stationen - Karten für den Grundschulunterricht mitgewirkt. Als „Dankeschön“ hat die Übungsleiterin und Buchautorin im November 2016 eine Feier für die Kinder ausgerichtet und die Lieblingsgerätestationen in der Turnhalle aufgebaut. Nebenbei konnten sich alle bei Getränken und Kuchen stärken und sich in Ruhe die Karten Sets anschauen.

Bei den Stationen Fotokarten handelt es sich um Fotos mit Bewegungsideen für das 1./2. und 3./4. Schuljahr. Mit Hilfe dieser Karten im DIN A 4 Format können Kinder Gerätestationen selbständig aufbauen.



Die praktischen Aufbaukarten sind mit einem Blick zu erfassen und erleichtern den Kindern im Grundschulunterricht, im Offenen Ganzttag oder im Verein die Umsetzung der Gerätestationen. Durch die unterschiedlichen Gerätestationen mit den Schwerpunkten Balancieren, Klettern, Schwingen und Schaukeln, Rollen, Gleiten, Werfen, Springen und Laufen können die Sportstunden abwechslungsreich gestaltet werden. Die Vorderseite jeder Karte zeigt die fertige Station mit den benötigten Geräten. Auf der Rückseite finden die Kinder jeweils vier passende Bewegungsideen und den Tipp, selbst kreative Bewegungsideen zu entwickeln. All das sorgt für mehr Bewegungszeit in

Kinderturnen

einem offenen Sportunterricht, denn lange Erklärungsphasen zum Aufbau entfallen. Jedes Karten Set enthält zusätzlich ein A1 Poster, das den sicheren Transport der wichtigsten Sportgeräte zeigt.

Kinder bringen unterschiedliche körperliche Voraussetzungen mit. In diesem Zusammenhang sind die Stationen-Fotokarten von großem Vorteil. Die Kinder nehmen Bewegungsimpulse auf oder finden eigenständige Bewegungsanlässe und machen vielseitige Bewegungserfahrungen. Dabei verbessern sie ihre motorischen Grundeigenschaften. Kinder mit unterschiedlichen Leistungsmöglichkeiten können sich individuell langsam steigern und werden durch die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten der Stationen-Fotokarten motorisch gefordert und gefördert.

Je vielfältiger die Bewegungsanreize sind, desto besser werden sie in ihren koordinativen Fähigkeiten und in ihrer Geschicklichkeit geschult. Es geht nicht nur um Leistung, sondern um Sportangebote, in denen sie positive Bewegungserfahrungen machen und ihre Spielfreude ausleben können.

Wenn Kinder sich mit Begeisterung bewegen, spiegelt sich dies auch in einer positiven Lebenseinstellung wider. Die

Übungen auf den Stationen-Fotokarten machen die Kinder koordinativ fit und vermitteln vor allem sehr viel Spaß an der Bewegung.



Kinderturnen

Eltern - Kindturnen am Samstag für 1,5 – 3 Jährige

Jeden Samstag findet für 1,5 bis 3 Jährige von 10.00 – 11.00 Uhr Eltern Kindturnen Kind in der Turnhalle der INI Gesamtschule in Bad Sassendorf statt.

Eltern haben am Samstag zusammen mit ihren Kindern die Möglichkeit, an immer wechselnden Bewegungslandschaften wie Springen,



Laufen, Werfen, Schwingen und Balancieren auszuprobieren. In meinen Turnstunden turnen die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern.

Das wichtigste: Der Spaß am gemeinsamen Erleben und Bewegen! Diese Erlebnisse, sich gemeinsam zu bewegen und etwas zu erleben, sind wunderschön und für beide Seiten unvergesslich! In der Gruppe für 1,5 – 3 Jährige sind noch ein paar Plätze frei. Anmeldung bei Theo Schuch, Tel.: 0159-04112857 oder 02945/9189960

Montagsturngruppe der 4 – 6 Jährigen

In unseren Turnstunden mischen wir das sogenannte Erlebnisturnen mit dem herkömmlichen Turnen. Das bedeutet, dass die Kinder mal eine Turnstunde erleben, wo wir einen ganzen Parcours aufbauen. Hier können sie sich dann richtig austoben und so selbst ihre Grenzen erkennen und teilweise mit unserer Hilfe überwinden. Dann wiederum gestalten wir eine Turnstunde so, dass ein Turngerät im Mittelpunkt steht, an dem die Kinder verschiedene Turnübungen erlernen. Die Gruppe findet immer montags von 15.30 - 16.30 Uhr statt.

Leitung: Peter Hoffmann 02921-943440

Kinderturnen

Kinderturnen für 4 - 6 Jährige - Turnen mit Theo!

Samstags von 11.00 – 12.00 Uhr findet das Kinderturnen für 4 – 6 Jährige statt – die Eltern unterstützen uns lediglich beim Auf – und Abbau der Großgeräte.

Neben der Durchführung von Gerätelandschaften nehme ich mir Zeit, mit den Kindern bestimmte Schwerpunkte mit dem Ball und anderen Sportgeräten zu trainieren.



Mein Motto: Mitmachen – Spielen – Üben – Spaß haben!



Helfer: Tobias Zimmel

Anmeldung bei Theo Schuch: 0159-04112857 oder 02945/9189960

Weihnachtsturnfest

Weihnachtsturnfest der Kinderturnabteilung

Zu Beginn begrüßte Turn-Abteilungsleiterin Sybille Bierögel die zahlreichen Gäste.



Der Kindergarten Sternschnuppe eröffnete das Fest mit einem kleinen Pinguintanz. Anschließend traten die Turngruppen im Alter zwischen 6 – 14 Jahren mit unterschiedlichen Darbietungen

auf: Die 6 – 8 Jährigen zeigten turnerische Elemente von der Rolle vorwärts bis hin zum Radschlag. Danach absolvierten sie tolle Sprungseinheiten auf dem Mini – Tarpollin. Die Mädchen der Gruppe der 8 – 10 Jährigen führten eine Choreografie mit ihren Heelys und Cheerleader Pompoms auf.



Die restliche Gruppe präsentierte gemeinsam mit den Teenagern der Gruppe der 10 – 14 Jährigen furiose akrobatische Darbietungen.





Für die anschließende Aufwärmung sorgte die TuS Zumba Trainerin Sofia Papst: Alle Kinder folgten begeistert ihren Bewegungen! Danach wurde der abwechslungsreiche Weihnachtsparcours für alle Kinder und Eltern freigegeben.

Mit viel Liebe zum Detail hatten die Übungsleiter der Turnabteilung in Kooperation mit dem Kindergarten Sternschnuppe diesen in der gesamten Halle aufgebaut. Eine Himmelschaukel an den Ringen, eine



große Gletscherspalte an der Sprossenwand, unterschiedliche Balancier – und Sprungstationen waren thematisch für die Kinder in einer Winterlandschaft umgesetzt - für Kinder aller Altersklassen war etwas dabei. Fröhliches Lachen und ausgelassen durch die Sporthalle tobende Kinder waren das schöne Resultat.

Weihnachtsturnfest



Im Foyer konnten sich die Familien in der Cafeteria an einem großen Kuchenbuffet stärken. Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle an die Eltern, die so leckere Torten und Kuchen gebacken haben. Vom Verkaufserlös der Cafeteria will die Turnabteilung einen klappbaren Weichboden anschaffen.

Zum Abschluss packten alle Kinder ihre TuS Weihnachtsgeschenke aus: Jedes Kind erhielt einen Leuchtstab, mit denen sie sich in der abgedunkelten Halle zu einem wunderschönen Lichtertanz bewegten.



Mehr Fotos können auf der Homepage www.tus-bad-sassendorf.de eingesehen werden.

Flotte Montags-Bienen

Die Sportgruppe „Flotte Montags-Bienen“ stellt sich vor:

Jeden Montag 17 Uhr summen die Flotten Montags-Bienen in der Sporthalle der INI Gesamtschule, um ihre müden Körper eine Stunde mit flotter Musik in Schwung zu bringen.

Mit Elementen aus der Wirbelsäulengymnastik, Gleichgewichtsübungen und Kräftigungsübungen machen wir uns fit zum Wochenbeginn. Weihnachten und einmal im Jahr lassen wir Sport Sport sein und schwärmen in geselliger Runde im Rahmen einer Weihnachtsfeier bzw. eines Ausflugs in die Umgebung aus.

Jede ab 60 ist herzlich Willkommen - einfach vorbeikommen und mitmachen. Wir freuen uns über jeden Neuzugang.



Turnen

Power ~~X~~ Training

Wir bewegen uns zu einseitig und zu wenig. Wir verbringen in der Regel unsere Arbeitszeit vor dem Rechner, pendeln mit dem Auto oder öffentlichen Verkehrsmitteln zwischen der Arbeitsstelle und zu Hause hin und her. Am Abend geht's zum Ausklingen des Tages auf das Sofa. Hausarbeit und Kinderbetreuung führt zu einseitigen Belastungen und Verspannungen in unserem Bewegungsapparat. Damit ist jetzt Schluss!

Ich möchte Euch eine Möglichkeit bieten das zu ändern, wieder Spaß an der Bewegung zu haben und FIT für den Alltag zu sein. Ob es nun Aktivitäten mit Freunden sind oder die Kinder, die mal wieder mit Papa oder Mama toben wollen.

Mit mehr Bewusstsein für den eigenen Körper, mehr Mobilität und letztendlich auch mehr Kraft.



Um es in einem Satz zusammenzufassen: Bei mir geht es um funktionales Kraft-Ausdauer-Training mit dem eigenen Körpergewicht.

Turnen

Einfach und effektiv, aber nicht leicht.



Die Übungen können größtenteils überall ausgeführt werden, so dass ihr zu Hause gleich weitermachen könnt, wenn ihr wollt.

Ergänzen werde ich das mit Mobilitätsübungen, HIIT (High Intensive Intervall Training, das gute alte Zirkeltraining im neuen Gewand), oder auch mal mit Mannschaft- oder Gruppenspielen.

Der Kurs richtet sich an Männer und Frauen zwischen 30 Jahren und 50 Jahren. Ältere und Jüngere sind Willkommen. Startzeitpunkt ist Frühjahr 2017.



Termine und weitere Infos auf

der Webseite des TUS und unter www.fitgesundzufrieden.de

Also vorbeischaun, ausprobieren und Spaß haben.

Anmeldung bei Achim Geisler: 0178-1876716

Stepp Aerobic

Stepp Aerobic ist ein Training für den ganzen Körper. Es besteht aus dem Hinauf- und Hinabsteigen auf ein höhenverstellbares Brett. Durch Hinzunahme von Armen wird auch der Oberkörper trainiert. Herz- und Kreislauf werden gestärkt. Koordination und Ausdauer gefördert.

Wir starten unsere Stunde mit einem Warm up, gehen in die Dehnung und fangen dann mit einzelnen Schritten an, die wir zu einer Schrittkombination zusammenfügen. Am Ende der Stunde entsteht eine kleine Choreographie. Wir schließen die Stunde mit Dehnung und Cool down.

Begleitet werden wir von flotter Musik.

Wir treffen uns jeden Mittwoch von 19 bis 20 Uhr in der Sporthalle der Hauptschule. Wir sind 10 bis 15 Teilnehmer jeden Alters.

Ich lade jeden ein der Lust hat bei uns hereinzuschauen.

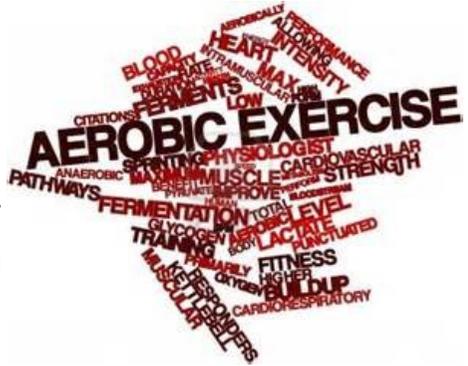
Wenn Du mehr Infos haben möchtest bekommst Du bei
Heide Schmidt Telf.02921/52266

Aerobic für Einsteiger

Wollt Ihr Eure Ausdauer und Koordination stärken?

Dann seid Ihr hier richtig!

Aerobic ist ein Fitnessstraining für Menschen, die Spaß an Bewegung zu Musik haben.



Die Stunde beginnt mit einer lockeren Aufwärmrunde, in der einzelne Aerobic - Grundschrirte eingeübt werden.

Danach erfolgt schrittweise der Aufbau einer kleinen Choreographie.

Zum Abschluss der Stunde stehen einzelne Übungen auf dem Programm, mit denen wir den Puls wieder herunter fahren.

Da jede Stunde anders gestaltet wird, besteht immer die Möglichkeit einzusteigen.



Training ist jeden Donnerstag von 19.00 Uhr bis 20.00 Uhr in der INI Turnhalle.

Anmeldung bei Dagmar Stoll: 02921-768190

Präventive Wirbelsäulengymnastik

Hallo, ich bin Heide. Ich leite beim TuS Bad Sassendorf die präventive Wirbelsäulengymnastik. Eine falsche Haltung und immer wiederkehrende falsche Bewegungen führen oft zu Verspannungen und damit zu Rückenproblemen. Wir arbeiten in der Wirbelsäulengymnastik gezielt dagegen an. Inhalte der Stunden sind: Haltungsschule, Mobilisation, kräftigende Übungen, Dehnen der verkürzten Muskulatur, Training der tiefliegenden Muskulatur, Gleichgewichtsübungen und Entspannungsübungen.

Wir trainieren im Tagungszentrum Bad Sassendorf am Mittwoch um 8-9 Uhr, 10-11Uhr und 11-12Uhr.

In allen drei Gruppen habe ich ca.18 Teilnehmer.

Es herrscht in allen Stunden eine lockere vertraute Stimmung, in der auch viel gelacht wird.

Einmal im Jahr gehen wir von der 8 Uhr Gruppe Frühstücken und die anderen beiden Gruppen gehen gemeinsam einen Nachmittag im Herbst zum Kaffeetrinken.

Ziele der Wirbelsäulengymnastik:

- bessere Körperhaltung
- stärkere Stütz-muskulatur beugt Rückenschmerzen vor
- Verspannungen im Nacken- Schulterbereich werden gelöst
- ausgeglichene Muskelbalance

Na - neugierig geworden?

Zur Zeit sind alle Plätze belegt. Es besteht jedoch die Möglichkeit sich auf eine Warteliste setzen zu lassen.

Info unter Tel. 02921/52266

Heide Schmidt

Tischtennis

Für die Tischtennisabteilung des TuS war das vergangene Jahr nicht weniger erfolgreich als die vergangenen.

Die erste Mannschaft setzte sich souverän in der Bezirksliga durch und stieg als Meister in die Landesliga auf. Spitzenspieler Heiko Raatz blieb, genauso wie Björn Chomse und Tim Schleppege, in der gesamten Saison ungeschlagen.

In der neuen Saison geht es für die Truppe erst einmal darum, sich in der Liga zurechtzufinden. Alle sind sich einig, dass ein erneuter Aufstieg nur sehr schwer machbar sein wird. Die Besetzung bleibt unverändert, neben den drei angesprochenen Spielern sind weiterhin Thomas Hoischen, Christian Pekrul und Matthias Gremlich mit dabei. Die zweite Mannschaft hat sich wie geplant gut in der Kreisliga zurecht gefunden. Am Ende der Saison stand ein guter fünfter Platz zu Buche. Neben den Stammspielern Sven Rinke, Oliver Hust, Jan Wördenweber, Sebastian Rupprath und Markus Stapel, wurde die sechste Position variabel vergeben. David Rupprath, Alexander Rupprath und Dennis Klassen wechselten sich von Spieltag zu Spieltag ab.

In der kommenden Saison wird die Mannschaft durch Christian Stöber verstärkt, der aus Soest zum TuS stößt, und für das obere Paarkreuz vorgesehen ist. Durch die Verstärkung und einen weiterhin sehr guten Unterbau wird in der neuen Spielzeit vielleicht ein bisschen mehr möglich sein.

Tischtennis

Neu ins Leben gerufen wurde die Dritte Mannschaft, die in der 2. Kreisklasse startet. Als Stammspieler sind Alexander Rupprath, Arne Plewka, Paul Haasmann, David Rupprath und Dennis Klassen geplant. Für die sechste Position stehen mit Daniel Alsleben, Frank Düser, Stephan Tegethoff, Roland Buxot, Sascha Menzel und Lennart Effenberger sowie Fabian Hille mehrere Spieler zur Verfügung.

Ein wirkliches Saisonziel wurde nicht festgelegt, da diese Truppe vor allem den Hobbyspielern einen guten Einstieg in den Spielbetrieb innerhalb einer Mannschaft geben soll. Alle der gemeldeten Spieler haben nebenbei noch die Möglichkeit in der zweiten auszuhelfen, wodurch für viele Spieler diese Saison ein straffes Programm wartet.

Die Jugendlichen werden zur neuen Saison in die Jungen-1.Kreisklasse gemeldet, weil Mattis Hartmann ein Auslandsjahr macht. Durch das sogenannte „Braunschweiger System“ ist es möglich, dass der TuS nur mit drei Spielern gegen eine andere Vierer-Mannschaft antritt, ohne dass sie von Beginn an einem Rückstand hinterherlaufen müssen. Sicherlich ist das Niveau in der Spielklasse nicht ganz passend, aber das wichtigste ist der regelmäßige Spielbetrieb für die Jugendlichen. Zudem besteht immer die Möglichkeit, in der dritten Mannschaft, und somit im Herrenbereich auszuhelfen.

Tischtennis

Erfreulich war auch in diesem Jahr die Trainingsfleißigkeit der Senioren. Jeden Dienstag spielen Dieter Treue, Siegfried Kafka, Karl Dehlen, Josef Bürger und Co. Mehrere Stunden lang Doppel. Häufig nehmen sie sich auch die Zeit, den ambitionierten Herren Spielern zu zeigen, was Erfahrung im Tischtennis ausmachen kann.

Es bleibt zu hoffen, dass das auch im kommenden Jahr so bleiben kann!



(Durch eine Verletzung außer Gefecht gesetzt – die Mannschaft denkt an Markus Stapel)

Tennis

TUS Tennisjahresrückblick Sommer 2016

7 Erwachsenenmannschaften der Tennisabteilung des TuS Bad Sasendorf gingen im Sommer 2016 auf Punktejagd.

2 Damen und 5 Herrenteams

Damen:

Die Damen 30 spielten wie gehabt in der Verbandsliga. Platz 3 war ein gutes Ergebnis. Im Winter geht es in der Ruhr-Lippe Liga weiter.

Die Bezirksliga war in diesem Jahr für unsere Damen 50 leider nicht zu halten. Großes Verletzungspech führte zum Abstieg. Nächste Saison wird in der Kreisliga wieder angegriffen.

Herren 30 und Herren 40 mit Aufstieg!

Die Medenmannschaft spielte in der Kreisklasse 1. Das Team schlug sich achtbar und landete auf dem 3. Platz

Die Herren 30 schafften ungeschlagen den Aufstieg in die Kreisliga.

Die Herren 50 spielten in der Kreisklasse 1 um den Aufstieg und setzten sich am Ende in Ihrer Gruppe locker durch.

Die Herren 60 spielten in der Bezirksliga. Mit 3:3 Punkten war es eine ausgeglichene Saison. Der Klassenerhalt absolut als Erfolg zu sehen.

Die Herren 65 schlugen in der Kreisliga auf und landeten mit 5:5 Punkten auf Platz 4

Jugend 2016 „2 Gruppensieger“

Die Juniorinnen U 15 holten ihren ersten Sieg und wurden 5.!

Die Juniorinnen U 18 belegten Platz 6

Tennis

Sowohl die Jungen U18 als auch U 15 wurden „Kreisligagruppensieger“!!! Die U 15 verlor das Aufstiegsspiel gegen VfL Mark deutlich. Das schmälert aber nicht das gute Abschneiden der Jungs. Die U 18 wurde 3. In der Aufstiegsrunde!

Die U 12 (2) sammelte erste Matcherfahrungen!

Ingo Naruhn (Sportwart)

Neues aus der Tennisabteilung

In dieser Saison wurde erstmals die Verpflichtung zur Ableistung von Arbeitsstunden eingeführt. Nicht abgeleistete Arbeitsstunden werden mit 10 Euro pro Stunde berechnet. Die Resonanz der Mitglieder hielt sich in Grenzen, trotzdem gelang es wieder, zu Saisonbeginn die Plätze und auch die Grünanlagen herzurichten. So konnte die Tennissaison am 24. April pünktlich eingeläutet werden. Appell an alle Mitglieder: „Es gibt auch 2017 viel zu tun!“

Jetzt, zum Ende der Saison erhält das Vereinsheim eine neue Küche, die alte ist bereits abgebaut worden. 2017 wird unsere Wirtin Tanja sich dann unter verbesserten Bedingungen um Hunger und Durst der Tennisspieler kümmern können!

Abschlagfest

Bei wunderschönem Sommerwetter war das Abschlagfest am Sonntag, den 25.09. ein voller Erfolg. Zunächst fanden die Endspiele der Jugendvereinsmeisterschaften statt, und alle, die gekommen waren, um die Jugendlichen bei ihren Spielen anzufeuern, wurden mit span-

Tennis

nenden Spielen belohnt. In der Gruppe Jungen U 18 siegte Julius Leicht vor Sven Bleilefens, bei den weiblichen Tennisspielerinnen dieser Altersgruppe schaffte es Pia Leicht vor Anna Horstmann auf Platz 1. In der Gruppe der 15jährigen belegte Floian Brinkmann den ersten Platz, Fabian Hille gewann den 2. Platz. Bei den Mädchen gewann Benita Brinkmann vor Anna Kaiser.



Um 11 Uhr begann das Doppel-Mixed Turnier um den Golden Seven Cup. In lockerer Atmosphäre wurde in 3 Runden zu je 45 Minuten gespielt. Heike Gröger, erst seit wenigen Wochen Mitglied des TuS, konnte den Pokal nach Hause tragen. In geselliger Runde, gut versorgt mit Essen und Trinken, fand ein gelungener Samstag seinen Abschluss.

Tennis

Die „Hobby-Montags-Gruppe“ (Renate Scheffler)

So schnell ist wieder das Tennis-Halbjahr der Sommersaison zu Ende gegangen.

Wie gewohnt treffen wir uns jeden Montag um 9.00 – 10.00 Uhr auf den Tennisplätzen.

Danach nehmen wir gemeinsam ein leckeres Frühstück von unserer Tennisbewirtung „Tanja“ zu uns.

Die Hobby-Montags-Gruppe hat es jetzt geschafft, mit 18 Spieler/-innen in die Wintersaison zu starten.

Zum Abschluss der Sommersaison organisierte, wie jedes Jahr, auch jetzt wieder Hermann Dominik eine interessante Fahrradtour.

Der erste Stopp war Weslarn. Hier besichtigten wir die St.-Urbanus Kirche. Die entsprechende sachkundige Führung in der Kirche übernahm Frau Gewalt, wofür wir ihr ein herzliches Dankeschön aussprechen.



Danach ging es weiter über die Feldwege zu unserer Mittagsrast „Saloon in Kesslerer“ in Lippetal-Herzfeld.

Nach der Stärkung stand die Weiterfahrt in Richtung Bad Sassendorf

Tennis

ins Parkcafe Sprenger auf dem Programm.
Ende der Fahrradtour war gegen 17 Uhr.

Die „Torten“

Bereits seit Beginn des Bestehens der Tennisabteilung treffen sich die „Torten“ regelmäßig einmal pro Woche. Der Name entstand aus der äußerst netten Tradition, dass die Frauen für jede Mannschaft zu den Meisterschaftsspielen eine selbstgebackene Torte bereitstellten. Seit dieser Zeit trifft sich die Gruppe jeden Mittwoch zum gemeinsamen Frühstück, bei dem auch ein Gläschen Sekt nicht fehlen darf.

Die 14 Damen sind äußerst aktiv, in jedem Jahr wird ein gemeinsamer Ausflug organisiert, außerdem trifft man sich zu 2 weiteren kulturellen Veranstaltungen: In diesem Jahr wurde das Salzmuseum in Bad Sasendorf besichtigt, der gemeinsame Ausflug führte nach Lübeck, und im Dezember geht es gemeinsam auf den Weihnachtsmarkt nach Velen.

Selbstverständlich werden auch die Geburtstage gemeinsam gefeiert, zu diesem Anlass trägt Helga Engelmann stets ein selbstverfasstes Geburtstagsgedicht vor. Bekannt ist die Gruppe bei allen durch ihr fröhliches Lachen. Die „Torten“ sind der Beweis dafür, dass Lachen gesund ist, denn obwohl seit ihrem ersten Treffen nun schon mehr als 35 Jahre vergangen sind, klappt es auch immer noch mit ein bis zwei Doppeln pro Woche!

Sportabzeichen



Nimm Deine Herausforderung an!
Teile Deinen Erfolg: #Sportabzeichen



Sportabzeichen mit neuer Besetzung

Stell dich deiner Herausforderung in
Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination!

Von Mai bis August nehmen jeden Dienstag ab 19.00 Uhr am Sportplatz, Am Steinmickerweg,
Theo Schuch, Achim Geisler und Wolfgang Brunstein das Sportabzeichen ab. Im September ab 18.00 Uhr.

Alle aktiven Sportler von klein bis groß sind herzlich Willkommen!

Mehr Info gibt es bei

Theo Schuch: 0159-04112857 oder 02945/9189960

Achim Geisler: 0178-1876716

Kinderturnen: 4 – 6 Jahre Gruppe	Montag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Mirja Hoffmann / Andrea Jost / Julian Kipp
1,5 - 3 Jahre Gruppe 3 – 4 Jahre Gruppe Abenteuerturnen 6 - 8 Jahre	Dienstag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Silke Bahne
	Dienstag	16.30 - 17.30 Uhr	Ges	Silke Bahne
	Mittwoch	15.25 – 16.25 Uhr	Ges	Sybille Bierögel / Marc Dauben Enrico Roy
Abenteuerturnen 8 – 10 Jahre	Donnerstag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Sybille Bierögel / Anika Bierögel
Abenteuerturnen 10 - 14 Jahre	Donnerstag	16.30 – 17.30 Uhr	Ges	Sybille Bierögel / Linda Wenner
Trampolin 10 - 14 Jahre	Donnerstag	17.30 – 19.00 Uhr	Ges	Martina Fandrey / Maurice Justus
1,5 – 3 Jahre Gruppe 4 –6 Jahre Gruppe	Samstag	10.00 – 11.00 Uhr	Ges	Theo Schuch / Tobias Zimmel
	Samstag	11.00 – 12.00 Uhr	Ges	Theo Schuch / Tobias Zimmel
Stepp Aerobic	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Ges	Heide Schmidt
Aerobic	Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Ges	Dagmar Stoll
Fitness-Gymnastik	Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	Ges	Dorothee Merzmann
Funktionelle Gymnastik für Frauen ab 30	Mittwoch	18.00 – 19.00 Uhr	Ges	Ingrid Schubert
Zumba	Mittwoch	20.00 – 21.00 Uhr	Ges	Sofia Papst
Gymnastik für Frauen über 40	Montag	17.00 – 18.00 Uhr	Ges	Ingrid Schubert
Gymnastik und Schwimmen für Frau- en über 40	Montag	18.00 – 19.30 Uhr	Ges / SH	Dorothee Merzmann
Walken	Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Schul- hof Ges	Dorothee Merzmann
ER & SIE (Gymnastik, Spiele, Schwimmen)	Freitag	20.00 – 22.00 Uhr	Ges	Georg Lehmann
Sport für Jedermann	Montag	19.30 – 22.00 Uhr	Ges	Dorothee Merzmann
Wirbelsäulenschonen- de Gymnastik für alle	Dienstag	18.00 – 19.30 Uhr	TUK	Miriam Seume Krewet
	Mittwoch	08.00 – 09.00 Uhr	TUK	Heide Schmidt
	Mittwoch	09.00 – 10.00 Uhr	TUK	Miriam Seume Krewet
	Mittwoch	10.00 – 11.00 Uhr	TUK	Heide Schmidt
	Mittwoch	11.00 – 12.00 Uhr	TUK	Heide Schmidt
Sportabzeichen Abnahme				
Von Mai bis August Im September	Dienstag	ab 19.00 Uhr	LH	Theo Schuch / Achim Geisler
	Dienstag	ab 18.00 Uhr	LH	Theo Schuch / Achim Geisler

Tennis

Trainingsunterweisung für Kinder und Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)	In der Sommerzeit	TP	Ingo Naruhn Tel. 02922-2676 Mobil 01602980815 Nachfrage in der Tennishalle
	In der Winterzeit	TH	

Fußball

Hobby-Spiel für Jung und Alt (Männer)	Freitag	19.00 – 20.30 Uhr	L	Thomas Brokjans 02921 - 53696
----------------------------------------------	---------	-------------------	---	----------------------------------

Schwimmen

Schwimmen für Kinder und Jugendliche <u>Voraussetzung:</u> Jugendschwimmabzeichen in Bronze	Montag	Gr.1: 16.30 – 17.15 Uhr	SH/Ges	Jeweils Ruth Rosenthal / Lisa Sommer / Anna Laura Sommer
		Gr.2: 17.15 – 18.00 Uhr	SH/Ges	
		Gr.3: 18.00 – 18.45 Uhr	SH/Ges	
Aquajogging	Montag	Gr.1 19.30 – 20.15 Uhr	SH/Ges	Bettina Fleckner
		Gr. 2 20.15 – 21.00 Uhr	SH/Ges	
Aquafitness	Dienstag	Gr.1 19.45 – 20.45 Uhr	SH/Ges	Barbara Neumann
		Gr.2 20.45 – 21.45 Uhr	SH/Ges	
Anfängerschw. (Für Angemeldete) Tel. 02921 – 53798	Dienstag	Gr.1 16.30 – 17:15 Uhr	SH/Ges	Sabine Schulze / Marco Schulze / Charlene Wika / Birte Dahlhoff / Anna Laura Sommer / Julius Grave
	Dienstag	Gr.2 17:15 – 18:00 Uhr	SH/Ges	
	Dienstag	Gr.3 18.00 – 18.45 Uhr	SH/Ges	
Aqua Kids 10 – 14 Jahre	Mittwoch	Gr.1 16.45 – 17.45 Uhr	SH/Ges	Sybille Bierögel / Barbara Neumann

Tischtennis

Schüler und Jugend Erwachsene	Dienstag	18.00 – 19.30 Uhr	G 2/3	Dennis Klassen und Alexander Rupprath Thomas Hoischen /Dieter Treue
	Dienstag	18.00 – 22.00 Uhr	G 2/3	
Schüler und Jugend Erwachsene	Freitag	16.30 – 18.30 Uhr	G 2/3	Dennis Klassen und Alexander Rupprath Thomas Hoischen /Dennis Klassen
	Freitag	16.30 – 19.00 Uhr	G 2/3	

Basketball

Herren	Montag	19.30 - 22.00 Uhr	G	Ren'e Lebrun
U 10	Dienstag	16.00 – 17.30 Uhr	G	Anja Reichart
U 14	Dienstag	16.30 – 18.00 Uhr	G	Kevin Dahmann
U 12	Mittwoch	16.30 – 18.00 Uhr	Ges	Daniel Koschel
U 8	Freitag	15.00 – 16.30 Uhr	G	Melanie Pukrop / Jutta Drepper
U 12	Freitag	16.30 – 18.00 Uhr	G	
U 14	Freitag	17.30 – 19.00 Uhr	G	Daniel Koschel
Herren	Freitag	19.00 – 22.00 Uhr	G	Kevin Dahmann
U10	Samstag	12.00 – 14.00 Uhr	G	Ren'e Lebrun

Volleyball

Mädchen und Jungen ab 10 J.	Dienstag	17.30 – 19.00 Uhr	Ges.	Klaus Wellmann
Damen Freizeit – Ausgleichs-sport	Dienstag	20.00 – 22.00 Uhr	Ges	Sonja Sommer / Andrea Mersheim
Hobbygruppe von 16 – 30 Jahre	Dienstag	18.30 – 20.15 Uhr	G 1/3	Janine Gerke
Hobbyliga Damen / Herren	Dienstag	20.15 – 22.00 Uhr	G 1/3	Andreas Olszewski
Mädchen und Jungen ab 10 J.	Freitag	16.00 – 18.00 Uhr	Ges	Klaus Wellmann
Hobby-Mixed-Gruppe	Freitag	18.00 – 20.00 Uhr		Rainer Tambach

Badminton

Jugendliche und Erwachsene	Dienstag	20.00 – 22.00 Uhr	L	Andre Hilker
Jugendliche und Erwachsene	Donnerstag	19.00 – 22.00 Uhr	L	Andre Hilker
Jugendliche	Montag	17.00 – 19.00 Uhr	G	Betina Hilker / Maik Sauer / Ingo Grusmann

Wettkampfspielbetrieb:

Tischtennis	Samstag	13.30 - 22.00 Uhr	G
Basketball	Sonntag	10.00 - 22.00 Uhr	G
Volleyball	Sa./So.	14.00 - 20.00 Uhr	Ges + G

Erläuterung der Abkürzungssymbole:

Erläuterung der Abkürzungssymbole:

G	= Grundschule Turnhalle Bad Sassendorf	L	= Sporthalle Gewerbepark Lohne
G 2/3	= 2/3 Turnhalle Grundschule Bad Sassendorf	Ges.	= Gesamtschule Bad Sassendorf
G 1/3	= 1/3 Turnhalle Grundschule Bad Sassendorf	TUK	= Tagungs- und Kongresszentrum
SH/Ges.	= Schwimmhalle Gesamtschule Bad Sassendorf	LA	= Leichtathletikanlage Sportzentrum
TP	= Tennisaußenplatz am Sportlerheim	TH	= Tennishalle an der Grundschule

Stand: 04.01.2017

Verantwortlich: Westermann, Sportwart

Informationen zu einzelnen Kursen und Angeboten, erhalten Sie bei den jeweiligen Übungs- oder Abteilungsleiter.

Eine Telefonliste finden Sie auf den folgenden Seiten.

Allgemeine Fragen beantwortet unser Vereinsbüro:

Tel. 02921- 537 98

Fax 02921- 537 99

Öffnungszeiten Vereinsbüro:

Fr 16.00 - 18.00 Uhr

Sie erreichen das Vereinsbüro

jederzeit über: post@tus-bad-sassendorf.de



Telefonbuch

Bahne	Silke	ÜL Turnen 1,5 - 3 Jahre	02927	94096
Bause	Norbert	Abteilungsleiter Volleyball	02923	1575
Bierögel	Sybillе	ÜL Kinderturnen + Abteilungsleiterin	02921	93796
Bleilefens	Andreas	Tennisabteilung	02921	76253
Brunstein	Wolfgang	ÜL Jedermänner	02921	52319
Brokjans	Thomas	ÜL Hobbyfußball	02921	54696
Drepper	Jutta	ÜL Basketball Minis	02921	51778
Dahmann	Kevin	ÜL Basketball	02921	341271
Fandrey	Martina	ÜL Trampolin	02921	52697
Fleckner	Bettina	ÜL Schwimmen Aquajogging	02921	9446622
Gerke	Janine	ÜL-Volleyball Damenmannschaft	0170	7024035
Grave	Lucas	ÜL Basketball	02921	53425
Hemming	Antje	Beisitzerin	02921	51643
Hilker	Andre	Abteilungsleiter + ÜL Badminton	02923 0172	652168 2374593
Hilker	Bettina	ÜL Badminton	02923	652168
Hoffmann	Peter	ÜL Turnen	02921	943440
Hoischen	Thomas	Abteilungsleiter Tischtennis ÜL Tischtennis	02921 0175	9813135 8225122
Klassen	Dennis	ÜL Tischtennis	02921	51608
Klespe	Hans-Wilhelm "Willi"	Abteilungsleiter Basketballabteilung	02925	971230
Körber	Sebastian	ÜL Basketball	02921	80390
Koschel	Daniel	ÜL Basketball	02921	768210
Küstermeier	Jan Joscha	ÜL Basketball	0176	70838280
Lebrun	Rene	ÜL Basketball	0178	4126654
Lehmann	Georg	ÜL Turnen, ER & SIE	02945	1270
Merscheim	Andrea	ÜL Volleyball	02921	369875
Merzmann	Dorothea	ÜL, Frauen + Walking	02921	52425

Naruhn	Ingo	Sportwart Tennisabteilung Trainer Jugend	02922	2676
Neumann	Barbara	ÜL Schwimmen Aqua-Fitness	02921	910877
Neumann	Horst	Abteilungsleiter Tennis	02921	82170
Olszewski	Andreas	ÜL Volleyball Hobby-Liga-Team	02921	5599482
Papst	Sofia	Zumba	0171	2282299
Pukrop	Melanie	ÜL Basketball	02921	6605551
Reichart	Anja	ÜL Basketball	02921	77690
Rocholl	Hans Günther	Geschäftsführer	02921 0175	943638 5447006
Rosenthal	Ruth	ÜL Schwimmen f. Kinder u. Jugendl.	02922	910247
Schmidt	Heide	ÜL Turnen Step-Aerobic	02921	52266
Schubert	Ingrid	ÜL Turnen Frauenturnen	02921	81759
Schuch	Theo	ÜL Kinderturnen Sportwart Breitensport	02945 01590	9189960 4112857
Schulze	Sabine	ÜL Schwimmen Anfängerschwimmen	0171	6372094
Seume-Krewet	Miriam	Wirbelsäulengymnastik	02921	5902983
Sommer	Sonja	ÜL Volleyball	02921	51303
Stoll	Dagmar	ÜL Aerobic	02921	768190
Tambach	Rainer	ÜL Volleyball Hobbygruppe	02921	82267
Unruh	Anna	KassiererIn	0151	44505069
Wellmann	Klaus	Beisitzer ÜL Volleyball Jugend	02921 0162	9814723 1779208
Westermann	Winfried	Sportwart Wettkampfsportarten	02921 0172	2532 2344322

Infos über den Beitritt

in den TuS Bad Sassendorf

Voraussetzung für eine Teilnahme an den Sportangeboten insbesondere auch in Hinblick auf den erforderlichen Versicherungsschutz ist eine Mitgliedschaft im Verein.

Wer Mitglied werden möchte, muss eine Beitrittserklärung ausfüllen. Diese können Sie bei „Ihren“ Übungsleitern erhalten. Kündigungen sind schriftlich immer nur an den Vorstand des Vereins oder an die Geschäftsstelle mit einmonatiger Frist zum Quartalsabschluss zu richten.

Der **Jahresvereinsbeitrag** beträgt:

Der Jahresbeitrag wird jeweils zum 28.02 eines Jahres fällig und per SEPA-Lastschrift eingezogen.

	ab 2015
Erwachsene	50,00€
Für Zwei *	75,00€
Jugendliche**	28,00€
Familienhöchstbeitrag***	90,00€

*Ehepaare oder ein Elternteil mit einem Kind.

**Kinder und Jugendliche bis 27, die im elterlichen Haushalt leben oder in der

***Ehepaare mit einem oder mehr Kindern oder ein Elternteil mit zwei oder mehr Kindern (gilt auch für Kinder bis 27, die im elterlichen Haushalt leben oder in der Ausbildung sind).

In der **Tennisabteilung** zahlen Mitglieder zusätzliche zu den vorher genannten Grundbeiträgen folgende jährliche Zusatzbeiträge (eine einmalige Aufnahmegebühr wird z.Z. nicht erhoben):

Zusatzbeiträge für die Tennisabteilung

	ab 2015
Erwachsene	75,00€
Für Zwei *	112,50€
Jugendliche**	42,00€
Familienhöchstbeitrag***	137,00€

Zusätzlich besteht die Verpflichtung bestimmte Pflegearbeiten an den Platzanlagen mit zu übernehmen oder dafür Beträge zu entrichten.

In der **Basketballabteilung** wird für jeden Spielerpassinhaber ein jährlicher Sonderbeitrag von 25,00€ erhoben.

Bei verschiedenen weiteren Sporttätigkeiten können zusätzliche Gebühren anfallen. Bitte informieren Sie sich in der Geschäftsstelle: Tel.: 02921 / 53798.

Beitrittserklärungen erhalten Sie bei den jeweiligen Übungsleitern und in der Geschäftsstelle.



Impressum

Herausgeber:

Turn- und Spielverein Bad Sassendorf 1920 e.V.
Postfach 1210
59505 Bad Sassendorf



Redaktionsschluss: Im Januar 2017

Die Artikel über die Abteilungen in diesem Heft wurden von den jeweiligen zuständigen Abteilungs- oder Übungsleitern verfasst. Diese sind selbst für den Inhalt verantwortlich.



Auflage: 1500 Stück



Redaktion: Tanja Pritchard



Layout: Holger Busch



**Weitere Informationen erhalten Sie
auf unserer Website:**

<http://www.tus-bad-sassendorf.de>



Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an die
Geschäftsstelle des TuS Bad Sassendorf 1920 e.V.



Tel.: 0 29 21 / 53 798

Fax: 0 29 21 / 53 799

E-Mail: post@tus-bad-sassendorf.de



Öffnungszeiten:

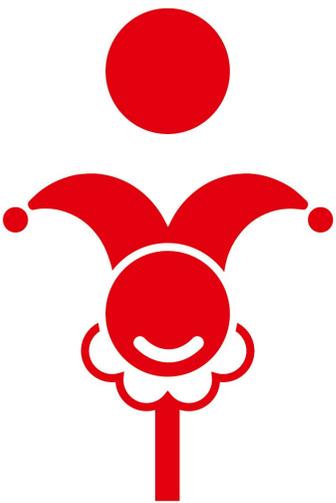
Freitags 16:00h bis 18:00h



©jackfrog-Foto/ia.com



Mehr ist einfach.



www.sjoker.de

Wenn das Konto zu den Bedürfnissen von heute passt.

Das Girokonto Joker bietet viele Vorteile und exklusive Angebote.



 **Sparkasse Soest**