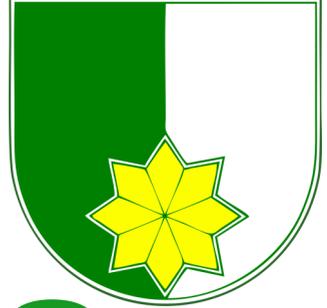


Turn- und Spielverein
Bad Sassendorf
1920 e.V.



T u S Info



2019



Grußwort

Liebe Vereinsmitglieder,

das neue TuS-Info 2019 ist frisch gedruckt. Sie/Ihr finden (findet) Bilder und Berichte von Highlights in 2018 und Programme und Pläne für 2019. 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. Es ist ein ansprechendes und informatives Heft entstanden. 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 rege Nachfrage im Breitensport ist ein Beweis für die Attraktivität unseres weit gefächerten Angebotes. Insbesondere wurde das Angebot für unsere Kinder und Senioren ausgebaut. Kinderturnen und die Schwimmenlern-Gruppen weisen die meisten Aktiven in unserem Verein auf. Sport zur Persönlichkeitsbildung und als Gesundheitsvorsorge spielt eine immer wichtigere Rolle. Deshalb hat für den Vorstand eine intensive Weiterbildung der Übungsleiter einen hohen Stellenwert. Mit der soliden Finanzlage unseres Vereins ist eine gute Ausstattung mit Sportgeräten für alle Gruppen sichergestellt.

Der allgemein beklagte demographische Wandel betrifft stark unseren Wettkampfsport. Die Teilnehmerzahlen im aktiven Wettkampfsport nehmen deutlich ab. Wobei die solide Leistung der Tennismannschaften und die Ligaplatzierung der Tischtennis-Herren eine gute Werbung für unseren Verein sind. Hoffnung macht auch die wieder gegründete

Leichtathletikgruppe. Eine sehr positive Entwicklung zeigt sich bei der Volleyballabteilung.

Die Präsentation unseres Vereins im Internet unter www.tus-bas-sassendorf.de wird zurzeit neu gestaltet. Die Datenschutzgrundverordnung wird praktikabel und rechtsicher integriert. Mit zeitnahen Berichten von Ereignissen in den Abteilungen kann unsere Website noch deutlich attraktiver werden. Dieses stärkt die interne Kommunikation und ist eine tolle Werbung für neue Mitglieder. Meine Bitte richtet sich nun an alle Abteilungen, dieses Medium intensiv und aktuell zu nutzen.

An dieser Stelle ein ganz herzliches „Danke schön“ an all diejenigen, die sich unermüdlich, ehrenamtlich für die Vereinsarbeit als Sportwarte, Abteilungsleiter oder im Vorstand einsetzen. 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 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.

Grußwort

Die vielfältigen sportlichen Aktivitäten in den Abteilungen zeigen, dass die Angebote des Vereins ankommen. Für das Vereinsleben sind gesellige Veranstaltungen sehr förderlich. Damit kann die Identifizierung mit dem TuS deutlich gefördert werden. Jeder Vorschlag zur Verbesserung ist herzlich willkommen. Vielleicht finden sich in 2019 einige Aktive für den Neustart eines gemeinsamen Festes. Auf alle Fälle feiern wir feste mit zum 50. Geburtstag unserer Gemeinde Bad Sassendorf am 29. und 30. Juni im Kurpark.

Das Jahr 2019 hat gerade begonnen. 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



Inhalt

6	Badminton	45	Zumba
10	Basketball	52	Schwimmen
15	Turnen	58	Volleyball
20	Kinderturnen	65	Tischtennis
34	Power X Training	68	Sportangebote
41	Er & Sie - Gruppe Präventive Wirbel- säulengymnastik	72	Telefonbuch
48	Tennis	74	Infos über den Beitritt / Impressum

Aktuelle Informationen

...bekommen Sie auf unserer Homepage:
<http://www.tus-bad-sassendorf.de>

Badminton

Badminton TuS Bad Sassendorf

Spielen, wo + weil Badminton Spaß macht

Jeden Montag von 17 bis 19 Uhr haben jugendliche Badmintoninteressierte in der Sporthalle der Sälzergrundschule Bad Sassendorf die Möglichkeit den Federbällen hinterherzujagen. Dort bieten wir den Jugendlichen ein weitgefächertes Trainingsprogramm an, wobei der Spaß an erster Stelle steht.



Badminton

Auch erwachsene Badmintoninteressierte können sich Dienstags- und Donnerstagsabends in der Sporthalle Im Lohner Klei zusammenfinden (Di. 20-22Uhr, Do. 19-22Uhr).

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

Geleitet wird die Badmintonabteilung von André Hilker, dieser wird unterstützt von Bettina Hilker, Ingo Grusmann und Maik Sauer.

Neben unserem regelmäßigen Treffen in der Sporthalle bieten wir auch jedem Mitglied an, in der Umgebung an Turnieren und Freundschaftsspielen teilzunehmen.



Badminton

Außerdem gehört fast jedes Jahr auch ein Besuch bei den Deutschen Meisterschaften in Bielefeld und bei den Yonex German Open in Mülheim an der Ruhr mit zu unserem Programm.

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

Für Neulinge in dem Sport haben wir letzten Sommer einige Schnupperstage beim Ferienspaß über das Jugendzentrum Bad Sassendorf angeboten.

Durch unser Angebot mit kreativen Spieleinlagen haben einige Jugendliche unseren geliebten Sport kennengelernt und sich dazu entschieden, uns auch beim normalen Jugendtraining zu besuchen.



Auch außerhalb der Sporthalle wird einiges unternommen. So veranstalten wir jedes Jahr eine Weihnachtsfeier und treffen uns auf dem Soester Weihnachtsmarkt.

Auch der Besuch anderer Veranstaltungen gehört bei uns mit dazu, wozu jeder herzlich eingeladen ist.

Badminton

Da wir seit längerem im 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.

Basketball

Paderbornfahrt am 24.02.2018

Rund 30 basketballbegeisterte Eltern, Kinder sowie aktive Spieler/innen nahmen an der Abteilungsfahrt nach Paderborn teil. Die Paderborner Basketballer traten gegen die Hebeisen White Wings Hanau an und wurden durch die Sassendorfer Basketballer tatkräftig unterstützt. Auch dieses Mal durften die Kinder vor dem Spiel mit den Spielern der Uni Baskets Paderborn auf das Spielfeld einlaufen. Es war ein sehr gelungener Abend. Alle hatten viel Spaß und freuen sich bereits auf die nächste Fahrt im März 2019.



Mixed-Turnier / Saisonabschluss am 30.06.2018

Am Samstag um 14:00 Uhr startete die Feierlichkeit mit einem Mixed-Turnier in der Sälzer Grundschule. Hier wurden Spieler der aktuellen Teams durcheinander gemischt und traten gegeneinander an. Im Anschluss an den sportlichen Teil wurde zu einem gemeinsamen Grillen mit Eltern und allen aktiven wie passiven Mitgliedern der Basketballabteilung geladen.

Basketball

Ostercamp vom 07.04.2018 bis 08.04.2018

Unter Leitung von Christof Lurse vom BC 70 Soest wurde das Ostercamp der TuS Basketballer zu einem erfolgreichen Wochenende. Die teilnehmenden Kinder wurden mit verschiedensten Übungen und Spielen an den Sport herangeführt. Ziel war es, neue Kinder für die Abteilung zu gewinnen, da mit einer neu gegründeten Mannschaft



auch neue Spieler/innen gesucht wurden. Das Ostercamp soll im neuen Jahr erneut ausgerichtet werden.

Basketball

Unsere Teams:

Minis U 8

Die Jüngsten in unserer Abteilung sind unsere Minis U 8.

Schon 5jährige sind begeistert vom Basketball. Das Training besteht hauptsächlich aus Spielformen und kleinen Technikeinheiten. Das Team steht noch nicht im Spielbetrieb, weshalb der Spaß am Sport im Vordergrund steht.

Neben dem Basketballspielen werden auch Regeln, Werte und Sozialkompetenz vermittelt.

Das Training findet jeden Freitag in der Zeit von 15:00 Uhr – 16:30 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule statt.

Die Mannschaft wird von Jutta Drepper trainiert und freut sich jederzeit über neue Spieler/innen.

Bei Fragen wendet euch an:

Jutta Drepper – Tel.: 02921 / 51778

U 12.1

Die erste Mannschaft der U 12 Altersklasse steht unter der Leitung von Trainer Jan-Joscha Küstermeier.

Das Team ist als AK-Mannschaft (außer Konkurrenz) im Spielbetrieb der Kreisliga erfolgreich und peilt als Saisonziel den ersten Platz an. Als Klassenziel hat Trainer Jan Joscha Küstermeier den Aufstieg im Visier.

Die Mannschaft trainiert samstags von 12:00 Uhr – 14:00 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule.

Bei Fragen wendet euch an:

Jan Joscha Küstermeier - Tel.: 0176 / 70838280

Basketball

U 12.2

Das Team von Phillip Hilbenz wurde vor der Saison 2018/2019 neu ins Leben gerufen und nimmt bereits wie die erste Mannschaft am Spielbetrieb teil. Im Vordergrund stehen hier der Spaß am Spiel und die Gewinnung neuer Spieler/innen für die Altersklasse.

Das Training findet dienstags von 16:00 Uhr – 18:00 Uhr und freitags von 17:30 Uhr – 19:00 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule statt.

Bei Fragen wendet euch an:

Phillip Hilbenz: 01516 / 1447148

Hobbydamen

Das Hobby-Damenteam wurde im Sommer 2018 als neue Mannschaft gegründet. Willkommen sind alle Damen, die Basketball spielen möchten, ohne am Ligabetrieb teilzunehmen. Erfahrene Spielerinnen sowie Neueinsteigerinnen sind hier genau richtig. Geleitet wird die Gruppe von Nathalie und Alexander Schiewe. Neben Übungs- und Technikeinheiten steht auch der Spaß am Spiel im Vordergrund.

Die Damen treffen sich jeden Montag von 18:30 Uhr – 20:00 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule.

Bei Fragen wendet euch an:

Alexander Schiewe – Tel.: 01575 / 1091477

Hobbyherren

So wie das Damenteam wurde auch das Hobby-Herrenteam im Sommer 2018 neu gegründet. Hierzu eingeladen ist jeder, der Spaß am Basketball hat, aber auch Neueinsteiger, die als Spieler Erfahrungen in dem Sport sammeln möchten. Die Trainingseinheiten bestehen aus einem lockeren Warm-Up sowie anschließenden Spielen.

Basketball

Getroffen wird sich jeden Sonntag von 17:00 Uhr – 19:00 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule.

Bei Fragen wendet euch an:

Phillip Hilbenz – Tel.: 01516 / 1447148

Herren

Seit Jahren behauptet sich das Herrenteam erfolgreich in der Bezirksliga. Leistungsorientierte Spieler mit Spaß am Wettkampf sind hier genau richtig

Die Mannschaft wird geleitet von Marcel Krufft und trainiert montags und freitags jeweils von 19:00 Uhr – 21:00 Uhr in der Sporthalle der Sälzer-Grundschule.

Willkommen ist jeder männliche Interessent ab 18 Jahren mit Basketballerfahrung. Im Training werden unter anderem Taktik, Spielverständnis und das Zusammenspiel gefördert.

Außerhalb des Saisonbetriebes besucht das Herrenteam zur Saisonvorbereitung das alljährliche „Wappen von Soest“. Ein Turnier, ausgerichtet vom befreundeten Nachbarverein BC 70 Soest.

Bei Fragen wendet euch an:

Marcel Krufft – Tel.: 0173 / 3471615 oder

Sebastian Körber – Tel.: 01522 / 6399561

Turnen

Lust auf Bewegung – Aerobic

Du tanzst gerne und hast Spaß an rhythmischer Bewegung zu den neuesten Charts? Du möchtest Deine Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination verbessern und nebenbei in einer Stunde zwischen 6000 und 7000 Schritte zurücklegen? Dann bist Du hier richtig!

Der Aerobic-Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene des TUS Bad Sassendorf freut sich über Verstärkung.

Wir treffen uns jeden Donnerstag von 19.00 bis 20.00 Uhr in der Turnhalle der INI-Gesamtschule.

Die Stunde beginnt mit einfachen Aerobic- und Tanzschritten zur Muskelaufwärmung. Beim folgenden Herz-Kreislauf-Training wird schrittweise eine kleine Choreographie aufgebaut. Zum Abschluss erfolgen einzelne Entspannungs- und Dehnungsübungen.

Bei diesem Kurs steht die Freude an der Bewegung und nicht die Perfektion im Mittelpunkt. Mit Spaß und Tanz fit werden oder bleiben, ist hier in einer gemischten Altersgruppe möglich.

Was Du zu einer unverbindlichen Schnupperstunde mitbringen solltest? Trainingskleidung, Sportschuhe, evtl. ein kleines Handtuch, ein Getränk und natürlich gute Laune.

Du hast noch Fragen? Dann ruf mich an: Dagmar Stoll 02921 768190

Turnen

Frauen-Fitness

Erinnert Dich die Bezeichnung „Gymnastik“ an alte Zeiten aus dem Sportunterricht? Treiben Dir die Begriffe „Liegestützen“ oder „Kniebeugen“ heute noch den Schweiß auf die Stirn? Sagst Du Dir oft, dass es doch auch abwechslungsreiche Übungen geben muss, die nicht nur zu einem schmerzfreien und gesunden Alltag beitragen können, sondern die auch noch Spaß machen?!

Hier ist die Lösung:

Jeden Mittwoch wird von 18.00 bis 19.00 Uhr in der Turnhalle der INL Gesamtschule zu motivierender Musik ein buntes Fitnessprogramm für Frauen angeboten.



Aerobic und Muskelkräftigung für den ganzen Körper gehören genauso dazu wie das Training von Koordination, Kraftausdauer und Beweglichkeit.

Spaß und Freude an der Bewegung stehen immer im Mittelpunkt.

Turnen

Das Programm wird mit und ohne (Klein)geräte durchgeführt. Zum Einsatz kommen Hanteln, Thera-Bänder, Bälle, Reifen und Stäbe. Spannende Jahresausflüge, lustige Karnevalsfeiern sowie überraschende Weihnachtsessen dürfen natürlich auch nicht fehlen.



Die diesjährige Fahrradtour ging zum Biobauernhof nach Röllingen

Also, einfach mal unverbindlich reinschnuppern! Eine lustige Frauentruppe, die immer etwas zu lachen hat, freut sich auf jeden Neuzugang.

Bitte an ein Handtuch, bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Getränk denken!

Turnen

Älter werden – fit bleiben!

Du bist über 60, hast Lust, dich sportlich zu bewegen und weißt nur noch nicht „wo und wie“?!!

Bewegung ist keine Frage des Alters. Regelmäßige körperliche Aktivität baut Muskeln auf und bringt den Stoffwechsel in Schwung.

Die Frauen der Gruppe „Montags-Bienen“ treffen sich jeden Montag von 17.00 bis 18.00 Uhr in der Sporthalle der INI Gesamtschule.

Bei flotter Musik werden die Hauptmuskelgruppen in Beinen, Armen und Rumpf gekräftigt.



Aber auch Koordinations- und Gleichgewichtstraining auf dem beliebten Balance-Pad kommen nicht zu kurz.

Damit es nie langweilig wird, kommen auch verschiedene Handgeräte wie Stäbe, Bälle, Reifen, Thera-Bänder und Hanteln zum Einsatz.

Turnen

Entspannungs- und Dehnheiten sorgen zum Abschluss der Übungsstunde für einen guten Start in die Woche.

Es wird genau erklärt und gezeigt, wie die einzelnen Übungen ausgeführt werden. Bei uns wird niemand überfordert. Du probierst aus und entscheidest selbst, was für Dich gut ist.

Bei einem gemeinsamen Ausflug im Sommer, einer Karnevalsfeier sowie einem Weihnachtsessen werden dann



auch die Lachmuskeln kräftig trainiert.

Du bist noch immer unschlüssig?!

Gib Dir einen Ruck, schau einfach zu der nächsten Stunde herein und lass Dich überzeugen, wir freuen uns über jeden Neuzugang.

Bitte an ein Handtuch, bequeme Kleidung, Turnschuhe und ein Getränk denken!

Kinderturnen

Abenteuersport beim TuS heißt...

- ◆ **Risikosituationen erleben**
- ◆ **etwas Wagen und Verantworten...**
 - ◆ **Grenzen erfahren**
 - ◆ **Ängste überwinden**
 - ◆ **Vertrauensspiele**
 - ◆ **Mutproben**
 - ◆ **Powerspiele**
 - ◆ **Kooperationsspiele**
 - ◆ **Ringern und Raufen**
- ◆ **Positive Gruppendynamik**
- ◆ **sich mit eigenen Ideen einbringen**
- ◆ **abwechslungsreiches Koordinations – und Ausdauertraining**
 - ◆ **neuesten Trendspiele**
 - ◆ **Spaß an der Bewegung**

Kinderturnen

Die Turnhalle ist als Aktionsraum für Kinder zu jeder Jahreszeit nahezu ideal. Durch den Einsatz von Klein- und Großgeräten und unter-



schiedlichen Materialien sowie die kreative Gestaltung themenorientierter Turnstunden erhalten die Kinder viele spannende Bewegungsanreize, die sie in ihrer Entwicklung ganzheitlich fördern. Beim Erlebnisturnen wird das Kind als Ganzes gefordert: Kooperation, Mut, Verantwortungsbewusstsein sowie Vertrauen in seine eigenen Stärken und zu anderen sind wesentliche Aspekte des Erlebnissports. Fanta-



sierische Stunden und ungewöhnliche Bewegungsanforderungen sind für Kinder oft mit einem nicht vorhersehbaren Ausgang verbunden. Dadurch steigt der Spannungsgehalt und das Gefühl von Wagnis reift.

Sie erleben ihre körperlichen Fähigkeiten und Grenzen und

Kinderturnen

machen zugleich intensive Gruppenerfahrungen. Sie lernen in Aufgaben zu kooperieren, zu kombinieren und sich in der Gruppe abzustimmen. Sie lösen gemeinsam in der Gruppe ein Problem, was im alltäglichen Leben nicht allzu



oft vorkommt. Sie müssen in einem zeitlich begrenzten Rahmen eine relative schnell Entscheidung treffen und diese als Gruppe umsetzen. Die Kinder erkunden ihre eigenen Grenzen, gewinnen an Selbstvertrauen, lernen anderen Kindern zu vertrauen und lösen mit ihnen gemeinsam Aufgaben in der Gruppe.

Frei nach dem Motto: „Jeder darf, keiner muss!“ Jedes Kind darf selbst bestimmen, ob es bestimmte Gerätesituationen bewältigen möchte oder nicht. Zuspruch ist selbstverständlich immer erlaubt. Auch ein „Nichtantreten“ wird in der Gruppe respektiert. In der Regel sind die Spielaufgaben für jedes Kind lösbar und das Gefühl zu erleben,



alles aus eigener Kraft geschafft zu haben, ist für die Kinder unvergesslich und gibt ihnen Sicherheit und Selbstvertrauen! Erfolgreiche Bewegungserlebnisse fördern ein größeres Zutrauen in

Kinderturnen

die eigenen Fähigkeiten! Über positive Bewegungserfahrungen entwickeln Kinder ein positives Körperbild, das eine wichtige Grundlage für ein positives Selbstbild darstellt. Emotional stabile, selbstsichere Kinder können mit alltäglichen Belastungen angemessen umgehen, Stress bewältigen. Der Abenteuersport macht die Kinder koordinativ fit und sie erfahren ein schönes Gemeinschaftserlebnis. Vor allem haben sie alle sehr viel Spaß an der Bewegung!

**Miteinander etwas erleben,
miteinander etwas erreichen,
miteinander lachen.**

Derzeit gibt es drei Abenteuer – und Erlebnisturngruppen im TuS:

6 – 8 Jährige mittwochs 15.25 – 16.25 Uhr
ÜL Sybille Bierögel, Helfer Enrico Roy

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,

In dieser Gruppe sind noch ein paar Plätze frei.
Anmeldung bei S. Bierögel, Tel.: 02921-93796



Kinderturnen

**1234, seid ihr alle hier,
5678, Achtung aufgepasst!**

**Und schon geht das Kinderturnen
für die jüngsten Sportler im TuS los!**



Es starten die Kinder von 1,5- 3 Jahren, danach kommen die 3- 4jährigen mit ihren Mamas/ Papas, Omas/ Opas oder Tanten/ Onkel! Mit deren tatkräftiger Unterstützung entstehen erlebnisreiche Geräteaufbauten! Es wird geklettert, gehangelt, gekrabbelt, gesprungen, gezogen, gespielt und und und!

Vor allem haben wir hier eine Menge Spaß!

Singen und Tanzen sind ein wichtiger Bestandteil und kommen in den Begrüßungs- und Abschlussrunden nicht zu kurz!

Mehr Informationen erhalten Sie unter der Nummer 02927/ 94096
Momentan stehen nur wenige Plätze ab Sommer 2019 zur Verfügung.

Kinderturnen 1,5- 3 Jahre dienstags 15.30- 16.30Uhr
Kinderturnen 3- 4 Jahre dienstags 16.30- 17.30 Uhr
Übungsleiterin: Silke Bahne

Trampolin

Erlebnisreicher geht es nicht. Trampolinsport bringt Dich an deine Höchstleistungen und vermittelt Kondition, Kraft und Ausdauer.

Mit langsamen Schritten und geschulten Augen des Teams wirst Du immer mehr an die Schwerelosigkeit herangeführt, sodass die verschiedenen Grundsprünge (Sitz, Bücke und Grätsche) erlernt werden. Darauf werden wir dann den Salto aufbauen der Dich dann dazu befähigt, selber verschiedene Koordinationssprünge zu tätigen.



Mit viel Spaß, gestärkten Rückrad- und gaaaanz viel Selbstvertrauen wirst du immer donnerstags, in der Zeit von 17.30 bis 19.00 Uhr die Halle mit einem Lächeln verlassen und freust Dich schon auf eine neue Trainingseinheit.

Martina Fandrey

Anmeldung erforderlich: 02921-52697

Kinderturnen

Weihnachtsturnfest der Kinderturnabteilung

Zu Beginn begrüßte Turn-Abteilungsleiterin Sybille Bierögel die zahlreichen Gäste. Es haben nahezu 200 Kinder mit ihren Familien an dem Weihnachtsturnfest teilgenommen.



Unsere neue Gruppe „Dancing Feet“ eröffnete das Fest mit einer bezaubernden Tanz – Choreografie „Die Eiskönigin“. Anschließend traten die Turngruppen im Alter zwischen 6 – 14 Jahren mit unter-

schiedlichen Darbietungen auf: Die 6 – 8 Jährigen zeigten turnerische Elemente von der Rolle vorwärts bis zum Überschlag.

Die Gruppe der 8 – 14 Jährigen präsentierten waghalsige Mutproben:

Vom Sprung in die Arme der Gruppe bis hin zur kippenden Mauer bewiesen die Kinder ihren Mut: Sie erleben Risikosituationen, überwinden ihre Ängste und bauen Vertrauen zu ihren Mitspielern auf.



Anschließend begrüßte Herr Bahlmann als 1. Vorsitzender alle Familien und würdigte die ehrenamtliche Tätigkeit der Übungsleiter und Helfer beim Kinderturnen.

Kinderturnen

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 viele Gerätestationen 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.

Kinderturnen



Kinderturnen

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 eine Rollrutsche anschaffen, die von allen Gruppen genutzt werden kann. Zum Abschluss führten die „Dancing Feets“ einen Weihnachtsmanntanz auf und verteilten die großen Geschenksäcke an die einzelnen Turngruppen. In diesem Jahr hat jedes Kind eine Trinkflasche mit dem TuS Logo erhalten. Mehr Fotos können auf der Homepage tus-bad-sassendorf.de eingesehen werden.



Kinderturnen

Kinder-Leichtathletik

Jeden Freitag trainieren wir die Grundtechniken Laufen, Werfen, Springen. Auch die Ausdauer und Koordination darf dabei nicht fehlen.



Mit sehr viel Eifer und Freude kommen die Kinder zum Training.

Um Erfahrungen im Wettkampfbereich zu bekommen, besuchen wir Laufwettbewerbe und Wettkämpfe. In der letzten Saison auch mit großem Erfolg und vielen Podestplätzen.

Kinderturnen

Bei uns wird Respekt und Fairness groß geschrieben und der Teamgeist durch verschiedene Aktionen gestärkt. Die Kinder verbessern nicht nur ihre sportliche, körperliche Entwicklung sondern auch Spaß an der Gemeinschaft.

Da die Gruppen derzeit sehr gut besucht sind und wir eine Warteliste haben, bitten wir bei Interesse um vorherige Absprache.
Trainingszeiten: Immer Freitags in der Turnhalle der Grundschule oder auf dem Sportplatz

Gruppe 1

Alter 6-9 Jahre

15:00-16:00 Uhr

Gruppe 2

Alter 10-13 Jahre

16:15-17:30 Uhr



Übungsleiter:

Claudia Berge 02921/3454355

Andreas Tuneke 02921/672533

Kinderturnen

Eltern - Kindturnen am Samstag

für 1,5 – 3 Jährige mit Theo

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

Eltern haben am Samstag zusammen mit ihren Kindern die Möglichkeit, sich 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 sind noch ein paar Plätze frei.

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



Kinderturnen

Kinderturnen für 4 - 6 Jährige mit Theo und Tobias

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. Außerdem steht der Spaß bei vielen Spielen im Vordergrund.



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

Helfer: Tobias Zimmel

Freie Plätze auf Nachfrage.

Anmeldung bei Theo Schuch:

0159-04112857 oder 02945/9189960



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. Immer freitags von 21:00 Uhr – 22:00 Uhr in der Turnhalle der INI Gesamtschule.



Weitere Infos auf der Web-

seite des TUS und unter www.fitgesundzufrieden.de

Also vorbeischaun, auspowern und Spaß haben.

Anmeldung bei Achim Geisler: 0178-1876716

Wie wird man Mitglied?

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

Erwachsene	50,00 €	In der Basketballabteilung wird für jeden Spielerpassinhaber ein jährlicher Sonderbeitrag von 25,00€ erhoben.
Für Zwei *	75,00 €	
Jugendliche**	28,00 €	Beim Anfängerschwimmen wird eine einmalige Gebühr von 15,00€ erhoben.
Familienhöchstbeitrag***	90,00 €	

Bei verschiedenen weiteren Sporttätigkeiten können zusätzliche Gebühren anfallen.

Bitte informieren Sie sich bei den Übungsleitern oder in der Geschäftsstelle.

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 Beträge zu entrichten.

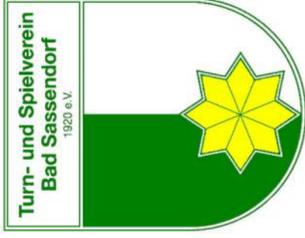
Erklärungen:

* 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.

Die Beitrittserklärung können Sie
an dieser Stelle
in der Heftmitte heraustrennen.



Beitrittserklärung

zur Mitgliedschaft im

Turn- und Spielverein Bad Sassendorf 1920 e.V.

1. _____ Straße, Hausnummer
Name, Vorname

PLZ _____ Ort _____ Sportart, Gruppe und Name des Übungsleiters

_____ E-Mailadresse
Geburtsdatum _____ Telefon

Diese Beitrittserklärung soll gleichermaßen für folgende Familienmitglieder gelten:

2. _____ Name, Vorname, Geburtsdatum, Sportart und Name des Übungsleiters

3. _____ Name, Vorname, Geburtsdatum, Sportart und Name des Übungsleiters

4. _____

Die Hinweise zur Verarbeitung meiner Daten im Verein, einzusehen unter www.datenschutz.tus-bad-sassendorf.de habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen.

Eintritt zum: 01. ____ . ____

Unterschrift (bei minderjährigen ein Erziehungsberechtigter)

Einzugsermächtigung / Lastschriftmandat / Gläubiger ID: DE60ZZZ00000281935

Ich ermächtige den TuS Bad Sassendorf 1920 e.V. Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom TuS Bad Sassendorf auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Die Mandatsreferenz ist die Mitgliedsnummer.

IBAN

BIC

Geldinstitut

Name des Girokonto – Inhaber

Ort

Datum

Unterschrift des Kontoinhabers

Die Beitrittserklärung können Sie
an dieser Stelle
in der Heftmitte heraustrennen.

Turnen - Er & Sie

40 Jahre ER & SIE

In diesem Jahr feiert die ER & SIE-Turngruppe ihr 40jähriges Bestehen.

Die ER & SIE-Gruppe entstand aus der damaligen „Jedermann-Gruppe“, der nur Herren angehörten und die nicht mehr ausreichend Teilnehmer hatte. So kamen im Jahr 1978 Aloys Caspar und Alfons Oehl auf die Idee, doch die Damen dazu zu bitten. Seit dieser Zeit trafen sich die Sportfreunde der ER & SIE-Gruppe jeden Freitag von 20.00 Uhr bis 22.00 Uhr.

Seit April 2017 finden Gymnastik und Spiel sowie auch „Klönen“ nur noch von 20.00 Uhr bis 21.00 Uhr statt. Geleitet wird die Gruppe seit nunmehr 30 Jahren von



Übungsleiter Georg Lehmann und im Verhinderungsfall des Übungsleiters von Inge Brusis.

Auch auf Geselligkeit wird in der Gruppe Wert gelegt. Das Alter der Teilnehmer bewegt sich von 60 bis 86 Jahren. Im Durchschnitt nehmen etwa 12 Sportbegeisterte an jedem Freitag teil. Im vergangenen Jahr konnten 3 neue Teilnehmer gewonnen werden.

Alle Damen und Herren oder auch Paare, die Interesse haben, an den Übungsstunden teilzunehmen, können sich gern an den TuS oder an den Übungsleiter wenden oder direkt am Freitag um 20.00 Uhr zur Turnhalle der INI-Hauptschule kommen.

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 Stützmuskulatur 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

Turnen - Fit-Mix

Fit-Mix ist ein Ganzkörpertraining für alle, die fit werden oder bleiben wollen.

Mit unterschiedlichsten Varianten wie Stepaerobic, Aerobic sowie gezielte Kräftigungsübungen für Beine, Po, Bauch wird dein ganzer Körper trainiert. Zu motivierter Musik kannst Du Dich auspowern und jede Menge Spaß haben.

Grund- oder Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte ein Handtuch, feste Hallenturnschuhe, angemessene Sportbekleidung und ausreichend Trinken mitbringen.

Immer Mittwochs von 19.00 -20.00 Uhr in der INI Turnhalle

Ich freue mich auf euch, eure Sofia

Anmeldung bei Sofia Papst: 02921-9814374





ZUMBA®

Tanzen, Schwitzen, Rhythmus spüren!

Tanz dich fit!

ZUMBA Fitness ist eine eigene Trainingsform kombiniert aus Latein-amerikanischen 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 macht die Anstrengung 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



Turnen

Jedermänner

Seit über 50 Jahren besteht nun schon die Gruppe der Jedermänner und immer wieder ist es jeden Montag erstaunlich zu sehen, wie viele motivierte und fitte Männer den Weg in die Sporthalle der INI Gesamtschule finden.

Zu Beginn wird eine halbe Stunde Hockey gespielt, wobei sich viele schon mal so richtig austoben können. Dann folgt eine knappe Stunde Gymnastik mit Doro, bei der Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und natürlich Spaß nicht fehlen dürfen. Zum Abschluss geht es dann noch ins Lehrschwimmbecken zur Muskelentspannung.

Auch das Gesellige darf bei den Jedermännern nicht fehlen. In den Sommerferien werden abwechslungsreiche Fahrradtouren durch die Soester Börde unternommen. So manches Schützenfest und so manche Biergarten wurden besucht.

Jedes Jahr steht auch eine große Radtour an. Am 18.08.2018 trafen sich, man glaubt es kaum, über 30 Jedermänner bei Wolfgang Brunstein zum Frühstück. Gestärkt ging es dann durch das schöne Lippetal Richtung Cappel. In der Schleuse wurde eine leckere Mittagsrast gemacht. Auf dem Rückweg wurde noch der Saloon bei der Keßler Mühle angefahren. Ein toller Tag bleibt in Erinnerung.

Turnen

In der ersten Hälfte des Jahres haben die Jedermänner sich, dank Andreas Ruth, in der Ersten Hilfe fortgebildet. An mehreren Abenden gab uns Andreas hilfreiche Tipps mit auf den Weg, die wir hoffentlich so schnell nicht anwenden müssen.

Am Jahresende gibt es immer wieder eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier mit einem Jahresrückblick, leckerem Essen und kühlem Bier. Ein Schnäpschen ist auch immer dabei.

Also, wer Interesse hat, männlich ist, die 50 erreicht hat und etwas für die Gesundheit und die Geselligkeit tun möchte, ist Montag abends ab 19:30 Uhr in der INI Sporthalle willkommen.

Eure Doro



Tennis

TUS Tennisjahresrückblick Sommer 2018

7 Erwachsenenmannschaften der Tennisabteilung des TUS Bad Sasendorf gingen im Sommer 2018 auf Punktejagd.

2 Damen und 5 Herrenteams.

Damen:

Die Damen 30 spielten in der Verbandsliga. Leider konnte die Klasse verletzungsbedingt nicht gehalten werden. Der sofortige Wiederaufstieg wird angestrebt. Im Winter 2018/2019 wird in der VL gespielt.

Der Altersklassenwechsel von Damen 50 in die Damen 55 gelang natürlich ohne Probleme. Als Viererteam belegten die Damen um MF Hilde Westermann einen 4. Platz in der Bezirksliga.

Herren:

Die Herrenmannschaft spielte in der Kreisklasse. Die Mannen um MF Arnold Weiland belegten Platz 3!!!

Die Herren 30 haben sich in der Kreisliga etabliert und wurden Vizemeister. Für 2019 wird der Aufstieg anvisiert.

Die Herren 50 spielten als Aufsteiger in der Bezirksliga. Der Klassen-

Tennis

erhalt ist als toller Erfolg zu bewerten. Platz 4 war es am Ende. Jetzt steht ein Altersklassenwechsel Richtung 55 an.

Die Herren 60 mussten leider zu Beginn der Saison die Mannschaft verletzungsbedingt zurückziehen. Der automatische Abstieg war die Folge. 2019 wird ein neues Team um MF Uli Stiller in der Herren 65 aufschlagen.

Die Herren 65 wurden Vizemeister in der Kreisliga. Für nächstes Jahr ist auch hier ein Altersklassenwechsel in die Herren 70 geplant. Erstmals würde der TuS dann in dieser Altersklasse eine Mannschaft melden.

**Jugend 2017: Mädchen U 18 holt den Titel u.
 Jungen U18 werden Vizemeister**

Sehr erfolgreich waren unsere Jugendteams im U18 Bereich! Die Mädchen gewannen ihre Gruppe und die Jungen wurden Zweiter. Weiter so!!!

Erstmals meldeten wir auch eine U10 Gemischt. Ein Sieg und ein Unentschieden waren ein prima Erfolg.

Ingo Naruhn (Sportwart)

Tennis

40 Jahre Tennisabteilung im TuS

Am 28. Juli 2018 feierte die Tennisabteilung ihr 40jähriges Jubiläum auf der Terrasse des Vereinsheimes. Bei wunderschönem Wetter trafen sich ca. 50 Mitglieder um bei kühlen Getränken und Gegrilltem, um über die vergangenen Jahre zu plaudern. Von den Gründungsmitgliedern waren Hans Lahoff und Ingo Sommerfeld anwesend.

Hier ein kurzer Rückblick auf 40 Jahre:

Am 12. Juni 1978 fand im restlos überfüllten Forellenhof die Gründungsversammlung statt. Der Gründungsvorstand war komplett und bestand aus Jochen Otte (Abteilungsleiter), Hans Lahoff (Geschäftsführer), Ingo Sommerfeld (Kassierer) und Klaus Rocholl (Sportwart).

Am 23. Juni 1979 begannen die Arbeiten für die ersten 3 Plätze und am 17. Juli 1979 erfolgte die Schlussabnahme.

Beim ersten Arbeitseinsatz im Frühjahr 1980 konnte man 41 freiwillige Helfer begrüßen.

Heute unvorstellbar. Erinnerung soll auch sein an die legendäre Zeit des Wohnwagens.

Unsere älteren Mitglieder schwärmen immer noch davon. Drinnen wurde gefeiert und draußen spielten die Kinder.

Tennis

Schon im Jahr 1980 wurden die Plätze 4 und 5 errichtet, da der Andrang auf den ersten Plätzen zu groß war. Am 12. September 1981 war der Baubeginn des Vereinsheimes.

Richtfest fand am 2. November 1981 statt und am 11. September 1982 die Einweihung.

Das Vereinsheim wurde fast in Eigenleistung erstellt.

Schließlich wurde 1993 noch der Platz 7 errichtet. Neben den Bautätigkeiten wurde durch die Mitglieder auch für die ausgiebige Grünbepflanzung gesorgt.

Legendär auch das über Jahre ausgetragene Doppeltournament um den Hof Hueck Pokal mit vielen Spielern aus überregionalen Vereinen.

Vergessen wollen wir nicht die Damen der Abteilung, die über Jahre ehrenamtlich für einen reibungslosen Theken- und Küchendienst gesorgt haben.

Heute hat die Abteilung 246 Mitglieder und diese Zahl ist seit einigen Jahren konstant.

Jetzt freuen wir uns zunächst einmal auf die nächsten 10 Jahre zum 50jährigen!

Horst Neumann
Abteilungsleiter Tennis

Schwimmen

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.

Die Trainingseinheiten sind in beiden Gruppen sehr abwechslungsreich gestaltet. Die Handgeräte, die Wassertiefe, die Bewegungsform und die Intensität variieren ständig. So findet jeder Teilnehmer für sich die optimale Belastung.

Bei der Aqua Fitness sorgt die Schwerelosigkeit im Wasser dafür,



dass man beim Training wenig Anstrengung verspürt. Es ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem sich Haltung, Koordination und Kondition schnell verbessern und gleichzeitig Muskeln und Gewebe gestärkt werden. Um den Trainingseffekt noch zu verstärken, setzen wir die unterschiedlichsten Materialien wie Bälle, Poolnudeln, Belegx, Mits, Schwimmbretter oder Auftriebsgürtel ein.

Durch den Druck des Wasserwiderstandes auf den Körper entsteht eine positive Kombination aus schonendem Krafttraining und speziellem Herz-Kreislauftraining.

Schwimmen



Ein positiver Nebeneffekt ist zudem ein höherer Kalorienverbrauch! Neben dem Training und dem damit verbundenem Kalorienverbrauch gibt es bei uns auch gesellige Abende und Ausflüge bei denen genau das Gegenteil der Fall ist...

So haben wir uns zum Beispiel in den Sommerferien am Möhnesee getroffen, um das schöne Wetter und das kühle Nass des Möhnesees zu genießen. Bei unserer legendären Weihnachtsfeier am Ende des Jahres, schaffen wir dann Gründe, im nächsten Jahr noch intensiver zu trainieren.

Wenn wir Euch neugierig gemacht haben, vereinbart gerne ein Probetraining mit mir!

An dieser Stelle möchte ich mich einmal bei den Übungsleitern bedanken, die im Notfall einspringen, wenn ich verhindert bin. Vielen Dank Sybille, Bettina und Thomas für Euren Einsatz.

Schwimmen

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

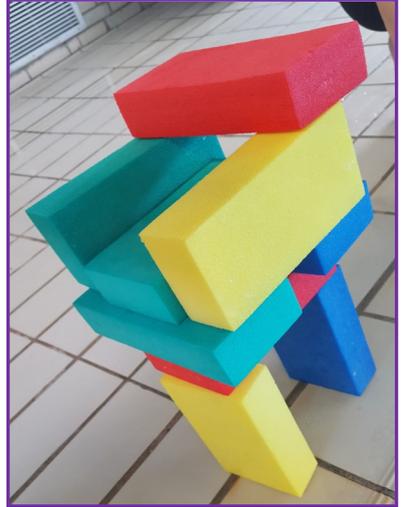


Mit Barbara und Sybille wird das Wasser im Lehrschwimmbekken zum Abenteuerspielplatz. Bei uns steht nicht das Bahnen schwimmen im Vordergrund,

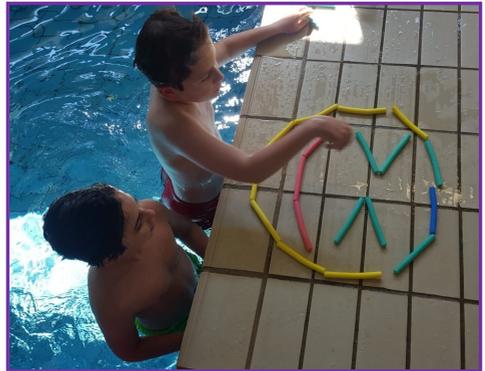


sondern Abenteuer- und Erlebnisspiele, die im Wasser einen besonderen Reiz haben. Spielerisch und mit den unterschiedlichsten Materialien werden bei den Aqua Kids Teamfähigkeit, Ausdauer, Flexibilität, Koordination, Gleichgewicht und das Zusammenspiel in der Groß- und Kleingruppen geschult.

Schwimmen



Wir erleben mit den Kids den „Herrn der Ringe“, Expeditionen in Tiefseegrotten, Eisschollen-Wettschwimmen, Piraten- und Händlerspiele aber auch Brennball, Unterwassermemory, Tauchparcours, Pyramiden-Schwimmen oder Aqua Ball. Als Voraussetzung sollten die Kids das Schwimmabzeichen in Bronze besitzen.



Eine Anmeldung ist nur über die Übungsleiter möglich.

Schwimmen

Verstärkung für Anfängerschwimmkurse gesucht!

Wir suchen Verstärkung für unser Team, um die Schwimmbildung der Kinder auch weiterhin gewährleisten zu können. Vorkenntnisse oder bestimmte Abzeichen sind nicht erforderlich.

Voraussetzungen für eine Helfertätigkeit:

- Mitgliedschaft im Verein
- Gutes Schwimmvermögen
- Mind. 14 Jahre

Bei Interesse oder Fragen bitte an S. Schulze (01716372094) wenden.

Informationen zum Anfänger-Schwimmkurs:

- ab 5 Jahren
- dienstags von 16:30 – 17:15 Uhr, von 17:15 – 18:00 Uhr und von 18:00 – 18:45 Uhr
- Anmeldungen (Warteliste) nimmt das TuS Vereinsbüro entgegen

Wir freuen uns sehr über das große Interesse an unseren Kinderschwimmkursen, können die Kinder auf unserer Warteliste aber nur von Zeit zu Zeit aufnehmen.

Übungsleiter: S. Schulze, M. Schulze, C. Wika, J. Grave



Schwimmen



Für Kinder und Jugendliche



Wann?

Montags, je nach Können, Leistung und Alter von 16:30 bis 17:15 Uhr, von 17:15 bis 18:00 Uhr oder von 18:00 bis 18:45 Uhr

Wo?

Lehrschwimmbecken in der INI-Gesamtschule
Bad Sassendorf

Was?

- bisher erlerntes Brust- und Rückenschwimmen verbessern und die übrigen Schwimmstile erlernen
- Kopf-, Start- und diverse andere Sprünge üben
- Tief- und Streckentauchen
- Transportieren und Abschleppen
- Jugendschwimmabzeichen in Silber und Gold erwerben

... und das alles mit Einsatz von jeder Menge Schwimm- und Trainingsgeräten und viel Spaß!

Bei wem?

Ruth Rosenthal, Lisa Sommer und Charlene Wika

Voraussetzung:

Jugendschwimmabzeichen in Bronze

Anmeldungen

nimmt die Geschäftsstelle des TuS Bad Sassendorf telefonisch unter 02921 / 53798 entgegen (Warteliste).

Volleyball

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

Die vor mehr als 30 Jahren gegründete Volleyballabteilung, von deren Gründungsmitglieder immer noch etliche aktiv sind, ist im Laufe der Jahre stetig gewachsen. Mittlerweile gibt es 5 Gruppen, auf die sich 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 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

Außerdem gibt es die Gemeinde-Meisterschaft – ein Mixed-Turnier für Gruppen jeder Art aus der Großgemeinde Bad Sassendorf, die sich im Volleyball gegeneinander um den Titel kämpfen. Dieses Turnier hätte auch in 2017 durch den BSC Weslarn, dem Sieger aus 2016 ausgerichtet werden sollen, diese haben aber leider nicht die personellen Möglichkeiten dies zu stemmen. Damit es nicht, wie in 2017 ausfallen muss, hat sich die Volleyballabteilung vom TuS entschlossen, in 2018 dieses Turnier wieder selbst auszurichten.

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

Volleyball

Wir bieten attraktiven Teamsport in folgenden Gruppen:

- Weibl. Jugendliche von 14 -18 J., betreut von Klaus Wellmann
- die Freizeitgruppe für „Einsteiger“- Damen / Herren jeden Alters „Volleyball, Ballspiele, Gymnastik und mehr“ von Janine Pohle
- die Hobby-Mixed-Mannschaft, trainiert von Andreas Olszewski
- die Männer-Hobbyliga-Mannschaft von Andreas Olszewski
- die Hobby-Mixed-Gruppe von Rainer Tambach

TRAININGSZEITEN:

Jugendliche von 14 - 18 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 und Hobby-Männer-Mannschaft – Sälzer-

Grundschule Bad Sassendorf, Dienstag, 19.45 – 22.00 Uhr

Frauen und Männer ab 18 J. aufwärts,

Trainer: Andreas Olszewski, Tel: 0176-20993922

Volleyball, Ballspiele, Gymnastik und mehr – Sälzer-Grundschule,

Dienstag, 18.30 – ca. 19:45 Uhr,

Trainerin: Janine Pohle **- neue Gruppe seit Januar 2018 -**

Hobby-Mixed-Gruppe – INI Gesamtschule Bad Sassendorf

Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr, Frauen und Männer von

18 – ca. 50 Jahren

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

Volleyball

Die Gruppe für weibl. Jugendliche von 14 bis ca. 18 Jahre trainiert zweimal pro Woche. Die jungen Damen trainieren hier Volleyball und nehmen seit einigen Jahren auch am Wettkampf-Spielbetrieb teil. In der vergangenen Saison spielten die älteren Jugendlichen als Damen-Mannschaft in der Kreisliga Soest. Die jüngeren Spielerinnen bis zum 15. Lebensjahr waren als weibliche Jugend U16 auf Kreisebene im Wettkampfbetrieb aktiv. In der aktuellen Saison spielen die jungen Damen auf Bezirksebene in der U20.

NEUE SPIELERINNEN, die Spaß am Sport haben, sind immer gerne willkommen. Ihr solltet mind. 14 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. Im Damenteam können natürlich auch junge Frauen über 18 mitwirken.

Neue Gruppe seit Januar 2018:

Breitensport für Einsteiger / Ballspiele / Gymnastik und mehr –

Seit Anfang 2018 ist diese neue Gruppe aktiv. Es gibt ein buntes Angebot an verschiedensten sportlichen Aktivitäten. Das Hauptaugenmerk liegt darauf, sich gemeinsam zu bewegen und sportlich aktiv zu bleiben. Jede/r beteiligt sich im Rahmen der individuellen sportlichen Möglichkeiten.

Willkommen von 18:30 bis ca. 19:45 Uhr sind alle Damen und Herren, die Ballspiele ohne den großen Wettkampfgedanken ausprobieren möchten, aber auch Lust an anderen Sportarten und etwas Gymnastik und Kräftigungsübungen haben.

Wer am Volleyballsport Gefallen findet und intensiver spielen möchte, kann jederzeit auch am Trainingsbetrieb der anderen Gruppen teilnehmen.

Volleyball

Das **Hobbyliga-Team** vereint Damen und Herren, die wochentags neben dem Training gern stärker leistungsorientiert auf Kreisebene sich mit anderen Vereinen messen möchten. Die Wettkampfspiele finden an den Trainingsabenden des jeweils gastgebenden Vereins statt.

Aktuell sind mehr Männer als Frauen aktiv. Dass hat zur Bildung von zwei Mannschaften geführt: einer gemischten Gruppe (3 Frauen und 3 Männer müssen auf dem Spielfeld stehen) und einer reinen Männermannschaft.

Beide Teams werden von Andreas Olszewski trainiert. Die Mannschaften können sich nun in unterschiedlichen Ligen im Kreis Soest mit anderen Teams messen. 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 ab 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



Daher wird an den Trainingsabenden nicht nur gespielt, sondern ergänzend eine Mischung aus Technik-, Kräftigungs- und Gymnastikübungen angeboten. Die Altersstruktur ist recht breit und reicht von 20 bis über 50 Jahre.

Weitere Mitspieler/-innen sind jederzeit willkommen!!

Wir suchen Männer und Frauen, die uns unterstützen und vielleicht sogar ein wenig verjüngen möchten.

Wie schon am Anfang erwähnt, wird in dieser Gruppe die Geselligkeit mit viel Freude gepflegt und es gibt reichlich gemeinsame Aktivitäten außerhalb der Sporthalle (Radtouren, Ausflüge, Besuche von Weihnachtsmärkten und mehr) – kein Muss sondern ein Darf.

Unser Motto: „Einfach vorbeikommen, ausprobieren und mitspielen!“

Volleyball

Die Veranstaltungen der Volleyballabteilung im Jahr 2018:

Auch in diesem Jahr hat unsere Abteilung 4 Turniere ausgerichtet:

Gestartet wurde wieder mit dem vereinsinternes Neujahrsturnier Anfang Januar gefolgt von den Turnieren im Frühjahr – das TuS-Pokalturnier um den Wanderpokal des Vereins und das Damenturnier, der „Britta-Schulze-Lohne-Cup“.

Beim Damenturnier konnte der Soester TV seinen Titel vom Vorjahr verteidigen. Die heimische Abteilung wurde mit 3 gemischten Teams von Damen aus allen Gruppen der Volleyballabteilung vertreten. Auch das TuS-Pokalturnier um den Wanderpokal des Vereins war ein rundum gelungenes Turnier. Hier treffen Mannschaften durchaus auch mit Liga-Erfahrung aufeinander, aber auch reine Hobby-Mannschaften.

Im November veranstalteten wir die Gemeindemeisterschaften als Ersatz-Ausrichter für den BSC Weslarn. Bei diesem Turnier nehmen verschiedenste Teams aus unterschiedlichen Gruppierungen aus der Großgemeinde teil, von Landjugenden, über Schulteams bis zu Vereinsmannschaften.

Wir konnten insgesamt 8 Mannschaften begeistern, sich mit Spaß und Elan zu beteiligen. 4 Teams konnte unsere Abteilung stellen und die Plätze 2 bis 4 belegen. Stärker war dieses Jahr nur der BSC Weslarn.

Bei den Volleyballern wird Integration großgeschrieben. Bei den diesjährigen Gemeindemeisterschaften waren insgesamt 8 jugendliche und erwachsene Flüchtlinge dabei. In allen Teams trainieren seit Jahren Flüchtlinge bzw. Menschen mit Migrationshintergrund.

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

Volleyball



Die 3 erstplatzierten Teams der Gemeindemeisterschaft

Neben diesen Turnieren treffen sich die Spielerinnen und Spieler

- beim jährlichen Sommergrillfest zum Saisonabschluss,
- beim jährlichen auswärtigen Weihnachtsmarktbesuch, dieses Jahr nach Altena zum Winterspektakulum auf der Burg Altena
- zur gemeinsamen Weihnachtsfeier, die immer das jeweilige Jahr abschließt.

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.....

Tischtennis

Die 1. Mannschaft des TuS entging in der Landesliga nur knapp dem Abstieg. Der Abgang von Matthias Fortmann wurde mit Heiko Raatz kompensiert, der nach einem Jahr in Bönen wieder zum TuS zurückkehrte. Thomas Hoischen entschied sich, in der dritten Mannschaft zu spielen. Die dadurch entstandene Lücke wird durch Sebastian Sigge geschlossen, der allerdings aus privaten Gründen nicht spielen kann. Hierfür wird Alexander Rupprath aus der 3. Mannschaft als „Stamm-Ersatzspieler“ in der ersten Mannschaft aushelfen. Der Rest der Mannschaft ist mit Tim Schleppege, Christian Pekrul, Björn Chomse und Marcel Aust unverändert. Die Hinrunde in der aktuellen Saison ist fast vorbei, derzeit kämpft der TuS noch gegen den Abstieg, rechnet sich aber gute Chancen auf den Klassenerhalt aus.

Die zweite Mannschaft spielt eine sehr solide Saison in der Bezirksklasse, hatte zu keiner Zeit etwas mit dem Abstieg zu tun. Personell stellt sich die Mannschaft fast identisch auf. Für Markus Stapel, der in die dritte Mannschaft ging, rückte Paul Haasmann aus selbiger auf. In der neuen Saison war das Ziel, eine ähnlich solide Saison zu spielen. Leider wurden zu Saisonbeginn ein paar Punkte liegen gelassen, so dass sich auch die Zweitvertretung im Abstiegskampf befindet. Auch hier rechnet sich die Mannschaft um Sven Rinke, Sebastian Rupprath, Christian Stöber, Rika Hartmann, Olli Hust und dem bereits angesprochenen Paul Haasmann gute Chancen aus.

Die 3. Mannschaft konnte die Meisterschaft in der 2. Kreisklasse feiern, stieg aufgrund eines freien Platzes sogar direkt in die Kreisliga

Tischtennis

auf. Personell sieht die 3. Mannschaft im Vergleich zum vergangenen Jahr fast wie ausgewechselt aus. Neben Thomas Hoischen, Matthias Gremlich, Markus Stapel und Jan Wördenweber stehen mit Arne Plewka und Alexander Rupprath lediglich zwei Stammspieler der vergangenen Saison noch im Aufgebot. In der bisherigen Saison läuft es für dritte Mannschaft ordentlich, derzeit belegt man Platz 7. Aufgrund von personellen Problemen helfen Stephan Tegethoff, David Rupprath, Dennis Klassen, Sascha Menzel und Roland Buxot regelmäßig in der 3. Mannschaft aus.

Eigentlich sind diese Spieler gemeinsam mit Lennart Effenberger in der neu ins Leben gerufenen 4. Mannschaft in der 2. Kreisklasse. Mit Lennart Effenberger hat ein Jugendlicher den Sprung in den Herrenbereich mit Bravour gemeistert. Die Saison hat sehr holprig begonnen, in den letzten Spielen konnte sich die vierte Mannschaft finden und holte die ersten Punkte.

Neben dem sportlichen Erfolg ist es beim in unserer Abteilung noch viel erfreulicher, dass die Senioren um Dieter Treue, Karl Dehlen und Klaus Rogge jeden Dienstag trainieren. Oftmals dienen Sie speziell für die jüngeren Spieler als Trainingspartner.

Herzlich Willkommen beim Turn- und Spielverein Bad Sassendorf



Sie haben Fragen zu Übungsstunden oder Gruppen?

Nehmen Sie gerne Kontakt zur Geschäftsstelle
oder zu den einzelnen Übungsleitern auf.

Tel.: 0 29 21 / 53 798

Fax: 0 29 21 / 53 799

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



Unsere Sportangebote und Telefonnummern aller
Übungsleiter finden Sie auf den folgenden Seiten...

Sportangebote

Turnen/Kinderturnen

4 – 6 Jahre Gruppe	Montag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Peter Hoffmann
1,5 - 3 Jahre Gruppe	Dienstag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Silke Bahne
3 – 4 Jahre Gruppe	Dienstag	16.30 - 17.30 Uhr	Ges	Silke Bahne
Abenteuerturnen 6 - 8 Jahre Dancing Feet	Mittwoch	15.25 – 16.25 Uhr	Ges	Sybille Bierögel / Enrico Roy Sandra Hertel
	Mittwoch	17.00 – 18.00 Uhr	Ges	
Abenteuerturnen 8 – 10 Jahre	Donnerstag	15.30 – 16.30 Uhr	Ges	Sybille Bierögel / Anika Bierögel
Abenteuerturnen 10 - 14 J. Trampolin 10 - 14 Jahre	Donnerstag	16.30 – 17.30 Uhr	Ges	Sybille Bierögel
	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
	Samstag	11.00 – 12.00 Uhr	Ges	Theo Schuch / Tobias Zimmer
Fit Mix	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Ges	Sofia Papst
Zumba	Mittwoch	20.00 – 21.00 Uhr	Ges	Sofia Papst
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	Dagmar Stoll
Gymn. für Frauen über 40	Montag	17.00 – 18.00 Uhr	Ges	Dagmar Stoll
Gymnastik und Schwimmen für Frauen über 40	Montag	18.00 – 19.30 Uhr	Ges + SH	Dorothee Merzmann
Walken	Donnerstag	19.00 – 20.00 Uhr	Schulh Ges	Dorothee Merzmann
ER & SIE (Gymnastik, Spiele,	Freitag	20.00 – 21.00 Uhr	Ges	Georg Lehmann
Power X Training	Freitag	21.00 – 22.00 Uhr	Ges	Achim Geisler
Sport für Jedermann	Montag	19.30 – 22.00 Uhr	Ges	Dorothee Merzmann
Wirbelsäulenschonende 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	Dagmar Stoll
	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
	Dienstag	ab 18.00 Uhr	LH	Theo Schuch

Leichtathletik

Laufen, Springen, Werfen	Freitag	15.00 – 16.00 Uhr	G 2/3	Claudia Berge / Fabian Quiring
	Freitag	16.15 - 17.30 Uhr	G 2/3	Andreas Tuneke / Enrico Roy

Tennis

Trainingsunterweisung für Kinder und Erwachsene (Anfänger und Fortgeschrittene)	In der Sommerzeit	TP	Ingo Naruhn Tel. 02922-2676 Mobil 01602980815
	In der Winterzeit	TH	Nachfrage in der Tennishalle Bad Sassendorf Tel. 52770

Fußball

Hobby-Spiel für Jung und Alt (Männer)	Freitag	19.00 – 20.30 Uhr	L	Wolfram Herbe
---------------------------------------	---------	-------------------	---	---------------

Schwimmen

Schwimmen für Kinder und Jugendliche, Voraussetzung: Jugendschwimmabzeichen Bronze	Montag	Gr.1: 16.30 – 17.15 Uhr	SH/Ges	Ruth Rosenthal / Lisa Sommer / Carlene Wika
		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 Gr. 2 20.15 – 21.00 Uhr	SH/Ges SH/Ges	Bettina Fleckner
Aquafitness	Dienstag	Gr.1 19.45 – 20.45 Uhr	SH/Ges	Barbara Neumann
		Gr.2 20.45 – 21.45 Uhr	SH/Ges	
Anfängerschwimmen (Kurs für Angemeldete) Tel. 02921 – 53798	Dienstag	Gr.1 16.30 – 17:15 Uhr Gr.2 17:15 – 18:00 Uhr Gr.3 18.00 – 18.45 Uhr	SH/Ges SH/Ges SH/Ges	Sabine Schulze / Marco Schulze / Charlene Wika / Julius Grave
Aqua Kids 10 – 14 Jahre	Mittwoch	Gr.1 16.45 – 17.45 Uhr	H/Ges	Sybille Bierögel / Barbara Neumann

Tischtennis

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

Basketball

Damen Hobby	Montag	18.30 - 20.00 Uhr	G	Alexander Schiewe
Herren	Montag	20.00 - 22.00 Uhr	G	Marcel Krufft
U 12.2	Dienstag	16.00 – 18.00 Uhr	G	Anja Reichart
U 10	Freitag	15.00 - 16.30 Uhr	G	Jutta Drepper
U 12.2	Freitag	17.30 – 19.00 Uhr	G	Philipp Hilbenz
Herren	Freitag	19.00 – 22.00 Uhr	G	Marcel Krufft
U12.1	Samstag	12.00 – 14.00 Uhr	G	Jan Joscha Küstermeier
Herren Hobby	Sonntag	17.00 - 19.00 Uhr	G	Philip Hilbenz

Volleyball

Weibliche Jugendliche ab 15 Jahre und junge Frauen	Dienstag	17.30 – 19.00 Uhr	Ges	Klaus Wellmann
Weibliche Jugendliche ab 15 Jahre und Junge Frauen	Freitag	16.00 – 18.00 Uhr	Ges	Klaus Wellmann
Breitensport ab 35 Jahre	Dienstag	18.30 – 19.45 Uhr	G 1/3	Janine Pohle
Hobby Herren und Hobby Mixed. Damen u. Herren ab 18 Jahre	Dienstag	19.45 - 22.00 Uhr	G 1/3	Andreas Olszewski
Hobby-Mixed-Gruppe Damen/Herren ab 18 Jahre	Freitag	18.00 – 20.00 Uhr	Ges	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	Bettina Hilker / Maik Sauer / Ingo Grusmann

Wettkampfspielbetrieb:

Tischtennis	Samstag	12.00 - 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: 01.02.2019

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
Berge	Claudia	ÜL Leichtathletik	0170	15858655
Bierögel	Sybille	ÜL Kinderturnen Abteilungsleiterin Turnen	02921	93796
Beilefens	Andreas	Tennisabteilung	02921	76253
Brunstein	Wolfgang	ÜL Jedermänner	02921	52319
Drepper	Jutta	ÜL Basketball Minis	02921	51778
Fandrey	Martina	ÜL Trampolin	02921	52697
Fleckner	Bettina	ÜL Schwimmen Aqua jogging	02921	9446622
Geisler	Achim	Power X-Training	02921 0178	380396 1876716
Grave	Lucas	ÜL Basketball	02921	53425
Grusmann	Ingo	ÜL Badminton	0179	4597286
Hemming	Antje	Beisitzerin	02921	51643
Herbe	Wolfram	ÜL Hobbyfußball	02921	6854182
Hertle	Sandra	Dancing Feet	02921	660 4949
Hilbenz	Philipp	ÜL Basketball	01516	1447148
Hilker	Andre	Abteilungsleiter + ÜL Badminton	02923 0172	652168 2374593
Hilker	Bettina	ÜL Badminton	02923	652168
Hoffmann	Peter	ÜL Turnen 3 - 6 Jahre	02921 0177	943440 6305105
Hoischen	Thomas	Abteilungsleiter + ÜL Tischtennis	02921 0175	9813135 8225122
Klassen	Dennis	ÜL Tischtennis	02921 0151	51608 40304018
Klespe	Hans-Wilhelm "Willi"	Abteilungsleiter Basketballabteilung	02925	971230
Küstermeier	Jan Joscha	ÜL Basketball	0176	70838280
Krufft	Marcel	ÜL Basketball	0173	347 1615

Lehmann	Georg	ÜL Turnen, ER & SIE	02945	1270
Merzmann	Dorothea	ÜL, Frauen + Walking	02921	52425
Naruhn	Ingo	Sportwart Tennisabteilung Trainer Jugend	02922	2676
Neumann	Barbara	ÜL Schwimmen Aqua-Fitness	02921 0160	910877 96013046
Neumann	Horst	Abteilungsleiter Tennis	02921	82170
Olszewski	Andreas	ÜL Volleyball Mixed-Team Damen/Herren	02921 0176	5599482 20993922
Papst	Sofia	Zumba + Fit Mix	0171	2282299
Pohle	Janine	ÜL-Volleyball Freizeit/ Ausgleichssport- Ballspiele Damen/Herren jeden Alters	0170	7024035
Reichart	Anja	ÜL Basketball	02921	77690
Rocholl	Hans Günther	Geschäftsführer	02921 0175	943638 5447006
Rosenthal	Ruth	ÜL Schwimmen f. Kinder u. Jugendl.	02922	910247
Rupprath	Alexander	ÜL Tischtennis	02921	53001
Sauer	Maik	ÜL Badminton	0176	61457121
Schmidt	Heide	Wirbelsäulengymnastik	02921	52266
Schuch	Theo	ÜL Kinderturnen Sportwart Breitensport	02945 01590	9189960 4112857
Schulze	Sabine	ÜL Schwimmen Anfängerschwimmen	0171	6372094
Schiewe	Alexander	ÜL Basketball	01575	109 1477
Stoll	Dagmar	ÜL Aerobic, Frauen	02921	768190
Tambach	Rainer	ÜL Volleyball Hobby-Mixed-Gruppe Damen und Herren ab 18 J.	02921	82267
Tuneke	Andreas	ÜL Leichtathletik	02921	672533
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 Ausbildung sind.

***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 2019

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>



Bei Fragen zur Mitgliedschaft oder einzelnen Gruppen 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



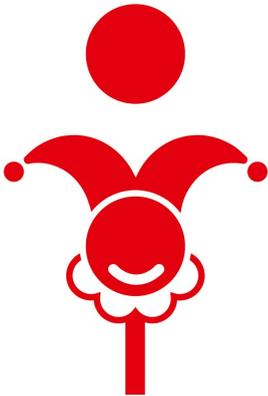
Öffnungszeiten:

Freitags 16:00h bis 18:00h





Plus ist einfach.



www.sjoker.de

Wenn das Girokonto **Jokerplus** viele Vorteile und exklusive Angebote bietet.



 Sparkasse SoestWerl