



## Übungsplan

**1. Vorsitzender: Axel Adamietz**

**WWW.TV-OBERNEULAND.DE**

**Geschäftsstelle:**

Vinnenweg 91, 28355 Bremen

Tel.: 25 92 72, Fax: 0322 2318 2490 E-Mail: tvo@tv-oberneuland.de

Öffnungszeiten: Di. 17.00–19.00 Uhr, Fr. 12.00–14.00 Uhr

Das Büro erteilt Auskünfte über alle Angebote des Vereins.

Unsere vereinseigene Sport- und Mehrzweck-Halle befindet sich auf unserem Vereinsgelände „Sportpark Eichengrund“ am Vinnenweg 91.

## Gesundheitssport

**Pilates / Kurs (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)**

Mittwoch 09.00 – 10.00 Erwachsene I Mirela Peter TVO Halle Vinnenweg

**Qi Gong / Kurs (Sandra Sonnemann, Telefon 0421 / 94 40 52 65)**

Freitag 19.00 – 20.00 offen Dong Zhao. TVO Halle Vinnenweg

**Reha-Sport für orthopädisch indizierte Beschwerdebilder. Auf ärztliche Verordnung.**

(Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)

Dienstag 09.45 – 10.30 Olga Kühnen TVO Halle Vinnenweg  
13.30 – 14.15 Olga Kühnen TVO Halle Vinnenweg

**Rückenschule / Kurse (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)**

Dienstag 10.30 – 12.00 Olga Kühnen TVO Halle Vinnenweg  
12.00 – 13.30 Olga Kühnen TVO Halle Vinnenweg

**Tai Chi (Sandra Sonnemann, Telefon 0421 / 94 40 52 65)**

Samstag 12.30 – 14.00 offen n.n. TVO Halle Vinnenweg

**Walking (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)**

Mittwoch 15.30 – 16.30 (Winter)Erw. und Jugdl. Dieter Irmer TVO Vinnenweg 91 (Treffpkt.)  
16.30 – 17.30 (Sommer)

**Wasser-Gymnastik Senioren (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)**

Dienstag 16.30 – 17.30 Damen + Herren Mirela Peter Ichon Park

**Wirbelsäulengymnastik/Orthopädisches Turnen (Kristin Kook, Tel. 0421 - 68 48 63 54)**

Mittwoch 18.00 – 18.55 Erwachsene I Kristin Kook TVO Halle Vinnenweg  
19.00 – 19.55 Erwachsene II Kristin Kook TVO Halle Vinnenweg

**Yoga / Funktionsgymnastik (Helga Vollrath, Telefon 0421 / 42 37 27)**

Freitag 10.00 – 11.30 Tülin Sensan TVO Halle Vinnenweg

# Allgemeines Sportangebot

## **Ballett** (Corinna Scheduling-Pahnke, Telefon 04298 / 46 76 36)

Donnerstag	15.15 – 16.00	Kinder ab 3 Jahre	Linda Tacke	Ballettraum Mühlenfeldstr.
	16.00 – 16.45	Kinder 4 - 5 Jahre	Linda Tacke	Ballettraum Mühlenfeldstr.
	16.45 – 17.30	Kinder ab 6 Jahre	Corinna Scheduling	Ballettraum Mühlenfeldstr.
	17.30 – 18.15	Kinder ab 10 Jahre	Corinna Scheduling	Ballettraum Mühlenfeldstr.

---

## **Basketball** (Axel Adamietz, Telefon 0421 / 32 58 08)

Montag	20.30 – 22.00	Betriebssport	Axel Adamietz	Turnhalle Curierstraße
--------	---------------	---------------	---------------	------------------------

---

## **Boule** (Gerd Thevissen, Telefon 0421 / 25 01 82)

Dienstag	14.30 – 16.30	offen	Gerd Thevissen	TVO Halle Vinnenweg
----------	---------------	-------	----------------	---------------------

---

## **Bodyfit / Bauch, Beine, Po** (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)

Dienstag*	19.00 – 20.00	Damen	Silvia van der Jagt	TVO Halle Vinnenweg
-----------	---------------	-------	---------------------	---------------------

---

## **Damen-Gymnastik** (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)

Montag	18.00 – 19.00	Damen	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg
	19.00 – 20.00	Damen	Hella Piezunka	TVO Halle Vinnenweg
Dienstag	08.45 – 09.45	Damen	Dorothee Sell-Maurer	TVO Halle Vinnenweg
	17.00 – 18.00	Damen	Dorothee Sell-Maurer	Turnhalle Uppe Angst
Donnerstag	15.30 – 16.30	Damen	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg

---

## **Eltern-Kind-Turnen** (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)

Montag	15.30 – 17.00	M/V/K 10 M–3,5 J.	Mirela Peter	TVO Halle Vinnenweg
Samstag	10.00 – 11.30	M/V/K 10 M.–4 J.	Mirela Peter	TVO Halle Vinnenweg

---

## **Faustball** (Achim Reineke, Telefon 04208 / 21 05)

Okt. – April:				
Montag	19.00 – 21.00	offen	Achim Reineke	Sporthalle Blockdiek
Mai – Sept:				
Montag	18.30 – 20.30	offen	Achim Reineke	Sportplatz Eichengrund

---

## **Gymnastik & Spiel** (Richard Wilke, Telefon 0421 / 25 56 45)

Dienstag	18.00 – 20.00	Mixed	Richard Wilke	Turnhalle Düsseldorf Str.
Donnerstag	20.00 – 21.30	Er & Sie	Lucia Hartmann	TVO Halle Vinnenweg

---

## **Kinderturnen – Spiel & Bewegung** (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)

Mittwoch	16.00 – 17.00	3 – 4 Jahre	Mirela Peter	TVO Halle Vinnenweg
	17.00 – 18.00	5 – 7 Jahre	Mirela Peter	TVO Halle Vinnenweg

**Kung Fu (Sandra Sonnemann, Telefon 0421 / 94 40 52 65)**

Dienstag	17.30 – 19.00	Kung Fu	Dong Zhao	TVO Halle Vinnenweg
Freitag	17.30 – 19.00	Kung Fu	Dong Zhao	TVO Halle Vinnenweg
Samstag	14.00 – 16.00	Kung Fu	Dong Zhao	TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	14.00 – 16.00	Kung Fu	freies Training	TVO Halle Vinnenweg

---

**Parcourtraining (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 /25 92 72)**

Montag	17.00 – 18.00	Kinder/Jugendliche 8 – 14 Jahre	Joshua Buchholz	TVO Halle Vinnenweg
--------	---------------	------------------------------------	-----------------	---------------------

---

**Prellball (Karl Pieper, Telefon 0421 / 25 27 02)**

Dienstag	19.00 – 21.00	Herren/Damen	Karl Pieper	Turnhalle Mühlenfeldstraße
----------	---------------	--------------	-------------	-------------------------------

---

**Schwimmen (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 /25 92 72)**

Dienstag	12.00 – 13.00	Senioren	Vlado Knezevic	Schwimmbad Dr. Heines
Freitag	12.00 – 13.30	Senioren	Vlado Knezevic	Schwimmbad Dr. Heines

## Feierabendschwimmen

Mittwoch	20.30 – 21.20	alle Altersgruppen	Klaus Eilers	Schwimmbad Dr. Heines
----------	---------------	--------------------	--------------	-----------------------

---

**Sportgymnastik und Spiel (Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 / 25 92 72)**

Sonabend	10.15 – 11.30	Lauffreife	Cornelia Narloch	Höpkens Ruh Oberneuland
----------	---------------	------------	------------------	-------------------------

---

**Taekwondo (Rainer Tobias, Telefon 0421 / 3 97 21 35)**

Dienstag	16.30 – 17.30	Kinder, 6 – 13 Jahre		TVO Halle Vinnenweg
	19.30 – 21.00	Jugend und Erwachsene		Ökumenisches Gymnasium
Donnerstag	17.00 – 18.00	Kinder, 6 – 13 Jahre		TVO Halle Vinnenweg
	18.00 – 20.00	Jugend und Erwachsene		TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	16.00 – 18.00	Freies Training (gem. Plan)		TVO Halle Vinnenweg

**Tanzen** (Regina Fritsch, Telefon 0421 / 42 18 56)

Montag 20.15 – 21.45 Allgemein. Tanzen Martina Ehrhard TVO Halle Vinnenweg

---

**Tennis** Karl Pieper, Telefon 0421 / 25 27 02

Adam Plewinski, Telefon 04 21 / 46 33 62

---

**Tischtennis** (Volkmar Huxoll, Telefon 04208 / 91 92 10)

Montag	18.00 – 19.30	Kinder/Jugend	Wolfgang Froese	Turnhalle Mühlenfeldstr.
	19.30 – 21.45	Herren	Wolfgang Froese	Turnhalle Mühlenfeldstr.
Donnerstag	18.00 – 19.30	Kinder/Jugend	Wolfgang Froese	Turnhalle Mühlenfeldstr.
	19.30 – 21.45	Herren/Damen	Wolfgang Froese	Turnhalle Mühlenfeldstr.

---

**Volleyball** (Christoph Deutscher, Anfragen über die Geschäftsstelle, Telefon 0421 /25 92 72)

Montag	20.00 – 22.00	2. Herren	Christoph Deutscher	Turnhalle Uppe Angst
Mittwoch	20.00 – 22.00	1. Herren	Christoph Deutscher	Wilhelm-Leuschner-Str.

Änderungen vorbehalten – Stand 17.01.2018