



# TURNVEREIN OBERNEULAND e.V.

## 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.

*Bitte beachten: Aufgrund der Corona-Verordnungen sind die Übungszeiten da wo erforderlich entsprechend z. Zt. geltenden Anforderungen angepaßt worden.*

### Gesundheitssport

**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 |
|          | 12.30 – 13.15 |  | Olga Kühnen | TVO Halle Vinnenweg |

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

|          |               |  |             |                     |
|----------|---------------|--|-------------|---------------------|
| Dienstag | 10.30 – 11.30 |  | Olga Kühnen | TVO Halle Vinnenweg |
|          | 11.30 – 12.30 |  | 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<br>(Treffpkt.) |
|----------|------------------------|-----------------|--------------|---------------------------------|

16.30 – 17.30 (Sommer)

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

|        |               |                |              |            |
|--------|---------------|----------------|--------------|------------|
| Montag | 11.15 – 12.00 | Damen + Herren | Erika Engler | Ichon Park |
|        | 12.00 – 12.45 | Damen + Herren | Erika Engler | Ichon Park |

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

|          |               |               |              |                     |
|----------|---------------|---------------|--------------|---------------------|
| Mittwoch | 18.00 – 18.45 | Erwachsene I  | Kristin Kook | TVO Halle Vinnenweg |
|          | 19.00 – 19.45 | Erwachsene II | Kristin Kook | TVO Halle Vinnenweg |

**Yoga / Funktionsgymnastik** (Anfragen ü. d. Geschäftsstelle, Telefon 0421/25 92 72)

|         |               |  |              |                     |
|---------|---------------|--|--------------|---------------------|
| 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. |

---

## 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 – 18.45 | Damen | Ksenia Martin        | TVO Halle Vinnenweg  |
|            | 19.00 – 19.45 | Damen | Hella Piezunka       | TVO Halle Vinnenweg  |
| Dienstag   | 08.30 – 09.30 | Damen | Dorothee Sell-Maurer | TVO Halle Vinnenweg  |
|            | 17.00 – 18.00 | Damen | Dorothee Sell-Maurer | Turnhalle Uppe Angst |
| Donnerstag | 15.00 – 15.45 | Damen | Ksenia Martin        | TVO Halle Vinnenweg  |

---

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

|         |               |                   |              |                     |
|---------|---------------|-------------------|--------------|---------------------|
| Montag  | 15.30 – 16.45 | 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)

|            |               |          |               |                      |
|------------|---------------|----------|---------------|----------------------|
| Montag     | 10.00 – 12.00 | Mixed    | Richard Wilke | TVO Halle Vinnenweg* |
| Donnerstag | 20.15 – 21.30 | Er & Sie | Erika Engler  | TVO Halle Vinnenweg  |

*\*nur bei schlechtem Wetter*

---

## Hundesport Agility und Frisbee (Patrick Engelken, Telefon 0176 43495627)

|          |               |             |                  |                        |
|----------|---------------|-------------|------------------|------------------------|
| Dienstag | 18.00 – 19.30 | Agility     | Patrick Engelken | Sportplatz Eichengrund |
| Mittwoch | 18.00 - 19.30 | Dog Frisbee | Patrick Engelken | Sportplatz Eichengrund |

---

## Kinderturnen – Spiel & Bewegung (Anfragen ü. d. Geschäftsstelle, Telefon 0421/25 92 72)

|          |               |             |              |                     |
|----------|---------------|-------------|--------------|---------------------|
| Mittwoch | 15.45 – 16.30 | 3 – 4 Jahre | Mirela Peter | TVO Halle Vinnenweg |
|          | 16.30 – 17.15 | 5 – 7 Jahre | Mirela Peter | TVO Halle Vinnenweg |

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

|          |               |         |                 |                     |
|----------|---------------|---------|-----------------|---------------------|
| Dienstag | 17.45 – 19.00 | Kung Fu | Dong Zhao       | TVO Halle Vinnenweg |
| Freitag  | 17.15 – 18.45 | Kung Fu | Dong Zhao       | TVO Halle Vinnenweg |
| Samstag  | 14.00 – 16.00 | Kung Fu | Dong Zhao       | TVO Halle Vinnenweg |
| Sonntag  | 13.30 – 15.30 | Kung Fu | freies Training | TVO Halle Vinnenweg |

---

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

|        |               |                                    |                 |                     |
|--------|---------------|------------------------------------|-----------------|---------------------|
| Montag | 17.00 – 18.00 | Kinder/Jugendliche<br>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 Mühlenfeldstr. |
|----------|---------------|--------------|-------------|--------------------------|

---

**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)

|           |               |            |                  |                          |
|-----------|---------------|------------|------------------|--------------------------|
| Sonnabend | 10.15 – 11.30 | Laufftreff | Cornelia Narloch | Höpfkens Ruh Oberneuland |
|-----------|---------------|------------|------------------|--------------------------|

---

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

|            |               |                             |  |   |
|------------|---------------|-----------------------------|--|---|
| Dienstag   | 16.30 – 17.30 | Kinder, 6 – 13 Jahre        |  | TVO Halle Vinnenweg<br>Ökumenisches Gymnasium |
| Donnerstag | 17.30 – 18.15 | Kinder, 6 – 13 Jahre        |  | TVO Halle Vinnenweg                           |
|            | 18.30 – 20.00 | Jugend und Erwachsene       |  | TVO Halle Vinnenweg                           |
| Sonntag    | 15.45 – 18.00 | Freies Training (gem. Plan) |  | TVO Halle Vinnenweg                           |

---

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

|        |               |                   |                 |                     |
|--------|---------------|-------------------|-----------------|---------------------|
| Montag | 20.00 – 21.30 | Allgemein. Tanzen | Martina Ehrhard | TVO Halle Vinnenweg |
|--------|---------------|-------------------|-----------------|---------------------|

---

|               |                                      |  |
|---------------|--------------------------------------|--|
| <b>Tennis</b> | 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 | Stefano Curione | Turnhalle Mühlenfeldstr. |
|            | 19.30 – 21.45 | Herren        | Stefano Curione | Turnhalle Mühlenfeldstr. |
| Donnerstag | 18.00 – 19.30 | Kinder/Jugend | Stefano Curione | Turnhalle Mühlenfeldstr. |
|            | 19.30 – 21.45 | Herren/Damen  | Stefano Curione | 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 07.07.2020