



TURNVEREIN OBERNEULAND e.V.

Trainingsplan

Änderungen vorbehalten – Stand 10.06.2024

1. Vorsitzender: Ole Harders

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

Fragen zum Sportangebot: 0177-2786291 (Christine Zemitzsch)

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

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

Freitag 19.00 – 20.00 offen Sandra S./Dong Zhao TVO Halle Vinnenweg

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

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

Mittwoch 09.00 – 09.45 Kurs I Stephanie B./Jörg Preuß TVO Halle Vinnenweg
10.00 – 10.45 Kurs II Stephanie B./Jörg Preuß TVO Halle Vinnenweg

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

Mittwoch 11.00 – 12.00 Kurs I Stephanie B./Jörg Preuß TVO Halle Vinnenweg

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

Samstag 12.30 – 14.15 offen Sandra S./Dong Zhao TVO Halle Vinnenweg

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

Mittwoch 15.30 – 16.30 Winter) Dieter Irmer TVO Vinnenweg (Treffpkt.)
16.30 – 17.30 (Sommer)

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

Dienstag 13.00 – 13.45 Damen + Herren Jörg Preuß Bad in der Villa Ichon Park
13.45 – 14.30 Damen + Herren Jörg Preuß Bad in der Villa 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 Jugend und Erw. Tülin Sensan TVO Halle Vinnenweg

Allgemeines Sportangebot

Ballett (Corinna Scheduling, Telefon 04298 / 46 76 36)

Montag	14.30 – 15.15	Kinder ab 3 Jahre	Linda Tacke	Ballettraum Mühlenfeldstr.
	15.15 – 16.00	Kinder ab 4 Jahre	Linda Tacke	Ballettraum Mühlenfeldstr.
	16.00 – 16.45	Kinder ab 5 Jahre	Linda Tacke	Ballettraum Mühlenfeldstr.
Donnerstag	16.45 – 17.45	Kinder ab 6 Jahren	Julia Schneider	Ballettraum Mühlenfeldstr.

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

Dienstag	14.00 – 16.00	offen	Gerd Thevissen	Boule Anlage TVO Vinnenweg
----------	---------------	-------	----------------	----------------------------

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

Dienstag	19.00 – 20.00	Damen	Stephanie B / Christine Zemitzsch	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	09.00 – 10.00	Damen	Dorothee Sell-Maurer	TVO Halle Vinnenweg
	16.30 – 17.30	Damen	Dorothee Sell-Maurer	Turnhalle Uppe Angst
Donnerstag	15.45 – 16.45	Damen	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg

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

Montag	17.00 – 18.00	10 Monate–2 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg
Mittwoch	15.00 – 16.00	2 - 3 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg
Samstag	10.00 – 11.00	10 Monate–2 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg
	11.00 – 12.00	2 - 3 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg

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

Montag	18.00 – 20.00	Mixed	Jürgen Gerkenmeier	Turnhalle Uppe Angst
Dienstag	10.00 – 11.30	Er & Sie	Jörg Preuß	TVO Halle Vinnenweg

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

Dienstag	18.00 – 19.30	Dog Frisbee (Turnier)	Patrick Engelken	Sportplatz Eichengrund
Mittwoch	16.30 – 18.00	Dog Frisbee (Anf.)	Cynthia Kurth	Sportplatz Eichengrund
Donnerstag	17.30 – 19.30	Agility (Turnier)	Lina Engelken	Sportplatz Eichengrund
Freitag	10.00 – 11.30	Dog Frisbee (Fortg.)	Lina Engelken	Sportplatz Eichengrund
Samstag	13.30 – 15.00	Agility (Anf.)	Gaby Wiewrodt	Sportplatz Eichengrund
	15.00 – 16.30	Agility (Fortg.)	Gaby Wiewrodt	Sportplatz Eichengrund
Sonntag	12.00 – 13.30	Agility (Fortg.)	Stefan Wania	Sportplatz Eichengrund
	14.30 – 16.00	Agility (Anf.)	Cynthia Kurth	Sportplatz Eichengrund

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

Mittwoch	16.00 – 17.00	3 – 5 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg
	17.00 – 18.00	5 – 7 Jahre	Ksenia Martin	TVO Halle Vinnenweg

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

Dienstag	17.30 – 19.00	Kung Fu	Sven Schmitz	TVO Halle Vinnenweg
Freitag	17.30 – 19.00	Kung Fu	Dong Zhao	TVO Halle Vinnenweg
Samstag	14.15 – 16.00	Kung Fu	Dong Zhao	TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	13.30 – 15.00	Kung Fu	Freies Training	TVO Halle Vinnenweg

Parkourtraining (Joshua Buchholz, Telefon 0178-6936609)

Montag	16.15 – 17.45	8 – 14 Jahre	Joshua Buchholz	Turnhalle Uppe Angst
--------	---------------	--------------	-----------------	----------------------

Prellball (Gunther Meyer, Telefon 0421 / 25 02 25)

Dienstag	19.15 – 21.00	Herren/Damen	Gunther Meyer	Turnhalle Mühlenfeldstr.
----------	---------------	--------------	---------------	--------------------------

Rollschuhsport (Sandra Sonnemann, Telefon 0421 / 94 40 52 65)

Samstag	16.15 – 18.15	Jugend und Erw.	Sandra Sonnemann	TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	15.30 – 17.30	Jugend und Erw.	Sandra Sonnemann	Turnhalle Mühlenfeldstr.

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

Freitags	12.00 – 13.00	Senioren	Jürgen L. / Monika K.	Schwimmbad Dr. Heines
	13.00 – 14.00	Senioren	Jürgen L. / Monika K.	Schwimmbad Dr. Heines

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

Dienstag	15.30 – 16.30	6 – 13 Jahre Anf.	Simone Harders	TVO Halle Vinnenweg
	16.30 – 17.30	6 – 13 Jahre Fortg.	Simone Harders	TVO Halle Vinnenweg
Donnerstag	17.00 – 18.00	6 – 13 Jahre	Niclas Engelken	TVO Halle Vinnenweg
	18.00 – 18.30	Leistungstraining	Rainer Tobias	TVO Halle Vinnenweg
	18.30 – 20.00	Jugend und Erw.	Rainer Tobias	TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	16.00 – 18.00	All	Freies Training	TVO Halle Vinnenweg

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

Montag	20.00 – 21.30	Allgemein. Tanzen	Martina Ehrhard	TVO Halle Vinnenweg
Dienstag	20.00 – 21.30	Allgemein Tanzen	Sibilla Becker	TVO Halle Vinnenweg
Sonntag	18.00 – 19.30	Allgemein Tanzen	Sibilla Becker	TVO Halle Vinnenweg

Tennis Anfragen über Adam Plewinski, Telefon 04 21 / 46 33 62 oder 01577-3470953**Tischtennis** (Anfragen über Torsten Volkmann (Eiche Horn), Telefon 01517-0034949)

Montag	18.00 – 19.30	Kinder/Jugend	Koop. mit TV Eiche Horn	Turnhalle Mühlenfeldstr.
	19.30 – 21.45	Erwachsene	Koop. mit TV Eiche Horn	Turnhalle Mühlenfeldstr.
Donnerstag	18.00 – 19.30	Kinder/Jugend	Koop. mit TV Eiche Horn	Turnhalle Mühlenfeldstr.
	19.30 – 21.45	Erwachsene	Koop. mit TV Eiche Horn	Turnhalle Mühlenfeldstr.

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

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