

Unser Sportangebot im Überblick

Turnen für die Kleinsten

Von Bewegungsangeboten für Babys über Mutter-Kind-Turnen bis zum Kinderturnen mit Turndrache Lotti reicht das Angebot für die Allerkleinsten. Erstes gemeinsames Turnen, Tanzen, Singen und Spielen in der Gruppe.

Bewegungslandschaften mit vielen Geräteaufbauten.

- BiB Babys in Bewegung (Babys 3-12 Monate)
- Windelflitzer (Mädchen und Jungen 1-3 Jahre)
- Turnwichtel I+II (Mädchen und Jungen 3-6 Jahre)

Tanzen und Turnen für Mädchen

In verschiedenen Gruppen üben die Mädchen Tänze für Auftritte beim Karneval oder Sportveranstaltungen ein, spielen Spiele und trainieren Kraft, Geschicklichkeit und Ausdauer.

- Mach dich fit! (7-12 Jahre)
- Diamond Girls (13-17 Jahre)

Fitness und Spiele für Jungen

Bei den Speedboyz stehen Spiele rund um den Ball im Mittelpunkt.

- Wienser Speedboyz (ab 7 Jahre)

Einrad

Schrittweise Heranführung an die Techniken des Einradfahrens, von den Grundlagen bis hin zum sicheren Fahren in Einzel- und Gruppenküren.

- Mädchen und Jungen (ab 7 Jahre)

Kindergeburtstage

mit themenorientierten Bewegungsangeboten unter der Leitung von Isabel Kirchhoff.

Gesundheitssport für Erwachsene

- **Rücken-Fit** Präventive Wirbelsäulgymnastik und Mobilisation. Gezieltes, funktionelles Muskeltraining. Trägt das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“.
- **Yoga** Einheit von Körper, Geist und Seele erfahren und zurückfinden von der Hektik zur inneren Ruhe und Kraft. Kurse unter Anleitung einer erfahrenen Yogalehrerin.

Gymnastik und Fitness für Frauen

Drei Gruppen mit unterschiedlichen Schwerpunkten, stets unterstützt von motivierender Musik.

- **Allround Fitness** Ganzkörpertraining mit dem Schwerpunkt Kraftausdauer zur Kräftigung der gesamten Muskulatur.
- **Bauch-Beine-Po** Funktionsgymnastik mit Schwerpunkt BBP sowie Kräftigung des Rückens.
- **Power Dance** Tänzerisches Ausdauertraining zu vorwiegend lateinamerikanischen Rhythmen.

Faustball

Die Faustballer, Männer zwischen 18 und 80, treffen sich einmal wöchentlich im DGH zum offenen Training. Es wird zwar nicht im Ligabetrieb gespielt, aber gelegentlich an Freizeitturnieren anderer Vereine teilgenommen.

Handball

Unter dem Motto "Mini-Handball" bietet der TSV eine Einführung für Kinder ab 6 Jahren an. In den höheren Altersklassen ist der TSV Wiensen in der Spielgemeinschaft HSG Schoningen/Uslar/Wiensen aktiv. Infos erteilt Handballwart Wolfgang Scharberth, Tel.: 05571 / 23 78.

Tischtennis

Der TSV Wiensen nimmt mit verschiedenen Schüler-, Jugend- und Erwachsenen-Mannschaften am Punktspielbetrieb teil. Infos zu den Trainingszeiten bei H. Gattermann und M. Thiele.

Tennis

In der Sommersaison wird auf dem Tennisplatz in Wiensen gespielt. Infos zur Nutzung der Tennisplätze, Mannschaften und Trainingszeiten gibt es bei Christopher Böhm, Tel.: 0176 /82 002 435.

Wandern

Am letzten Sonntag im Monat trifft sich die Wandergruppe am Wienser Sportplatz und startet von dort in Fahrgemeinschaften zum Startpunkt der Wanderung. Unterwegs oder im Anschluss gibt es meistens ein gemeinsames Kaffeetrinken.

Ein Verein...



...viele

Möglichkeiten!

Unser aktuelles Sportangebot

Gültig ab 1. September 2017

www.TSV-Wiensen.de

Unser aktuelles Sportprogramm (gültig ab 1. September 2017)

Wann?	Was?	Für wen?	Wo?*	Übungsleiter
Montag				
17.30-18.30 Uhr	Tischtennis	Schüler/ Jugendliche	ASS Uslar	M.Thiele/ H. Gattermann
18.30-19.30 Uhr	Tischtennis	Fortgeschrittene	ASS Uslar	M. Thiele/ H. Gattermann
19.30-21.30 Uhr	Tischtennis	Erwachsene	ASS Uslar	M. Thiele/ H. Gattermann
19.00-20.00 Uhr	Diamond Girls	Mädchen 13-17 Jahre	DGH	A. Justinski/ C. Wemmel
20.00-22.00 Uhr	Faustball	Männer	DGH	S. Sawatzki
Dienstag				
19.00-20.00 Uhr	Power Dance	Jugendliche/Erwachsene	DGH	V. Mascher
20.00-21.30 Uhr	Bauch, Beine, Po	Erwachsene	DGH	C. Kohle
20.00-21.30 Uhr	Yoga (Kursangebot)	Erwachsene	Alte Schule	S. Brinkmann
Mittwoch				
16.30-17.30 Uhr	Mach dich fit!	Mädchen 7-12 Jahre	DGH	T. Hein / I. Peters
18.00-19.00 Uhr	Allround Fitness	Erwachsene	DGH	A. Olschewski
Donnerstag				
17.00-18.00 Uhr	Minihandball	Kinder 6-9 Jahre	DGH	M. Scharberth
18.00-19.00 Uhr	Rücken-Fit	Erwachsene	DGH	B. Bauer
19.00-20.00 Uhr	Tischtennis	Schüler/ Jugendliche	DGH	H. Gattermann/ M. Thiele
20.00-22.00 Uhr	Tischtennis	Erwachsene	DGH	H. Gattermann/ M. Thiele
Freitag				
14.45-15.45 Uhr	Einradfahren	Schüler/Jugendliche ab 7 Jahre	DGH	S. Berndt/ M. Teuteberg
16.00-17.00 Uhr	Turnwichtel I	Kinder 3-6 Jahre	DGH	I. Kirchhoff
17.00-18.00 Uhr	Windelflitzer	Kinder 1-3 Jahre in Begleitung eines Elternteils	DGH	I. Kirchhoff
18.00-19.00 Uhr	Turnwichtel II	Kinder 3-6 Jahre	DGH	I. Kirchhoff
19.00-20.00 Uhr	Wienser Speedboyz	Jungen ab 7 Jahre	DGH	D. Rettberg/ K. Überall
nachmittags	Yoga (Kursangebot)	Erwachsene	Alte Schule	S. Brinkmann (Termine nach Absprache)
Sonntag				
13.30 Uhr	Wandern	letzter Sonntag im Monat	Sportheim	D. Thiele
Nach Absprache				
vormittags	Babys in Bewegung (Kursangebot)	Babys 3-6/6-9/9-12 Monate mit Bezugsperson	Alte Schule/ DGH	I. Kirchhoff

* ASS = Turnhalle der Albert-Schweitzer- Schule Uslar

*DGH = Dorfgemeinschaftshaus Wiensen

* Alte Schule = Alte Schule in Wiensen

* Sportheim = am Sportplatz Wiensen

**Neugierig geworden?
Kommt einfach vorbei und macht mit!
3x schnuppern ist kostenlos!**

Bei Fragen helfen Euch unsere Ansprechpartner unter den angegebenen Rufnummern gerne weiter.

Allgemeine Informationen zum gesamten Sportangebot:

Berndt	Sylvia	05571/59 35
Kirchhoff	Isabel	0170/48 46 342

Übungsleiter:

Bauer	Birgit	05573/16 17
Brinkmann	Sarah	05573/95 99 670
Gattermann	Horst	05571/41 03
Hein	Tabea	01522/36 79 313
Justinski	Aileen	05571/58 14
Kohle	Christa	05571/77 60
Mascher	Verena	0171/97 64 350
Olschewski	Annegret	01590/21 37 347
Peters	Isabel	0175/89 89 551
Rettberg	Dirk	0173/70 77 300
Sawatzki	Stefan	05571/91 21 08
Scharberth	Martina	05571/76 93
Teuteberg	Maren	05571/80 08 08
Thiele	Dirk/Marita	05571/21 45
Überall	Kai	0171/777 27 47
Wemmel	Celina	0173/79 61 039

Mitgliedsbeiträge pro Monat

Kinder / Jugendliche bis 18 Jahre	4,50 €
Ermäßigt (Schüler/Studenten etc. ab 18 Jahre)	5,50 €
Erwachsene	8,00 €
Ehepaare u. eheähnliche Gemeinschaften	14,00 €
Familien	18,00 €
Alleinerziehende mit Kindern	11,00 €
Senioren ab 65 Jahre	5,00 €
Kurskarten (10 Einheiten)	
Erwachsene	40,00 €
Kinder	19,50 €