

Der Turn- und Sportverein Bargteheide von 1868 e.V. hat zurzeit ca. 4000 Mitglieder.
Er ist als gemeinnützigen Zwecken dienend anerkannt.

Geschäftsstelle

Postanschrift	Alte Landstr. 81 (Zufahrt über Am Volkspark)	
Telefon	04532 / 8112	
E-Mail	info@tsv-bargteheide.de	
Internet	www.TSV-Bargteheide.de	
Öffnungszeiten	Montag Donnerstag	10.00 - 13.00 Uhr 16.00 - 19.00 Uhr
Mitarbeiterinnen	Ulrike Brodmann Nicole Peters Ulla Wagner	

Mitgliedsbeiträge vierteljährlich

Mitglieder bis 18 Jahre	Euro 22,50
Schüler bis 21 Jahre (mit Nachweis)	Euro 22,50
Mitglieder ab 18 Jahre	Euro 36,00
Mitglieder ab 18 Jahren in der Ausbildung (mit Nachweis)	Euro 22,50
Ehepaare/Familien inkl. Schüler bis 21 Jahren (mit Nachweis)	Euro 66,00
Fördermitglieder (für erwachsene Begleitperson beim Eltern-Kind-Turnen/Judo-Eltern-Kind mind. erforderlich)	Euro 12,00

Aufnahmegebühren einmalig

Aufnahmegebühr pro Person	Euro 5,00
Aufnahmegebühr Familien max.	Euro 15,00

American Football, Badminton, Basketball, Cheerleading, Einrad, Fußball, Handball, Judo, Leichtathletik, REHA-Sport, Schwimmen, Studio, Tanzen, Tischtennis, Turnen, Wassergymnastik sowie Wirbelsäulgymnastik erheben Zusatzbeiträge.

Inhalt

Seite

Abkürzungen	3
American Football	4
Badminton	5
Ballett	24
Basketball	6
Bauch/Beine/Po/Rücken	8-9
Cheerleading	7
Einrad	8
Eltern-Kind-Turnen	30
Faszien-Gymnastik	24
Fitness/Gymnastik	8-9/24-25
Fußball	10-12
Handball	13-15
Herzsport	20
Hip-Hop	25
Inline-Skaten	16
Judo	17
Karate	18
Leichtathletik	19
Mama Fit	24
Parkour	32
Pilates	24
Prellball	9
Reha-Sport für Herzsport/Wirbelsäule	20-21
Schwimmen	22
Senioren-Sport / Senioren-Gruppe	8-9/23-24
Sportabzeichen	19
Step-Aerobic	8
Studio	24-25

→Fortsetzung nächste Seite

Sportprogramm

Tanzen	26
Tischtennis	27
Triathlon	28-29
Turnen	30-32
Volleyball	9/33
Wassergymnastik	34
Wirbelsäulengymnastik /Reha-Sport	9/20-21
Yoga	8/24
Zumba	9/25

Abkürzungen

AFS	Sporthalle Anne-Frank-Schule, Emil-Nolde-Str. 9, Bargteheide
ASS	Sportraum Albert-Schweitzer-Schule, Alte Landstr. 55, Bargteheide
Badl.	Schwimmhalle „badlantic“ Ahrensburg, LSB Lehrschwimmbecken
COS	Sporthalle Carl-Orff-Schule, Segeberger Str. 1, Bargteheide
DBS	Sporthalle Dietrich-Bonhoeffer-Schule, Am Schulzentrum, Bargteheide
FbB	Freibad Bargteheide
FZLohe	Freizeitzentrum Lohe, Robert-Bosch-Weg 2, Bargteheide
GEB	Sporthalle Gymnasium Eckhorst, Eckhorst 80, Bargteheide
H4	Halle 4
H5	Halle 5
JGS	Sporthalle Johannes-Gutenberg-Schule, Alte Landstr. 79, Bargteheide
KGB/Sportplatz	Sporthalle/Sportplatz Kopernikus Gymnasium, Luise-Zietz-Weg, Bargteheide
Malep 1	Sporthalle Kronleuchtersaal im Jagdschloss Malepartus, Tremsbütteler Weg 100, Bargteheide
Malep 2	Sporthalle Rittersaal im Jagdschloss Malepartus, Tremsbütteler Weg 100, Bargteheide
Studio	TSV-Studio, Freizeitzentrum Lohe, Robert-Bosch-Weg 2, Bargteheide
SZB	Schwimmbecken Sen.zentrum Bargteheide, Lübecker Str. 2, Bargteheide
SpZ	Sportzentrum (beim Freibad) Bargteheide
Sen.dorf	Seniorendorf, Bahnhofstr. 32-44, Bargteheide
Travebad OD	Travebad Bad Oldesloe



American Football

Abteilungsleiter:

Miroslaw Malinowski, Tel. 0176 – 22349414

E-Mail: info@bargteheide-wildboars.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Trainingszeiten:				
A-Jugend (U19): 16-19 Jahre	Dienstag	18.00 – 20.00	SPZ	Miro Malinowski
	Donnerstag	18.00 – 20.00	SPZ	Mariusz Malinowski
			SPZ	Mika Malinowski
B-Jugend (U16): 12-16 Jahre	Dienstag	18.00 – 20.00	SPZ	Milan Malinowski
Mix-Team w/m/d	Donnerstag	18.00 – 20.00	SPZ	Arne Schurwanz
W= bis 18 Jahre				Thomas Tietze
Flag Jugend (U15): 12-15 Jahre	Dienstag	17.00 – 18.30	SPZ	Finn Lüdken
Mix-Team w/m/d	Donnerstag	17.00 – 18.30	SPZ	Milan Malinowski
				Nele Samoray
Flag Jugend (U11): 7-11 Jahre	Dienstag	17.00 – 18.30	SPZ	Stefan Gradt
Mix-Team w/m/d	Donnerstag	17.00 – 18.30	SPZ	
Tackle-Herren ab 19 Jahren	Dienstag	19.30 – 21.30	SPZ	Miro Malinowski
Flag Seniors Mix ab 16 Jahren	Donnerstag	19.30 – 21.30	SPZ	

Die Trainingszeiten können im Laufe des Jahres abweichen.

Aktuelle Trainingszeiten findest du auf www.bargteheide-wildboars.de



Badminton

Abteilungsleiterin: Angela Bethge, Tel. 04531 - 83294
angela.bethge@googlemail.com
Bei Interesse gerne anfragen

Erwachsene + Jugend/ Fortgeschritten	Montag	20.00 – 22.00	GEB	Angela Bethge
Erwachsene	Donnerstag	20.00 – 22.00	GEB	Andreas Freund
Jugend ab 14 J.	Montag	18.30 – 20.00	GEB	Angela Bethge
Kinder + Anfänger bis 14 J.	Freitag	16.00 – 17.30	GEB	Angela Bethge
Jugendlich / Fortgeschr. ab 14 J.	Freitag	17.30 – 19.30	GEB	Angela Bethge



Basketball

Abteilungsleiter: Jan Böh, Tel. 0179 - 24 222 12
BasketballBargteheide@gmail.com

Alle Trainingszeiten und Infos findet ihr auch auf www.basketball-bargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
1.Herren: Trainingszeiten nur auf Anfrage, Probetraining nur per Anmeldung möglich				
				Sükran Gencay, Said Ghalamkarizadeh info@basketball-bargteheide.de
2. Herren	Montag Freitag	20.30 – 22.00 18.30 – 20.00	DBS IV KGB I+II	Torben Henke 2.Herren@basketball-bargteheide.de
3. Herren	Dienstag	20.15 – 22.00	AFS	Milan Marinkovic 3.Herren@basketball-bargteheide.de
1.Damen	Dienstag	20.00 – 22.00	KGB I	Tamina Kroenke 2.Damen@basketball-bargteheide.de
Damen Hobby	Freitag	18.00 – 20.00	DBS IV	Angelika Peter 1.Damen@basketball-bargteheide.de
U8	Freitag	16.30 -17.30	KGB I	Gregor Kroenke coach.gregor@basketball-bargteheide.de
U10	Dienstag Freitag	17.15 – 18.45 17.30 – 19.00	JGS KGB I	Gregor Kroenke coach.gregor@basketball-bargteheide.de
U12	Dienstag Mittwoch	17.30 – 19.00 16.15 – 17.45	AFS DBS III	Gregor Kroenke coach.gregor@basketball-bargteheide.de
U14	Donnerstag Freitag	17.45 – 19.00 17.00 – 18.30	AFS KGB II	Gregor Kroenke coach.gregor@basketball-bargteheide.de
U16	Montag Mittwoch	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00	KGB I-II KGB I-II	Urs Eberlein coach.urs@basketball-bargteheide.de
U18	Montag Mittwoch	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00	KGB I-II KGB I-II	Torben Henke coach.urs@basketball-bargteheide.de

Wenn ihr Lust auf Basketball habt und euch für den Sport interessiert,
dann meldet euch bei uns zum Probetraining an



Cheerleading

Abteilungsleiterin:

Lena Poppe, Tel. 0177 6948373

E-Mail: ignite.cheer.bargteheide@gmail.com

ANGEBOT	TAG	ZEIT	ORT	ÜBUNGSLEITER
Aufbauteam Peewee/Junior: 7 – 12 Jahre	Sonntags	15.30 – 17.00	DBS	Annie Zander Valerie Welke Anna Plashei Lena Poppe
Meisterschaftsteam Peewee: 7 - 11 Jahre	Donnerstags Sonntags	17.30 – 19.00 17.00 – 19.00	JGS DBS	Alina Draack Berit Schreiber
Meisterschaftsteam Junior: 12 - 16	Dienstag Donnerstag Sonntags	16.00 – 18.00 16.00 – 17.30 18.00 – 19.30	DBS JGS DBS	Lena Poppe Marisa Hafner Kevin Sellge
Meisterschaftsteam Senior: 16 - open	Donnerstag Sonntag	19.00 – 21.00 19.00 – 21.00	JGS DBS	Lena Poppe Kevin Sellge

Die Trainingszeiten können im Laufe des Jahres abweichen. Aktuelle Trainingszeiten und Anmeldung für ein Probetraining unter www.ignite-cheer-bargteheide.de .



Einradfahren

Abteilungsleiterin: Birgit Lühmann
Email: tsv-bargteheide@outlook.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Startergruppe (ehem. Anfänger)	Freitag	16.30 – 17.30	DBS H4	
Aufbaugruppe (für Fahrer*innen, die erste Tricks üben)	Samstag	09.00 – 10.00	DBS H4	Birgit Lühmann Freia Fricke Phillip Grudzinski
Fortgeschrittene/ Wettkampf-Training	Mittwoch	18.00 – 19.30	DBS H5	
	Freitag	16.00 – 18.00	DBS H 1/4	
	Samstag	10.00 – 12.00	DBS H4	

INFO: Wer noch kein eigenes Einrad hat, kann sich für den Anfang eins bei uns ausleihen.

Die Trainingszeiten können im Laufe des Jahres abweichen. Aktuelle Trainingszeiten und Anmeldung für ein Probetraining erfahrt ihr bei Birgit Lühmann
tsv-bargteheide@outlook.de



Fitness & Gymnastik

Abteilungsleiterin: Frauke von Seelen Tel. 04532-4084179
Email: info@turnen-tsvbargteheide.de

Angebote in den städtischen Sporthallen (Abteilung Turnen)
Alle Kursbeschreibungen unter www.turnen-tsvbargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Fitness- und Ausdauer für Sie und Ihn	Montag	19.30 – 20.30 (Sommersaison)	Stadion Volkspark	Ralph Otto Tel. 0171-9212870
	Montag	20.00 – 21.00 (Wintersaison)	DBS	Jersbek1964@gmail.com
Step-Aerobic	Montag	19.30 – 12.30	DBS H4	Bettina Beier
Fitness für Frauen ganzheitlicher Fitnessmix	Donnerstag	10.00 – 11.00	Stadthaus	Julia Schmelzer
BBP +Rückentraining für für Sie und Ihn	Donnerstag	19.00 – 20.00	AFS	Edith Sucker

Sportprogramm

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Fitness Kraft und Ausdauer	Donnerstag	20.15 – 21.45	DBS H4	Regine Pirch
Fitness / BBP für Frauen	Dienstag	19.30 – 20.30	DBS	Champa Fösch
Volleyball-Treff	Dienstag	20.30 – 22:00	DBS	Champa Fösch
ZUMBA	Dienstag	19.00 – 20:00	AFS	Ramona Huppenthal
	Freitag	19.00 – 20.00	Malepartus	
Fitness und Ballsport für Männer	Donnerstag	20.00 – 21.30	AFS	Leif Lorenzen
Prellball	Dienstag	19.00 – 20.30	DBS	Manfred Fröhlich
<u>Spezielle Angebote für 60+</u>				
Rückenfit - Präventive Wirbelsäulengymnastik	Montag	17.00 – 18.00	DBS H4	Christel Fischer
Frauen bleiben fit	Montag	15.00 – 16.00	ASS	Susanne Gawin- Niebuhr
Ganzheitliche Fitness im Alter Auch mit ges. Einschränkungen	Donnerstag	19.00 – 20.00	DBS H4	Regine Pirch
Gymnastik + Fitness für ältere Frauen	Montag	19.30 – 20.30	COS	Sabine Bergmann



Fußball

Abteilungsleiter : Klaus Born, Tel. 0173/7141295
Jugendwart : Herbert Friesen Tel. 0152-03952025, herbert.friesen@gmx.net
Weitere Informationen : www.fussball.tsv-bargteheide.de

AKTUELLE TRAININGSZEITEN FINDEN SIE AUF DER HOMEPAGE

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
B-Junioren I U16	Montag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Lukas Liebsch
	Mittwoch	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Florian Laue
	Donnerstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Theo Hagelstein Stefan Fuhlhage
C-Junioren I U15	Montag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Carsten Feldkamp
	Mittwoch	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Frank Hellbig
	Freitag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	
C-Junioren II U14	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Joel Witte
	Donnerstag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Michael Ramisch
	Freitag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.4	Holger Lobbelt
C-Junioren III U14	Montag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Christian Meng
	Donnerstag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Jan Beyer

Sportprogramm



Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
D-Junioren I U13	Dienstag	17.15 – 19.15	SpZ Pl.3	Marco Beck
	Donnerstag	17.15 – 19.15	SpZ Pl.3	Kay Marcinkowski
	Freitag	17.15 – 19.15	SpZ Pl.3	
D-Junioren II U12	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Kornelius Kluth
	Mittwoch	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Stefan Jacobs
	Donnerstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	
D-Junioren III	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Michael Bunz
	Donnerstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.4	Frank Neitzel
D-Junioren IV	Montag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Jonne Schulz
	Mittwoch	16.30 – 18.00	SpZ Pl.5	Wencke Hornung
E-Junioren I U 11	Dienstag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Hamza Mokeddem
	Donnerstag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Sven Olsson
	Freitag	16.00 – 17.30	SpZ Pl.3	
E-Junioren II U 10	Dienstag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Christian Schräer
	Donnerstag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Marko Adam
	Freitag	16.00 – 17.30	SpZ Pl.3	
E-Junioren III	Montag	16.00 – 17.30	SpZ KuRa	Joris Hornung
	Mittwoch	16.00 – 17.30	SpZ Pl.4	Wencke Hornung
F-Junioren I U 9	Montag	16.30 – 18.00	KGB	André Robohm
	Mittwoch	16.30 – 18.00	KGB	Sven Lösch
F-Junioren II U 9	Mittwoch	16.30 – 18.00	KGB	Mustafa Dasdan
				Knut Scheßelmann
F-Junioren III	Montag	16.30 – 18.00	KGB	Susanne Fuchs
	Mittwoch	16.30 – 18.00	KGB	
G-Junioren I	Dienstag	16.00 – 17.00	KGB	Susanne Fuchs
G-Junioren II	Dienstag	16.00 – 17.00	KGB	Susanne Fuchs

Sportprogramm



Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
<u>Fußball für Frauen</u>				
	Dienstag	19.30 – 21.30	SpZ KuRa	Andreas Ritter
	Donnerstag	19.30 – 21.00	SpZ Pl.3	Dennis Ehrhorn
<u>Fußball für Mädchen</u>				
B- Juniorinnen	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.3	Nicolai Kubale
U17	Freitag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Johanna Finnern
				Dennis Ehrhorn
C-Juniorinnen	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.4	Thorsten Höppner
U15	Freitag	17.45 – 19.15	SpZ KuRa	Anika Rode
				Timo Schmidt
				Dennis Ehrhorn
D-Juniorinnen	Dienstag	17.45 – 19.15	SpZ Pl.5	Boris Krüger
	Freitag	16.00 – 17.30	SpZ Pl.4	Isabell Lorke
				Dennis Ehrhorn
E-Juniorinnen	Mittwoch	17.30 – 19.00	SpZ Pl.4	Finn Severt
	Freitag	16.00 – 17.30	SpZ Pl.5	Boris Krüger
F-Juniorinnen	Dienstag	15.30 – 17.00	SpZ Pl.4	Dennis Ehrhorn
				Nancy Schulz-
				Klauß
				Tessa Schulz
<u>Fußball für Herren</u>				
I Herren Ligamannschaft	Dienstag	19.30 – 21.00	SpZ KuRa	Michel Wohlert
	Donnerstag	19.30 – 21.00	SpZ KuRa	Marc Rieger
II. Herren	Montag	19.30 – 21.00	SpZ KuRa	Niklas Ermel
U23	Mittwoch	19.30 – 21.00	SpZ Pl.3	Lukas Liebsch
III. Herren	Donnerstag	19.30 – 21.00	SP	Nico Jansen
SG Fischbek-Bargteheide			Fischb.	
Altherren I (Ü40)	Mittwoch	20.00 – 21.30	SpZ KuRa	Lars Pelen
Senioren				Christian Meng
Altherren (Ü50)	Mittwoch	20.00 – 21.30	SpZ KuRa	Tomas Fock
Alt-Senioren				Martin Schulz
Altherren II (Ü60)	Mittwoch	18.45 – 20.00	SpZ Pl.4	Arne Pietsch
Alte Herren B				Karsten Debel,
				Matthias Otto
NEU: Walking Football	Mittwoch	19.30 – 21.00	SpZ Pl.3	



Handball

Abteilungsleiterin: Carsten zum Felde, Tel. 0171 - 6246878

Stellv. Abteilungsleiter Jens Meyer, Tel. 0171 - 5529052

Passwesen: Carsten zum Felde, Tel. 0171 - 6246878

Weitere Informationen: www.tigers-bargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Senioren				
Herren	Dienstag	20.00 – 22.00	GEB	Jörg Schepers
1. Damen + 2. Damen	Dienstag	20:00 – 22:00	DBS H 5	Andreas Frank Yannick Jensen
	Mittwoch	20:00 – 22.00	DBS	
	Donnerstag	20:00 – 22.00	DBS	
3. Damen	Mittwoch	20:00 – 22:00	GEB	Juliane Jenß
Weibliche Jugend				
Weibl. Jug. A JG 2007/08	Mittwoch	18:00 – 20:00	DBS	Andreas Frank
Weibl. Jug. B JG 2009/10	Mittwoch	18:00 – 20:00	DBS	Torben Höhn Tanja Schepers Juliane Jenß
	Donnerstag	17:00 – 18:30	GEB	
Weibl. Jug. C 1 JG 2011/12	Dienstag	17:00 – 18:30	GEB	Jan z. Felde Carsten z. Felde Tanja Schepers
	Mittwoch	17:30 – 20:00	DBS	

Sportprogramm

Weibl. Jug. C2 JG 2011/12	Dienstag	17:00 – 18:30	GEB	Lasse Walter Jan Ruhrig
	Donnerstag	17:00 – 18:30	GEB	
Weibl. Jug. D1 JG 2013/14	Montag	16:30 – 18:30	GEB	Gregor Ilg Tanja Schepers
	Mittwoch	16:30 – 18:00	KGB	
Weibl. Jug. D2 JG 2013/14	Montag	16:30 – 18:00	GEB	Olaf Stoldte
	Mittwoch	16:30 – 18:00	KGB	
Weibl. Jug. E JG 2015/16	Montag	16:30 – 18:00	KGB	Solveig Korth Lilly Frank
	Dienstag	16:45 – 18:15	KGB	

Männliche Jugend

Männl. Jug. A JG 2007/08	Dienstag	18:30 – 20:00	GEB	Jesper Meyer
	Mittwoch	20:00 – 22:00	GEB	
Männl. Jug. B1 JG 2009/10	Dienstag	18:30 – 20:00	GEB	Ralph Horn Anton Mader
	Mittwoch	17:00 – 18:30	GEB	
Männl. Jug. B2 JG 2009/10	Mittwoch	17:00 – 18:30	GEB	Daniel Witt
	Donnerstag	18:15 – 19:45	KGB	
Männl. Jug. C1 + C2 JG 2011/2012	Mittwoch	18:30 – 20:00	GEB	Tim Großmann Tim Swirski
	Donnerstag	18:30 – 20:00	GEB	
Männl. Jug. D	Dienstag	16:45 – 18:15	KGB	Thomas Thiele Sönke Ruge

Sportprogramm

Männl. Jug. E1 + E2	Donnerstag	16:45 – 18:15	KGB	Tobias Müller- Weichhold
	Mittwoch	15:30 – 17:00	GEB	Jens Meyer
	Donnerstag	15:30 – 17:00	GEB	

Maxis, Minis & Inklusion

Maxis 1 JG 2017	Donnerstag	17:30 – 18:45	DBS H 4	Cordula Horn
Maxis 2 JG 2018	Donnerstag	16:00 – 17:15	DBS H 4	Cordula Horn
Minis JG 2019/20	Donnerstag	16:30 – 18:00	DBS H 5	Tessa Moje Franziska Knauf
Inklusion	Samstag	10:00 – 11:30 Tage in Glinde)	GEB (alle 14 Tage in Glinde)	Lasse Walter Ansprechpartnerin: Cordula Horn

Inline



Abteilungsleiter: **Martin Fischer, kontakt@inline-bargteheide.de,**
Tel. 0172-7077061

Web: www.inline-bargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Anfängerkurs halbjährig	Samstag	9.00 – 10.00	DBS	Christian Mewes Johann Kühn
Kinder, Jugendliche, F1 Spiel und Spaß	Freitag	19.15 – 20.15	DBS	Martin Fischer
Speed-Training für alle	Freitag	20.15 – 22.00	DBS	Martin Fischer

Freies Außentraining von April bis Oktober: für Jedermann/-frau und Kinder / Jugendliche

Es sind noch Plätze frei in allen Kursen!

Termine nach Absprache; Informationen bei Martin Fischer, Tel-Nr. s.o.



Judo

Abteilungsleiter : Sebastian Ulrich - abteilungsleiter@judobargteheide.de
Sportliche Leitung : Judith Haar-Ulrich - judith@judobargteheide.de
Homepage der Abteilung : www.judobargteheide.de

*Bei der **Pampersgruppe** muss eine erwachsene Begleitperson mind. als passives Mitglied (Fördermitgliedschaft) im Verein gemeldet und beim Training anwesend sein.*

Angebot		Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
1. Gruppe	1-5 Jahre (Pampersgruppe)	Mittwoch	16:30 – 17:30	AFS	Judith Haar-Ulrich
2. Gruppe	6-10 Jahre	Mittwoch	17:30 – 18:30	AFS	Judith Haar-Ulrich Sebastian Ulrich Paul Jacobsen-Mann Max Jacobsen-Mann
3. Gruppe	ab 10 Jahre (ab 7. Kyu)	Mittwoch	18:30 – 20:00	AFS	Sebastian Ulrich Paul Jacobsen-Mann Max Jacobsen-Mann
<u>Sondertraining</u> (<i>Judo-SV, Kata, Trainer-Wbldg.</i>)	ab 14 Jahre (ab 3. Kyu)	Mittwoch	20:00 – 22:00	AFS	Sebastian Ulrich
4. Gruppe	6- 11 Jahre	Freitag	16:30 – 18:00	AFS	Judith Haar-Ulrich Sebastian Ulrich Paul Jacobsen-Mann Max Jacobsen-Mann
5. Gruppe	ab 11 Jahre (ab 7. Kyu) !! Nominierung durch Trainer !!	Freitag	18:00 – 20:00	AFS	Sebastian Ulrich, Sven Räther



Karate

Abteilungsleiter: Kai Gурkowski, Tel. 0179-3930988

Stellv. Abteilungsleitung: Mario Litta, Tel. 0151-16168760

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Kinder ab 5 Jahre	Montag	18.00 – 19.00	AFS	
Jugend u. Erwachsene	Montag	19.00 – 20.00	AFS	
Erwachsene – freies Training	Montag	20.00 – 21.00	AFS	
Kinder	Mittwoch	18.00 – 19.00	DBS Halle 4	
Erwachsene / Jugendl.	Mittwoch	19.00 – 21.00	DBS Halle 4	



Leichtathletik

Abteilungsleiter: Rudi Groddeck, Tel. 04532-8011

Von Mai bis Oktober (Freiluftsaison) findet das Training zu den genannten Zeiten im Bargteheider Sportzentrum statt.

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Erwachsene ganzjährig	Montag	17.00 – 20.15	Sportzentrum/DBS DBS	Dr. W. Kraatz Tel. 21361
Winterhalbjahr	Freitag	17.00 – 19.00	Sportzentrum	
Sommerhalbjahr	Donnerstag	17.00 – 19.00		
Kinder 8 - 13 Jahre	Freitag	17.00 – 18.00	Sportzentrum bzw. DBS	Bernd Stahmer 0151-22739181 berndstahmer@gmx.de
Jugendliche ab 14 Jahre	Freitag	18.00 – 20.00	Sportzentrum bzw. DBS	Bernd Stahmer Ralph Otto
Laufgruppe / Wintersaison	Montag	19.00 – 20.00	DBS	Tel. 0171-9212870 Jersbek1964@gmail.com



Sportabzeichen

*in den Monaten Mai – September

Sportabzeichenbeauftragter: Gerhard Lenschow, Tel. 04532-5591

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Training/Abnahme	Mittwoch	17.00 – 19.00	SpZ	

Nähere Informationen finden Sie zum Beginn der Sportabzeichen-Abnahme auf unserer Homepage www.tsv-bargteheide.de



REHA-SPORT

Ansprechpartner: TSV Geschäftsstelle: Ulrike Brodmann
Tel. 04532 - 8112

Herz-Sport

Bewegungstherapie, Entspannungsübungen und Gruppengespräche für Herzkranke auf ärztliche Verordnung unter ärztlicher Überwachung.

Alle Termine mit ärztlicher Verordnung finden unter Aufsicht eines Arztes oder Notfallsanitäters statt.

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Übungsgruppe (Belastbarkeit 50 Watt) <u>mit</u> Verordnung	Dienstag	19.00 – 20.00	COS	Regine Pirch
Übungs-/Trainingsgruppe (Belastbarkeit ab 75 Watt) <u>mit</u> Verordnung	Dienstag	20.00 – 21.00	COS	Regine Pirch
Prellballspiel Damen / Herren	Dienstag	21.00 – 21.30	COS	Regine Pirch

Zur Info: seit Januar 2022 ist eine Teilnahme an den Einheiten Herzsportgruppe nur noch mit aktuellem Belastungs-EKG zulässig!



**Orthopädischer
REHA-Sport**
mit ärztlicher Verordnung
(Schwerpunkt Halteapparat)

Montag	15.45 -16.30	Studio	Maike Coerdt
Montag	16.00 – 16.45	DBS H4	Bernadette Heinze
Montag	18.05 – 18.50	DBS H5	Bettina Rieken
Montag	18.55 – 19.40	DBS H5	Bettina Rieken
Dienstag	18.15 – 19.00	DBS H4	Katharina Alpers
Dienstag	19.15 – 20.00	DBS H4	Katharina Alpers
Mittwoch	11:00 – 11.45	Sen.Dorf	Katharina Brandt
Mittwoch	11.45 – 12.30	Sen.Dorf	Katharina Brandt
Mittwoch	11.00 – 11.45	Studio	Katharina Alpers
Mittwoch	12.00 – 12.45	Studio	Katharina Alpers
Donnerstag	09.00 – 09.45	Studio	Katharina Alpers
Donnerstag	10.00 – 10.45	Studio	Katharina Alpers



Schwimmen Wintersaison 2025/2026

Abteilungsleiter: Veronika Bütow

Jugendvorstand: n.a.

Trainerteam: Christel Ehler, Veronika Bütow

Joanna Eichert, Ella Hinder, Berit Becker, Elina Becker, Belana Becker,
Marie Kniehs, Denise Stieger-Fleischer, Stefan Schmidt, Lukas Rein, Stella Memel

Es können KEINE Abzeichen-Kurse angeboten werden. Es findet ausschließlich Sportschwimmen statt. Die Gruppen werden - nach Absprache mit den Trainern - nach Können besetzt.

Anmerkung für Interessenten der Schwimmabteilung:

Bitte kontaktieren Sie die Abteilung immer vor Ihrem ersten Besuch einer Schwimmgruppe über den Hauptverein: veronika.buetow@tsv-bargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort
4 Gruppen Kinder	Montag	16.00 – 17.00	Badlantic
1 Gruppe Kinder	Montag	17.00 – 18.00	Badlantic
1 Gruppe Jugendliche	Montag	18.00 – 19.00	Badlantic
1 Gruppe Erwachsene	Montag	19.00 – 20.00	Badlantic
1 Gruppe Jugendliche	Dienstag	16.00 – 17.00	Badlantic
1 Gruppe Kinder	Mittwoch	16.00 – 17.00	Badlantic
1 Gruppe Kinder	Mittwoch	17.00 – 18.00	Badlantic
1 Gruppe Jugendliche	Donnerstag	18.00 – 19.00	Badlantic
3 Gruppen Kinder	Freitag	15.00 – 16.30	Badl./LSB

Freibad-Saison Sommer

Von Mai – September 2025 Gruppen-Zeiten z.Zt. noch nicht
auf Anfrage bekannt Freibad
Bargteheide

Das Trainer-Team wechselt sich ab, Übungsleiter siehe oben



Seniorengruppe

Aktivitäten für Mitglieder ab 60 Jahre

Seniorenbeauftragter: Lutz Hansen
E-Mail: lutz.hansen@tsv-bargteheide.de

Feste Termine

Jeden Samstag von 13:00 bis 15:00 Uhr Boule

Treffpunkt Boule Platz hinter dem Kleinen Theater in Bargteheide, Hamburger Str. 3, sofern die Wetterlage es erlaubt - Boule Kugeln stehen zur Verfügung

Jeden 2. Mittwoch im Monat ab 16:00 Uhr Spielenachmittag im Sportlertreff,

in Bargteheide, Alte Landstr. 81
eigene Spiele können gerne mitgebracht werden

Jeden 3. Mittwoch im Monat ab 17:00 Uhr TSV Seniorenstammtisch im Sportlertreff

in Bargteheide, Alte Landstr. 81

Einmal im Monat finden „Geplante Ausflüge“ statt.

Besichtigungen, Museum, Stadtführung, Radtour und vieles mehr

Sie haben Interesse und sind noch nicht im E-Mail-Verteiler?

Bitte kontaktieren Sie Lutz Hansen: lutz.hansen@tsv-bargteheide.de

Die Anmeldungen zu den Veranstaltungen erfolgen unter: senorgateam@web.de

Sportprogramm



Studio

Abteilungsleiterin: Ulrike Brodmann, Geschäftsstelle, Tel. 04532-8112
E-Mail: info@studio-TSV-Bargteheide.de
Internet: www.Studio-TSV-Bargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
<u>Fasziengymnastik</u>				
Für Jedermann/frau	Dienstag	18.30 – 19.30 20.00 – 21.00		Margot Mowitz
<u>Gymnastik</u>				
Bauch und Rückenfit	Freitag	11.45 – 12.45		Anja Manke/ Sabine Krause
Body-Workout	Samstag	10.15 – 11.15		Cristin Krause, Maria Vatter, Julia Schmelzer
Fit im Alter – Frühsport	Freitag	09.15 – 10.15		Anja Manke/
Fit im Alter 60+	Freitag	10.30 – 11.30		Sabine Krause
Fit im Alter 60+	Dienstag	14.30 – 15.30		Margot Mowitz
Mama Fit (mit und ohne Kind)	Dienstag	09.45 – 10.45		Janine Arndt
<u>Pilates / Yoga</u>				
Anfänger + Fortgeschritten	Montag	20.00 – 21.00		Ulrike Brodmann
Fortgeschrittene	Montag	18.45 – 19.45		Ulrike Brodmann
	Dienstag	08.30 – 09.30		Ulrike Brodmann
Pilates-Flow	Mittwoch	19:00 – 20:00		Kathrin Kreisel
Pilates-Flow	Mittwoch	20:00 – 21:00		Kathrin Kreisel
Yoga	Montag	13.30 – 14.15		Birgit Danneberg
Yoga	Donnerstag	18.30 – 20.00		Judith Wohlrabe
	Donnerstag	20.00 – 21.30		Judith Wohlrabe
<u>Tanz</u>				
Ballett 6 -8 J.	Dienstag	15.45 – 16.30		Melanie Ostendorf
Ballett 8-10 J.	Dienstag	16.40 – 17.25		Melanie Ostendorf
Ballett ab 10 J.	Dienstag	17.35 – 18.20		Melanie Ostendorf

Sportprogramm

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Hip Hop für Teens Level 1	Mittwoch	16.20 – 17.20		Ronja Effenberger
Hip Hop für Teens Level 2	Mittwoch	17.25 – 18.55		Ronja Effenberger
Gymnastik und Tanz ab 7 J.	Donnerstag	17.00 – 18.00		Alisha Kumar
<u>Zumba</u>				
Zumba Kids ab 6 J.	Donnerstag	16.15 – 17.00		Claudia Heusinger v. Waldegg
Zumba Kids ab 6 J.	Freitag	15.50 – 16.35		Claudia Heusinger v. Waldegg
Zumba Kids ab 6 J.	Freitag	16.40 – 17.25		Claudia Heusinger v. Waldegg
Zumba Teens	Freitag	17.30 – 18.15		Claudia Heusinger v. Waldegg



Tanzen

Abteilungsleiter: Doreen Johannsen Tel. 0179/4766337
Tanzen.bargteheide@gmail.com

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Tanzkreis I Latein- und Standardtanz	Dienstag	19.00 – 20.15	Malep 1	Christian Koop
Tanzkreis II Latein- und Standardtanz	Dienstag	20.15 – 21.30	Malep 1	Christian Koop
<hr/>				
Line Dance Western Line Dance				
Anfänger	Freitag	19.00 – 19.55	Malep 1	Christian Koop
Fortgeschrittene	Freitag	19.55 – 20.30	Malep 1	Christian Koop

Tischtennis



Abteilungsleiter: Thomas Grätsch Tel. 04532-9755373

Homepage: www.tsv-tt.de

Jugendwart: Stefan Kröll Tel. 0151-70178959

Probetraining Jugend: Karl-Heinz Dahlke Tel. 04532-23257

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Damen/Herren:				
Freies Training	Montag	18.00 – 19.30	COS	
Freies Training / Punktspiele	Mittwoch	17.30 – 22.00	COS	
Freies Training / Punktspiele	Donnerstag	19.30 – 22.00	COS	T. Markscheffel
Freies Training		20.00 – 22.00	JGS	
Hobbygruppe	Freitag	16.00 – 17.30	JGS	Thomas Grätsch
Freies Training / Punktspiele	Freitag	19.30 – 22.00	COS	
Jugend:				
Anfängerkurs (7-10 Jahre)	Montag	15.00 – 16.00 16.00 – 18.00	COS COS	Karl-Heinz Dahlke Nico Petersen
Jugend 13 und 15	Dienstag	15.00 – 16.30	COS	Karl-Heinz Dahlke
Jugend 15 und 19		16.30 – 18.30	COS	Felix Tamm
Anfängerkurs Jugend 11	Donnerstag	15.00 – 16.15	COS	Karl-Heinz Dahlke
Jugend 13 und 15		16.15 – 17.30	COS	Karl-Heinz Dahlke
Leistungsgruppe		17.30 – 19.30	COS	Nico Petersen
1./2. Jugend 19	Freitag	16.00 – 18.00	COS	Alexander Gar
Mädchen 15 und 19	Samstag	11.00-13.00	COS	Thomas Grätsch
Punktspiele Jugend	Freitag	18.00 – 19.30	COS	



Triathlon

Ansprechpartner:

Abteilungsleiter: Ron Elzenheimer ron.elzenheimer@tsv-bargteheide-tri.de (Tel. 0151/26122861)

Schüler & Jugend: Astrid Döhlemeyer astrid.doehlemeyer@tsv-bargteheide-tri.de

Erwachsene: Bettina Lange bettina.lange@tsv-bargteheide-tri.de (Tel. 04532/8546)

Homepage: www.tsv-bargteheide-tri.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
<u>SCHÜLER</u>				
(Sch./Jgd. 8–13 J.)				
Laufen mehrere Gruppen	Dienstag	18.00 – 19.30	SpZ	A. Bueschler, A. Döhlemeyer, S. Böger u.a.
Rad mehrere Gruppen	Samstag	14.30 – 16.00	SpZ	C. Siebenbrock, R. Elzenheimer, M. Döhlemeyer, D. Meier
Schwimmen Okt. - Mai	Samstag	09.00 – 10.00	Badlantic	K. Elsenbach, L. Hoppe, J. Weidmann
Schwimmen Mai – Sept. versch. Leistungsgruppen	Freitag	17.00 – 18.00	Freibad	K. Elsenbach, L. Hoppe, J. Weidmann
	Samstag	10.00 – 11.00	Freibad	J. Weidmann
<u>JUGEND</u>				
(Jgd. 14-19 J.)				
Laufen	Dienstag	18.15 – 19.45	ASS	J. Fitschen
Athletik	Dienstag	19.45 – 21.00	ASS	J. Fitschen
Athletik & Laufen	Freitag	18.30 – 20.00	SpZ	J. Fitschen, S. Walter,
	Freitag	20.00 – 21.00	JGS	J. Kuhn, J. Krohn
Rad	Sonntag	09.45 – 12.00	nach Absprache	J. Fitschen
Schwimmen Okt. -Mai	Mittwoch Donnerstag	20.00 – 21.00 20.00 – 21.00	Badlantic	C. Wientapper-Joost, A. Rath, K. Elsenbach, u.a.
	Samstag	08.00 – 09.00	Badlantic	C. Wientapper-Joost K. Elsenbach
Schwimmen Mai – Okt.	Mittwoch (ab Juni)	18.30 – 20.00 19.30 – 21.00	Freibad	C. Wientapper-Joost,
	Samstag	11.00 – 12.30	Freibad	C. Wientapper-Joost

Sportprogramm

Angebot	Tag	Zeit	Ort t	Übungsleiter
<u>ERWACHSENE</u>				
Laufen	Freitag	18.30 – 20.00	SpZ	J. Fitschen, J. Krohn,
Athletik	Freitag	20.00 – 21.00	JGS	J. Kuhn, S. Walter
<u>Schwimmen</u>				
Sept. - Mai	Mittwoch	20.00 – 21.00	Badlantic	A. Rath
Sept. - Mai	Samstag	07.00 – 08.00	Badlantic	B. Lange
<u>Schwimmen</u>				
Mai	Mittwoch	18.30 – 19.45	Freibad	B. Lange
Juni – September	Mittwoch	19.30 – 20.45	Freibad	B. Lange
Mai – September	Samstag	09.30 - 11.00	Freibad	C. Wientapper-Joost
Rad	Sonntag	11.00 – 14.00	SpZ	N. Röckendorf
Radgruppeneinteilung nach Absprache				



Turnen

Abteilungsleiterin und
Ansprechpartnerin: **Frauke von Seelen, Tel. 04532-4084179**
Email: info@turnen-tsvbargteheide.de

Bitte vorher anfragen, ob wir freie Plätze haben!

Alle Angebote im Internet unter turnen-tsvbargteheide.de

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
<u>Eltern – Kind – Turnen:</u>				
2 – 5 Jahre	Dienstag	16:30 – 18:00	DBS H4	Insa Schacht
1 - 3 Jahre	Mittwoch	15.15 – 16.30	DBS H4	Bernadette Heinze
1 - 3 Jahre	Mittwoch	16.45 – 17.45	DBS H4	Bernadette Heinze
2 - 5 Jahre	Mittwoch	15.45 – 17.15	COS	Galina Rogolowski
1 - 3 Jahre	Freitag	15.15 – 16.30	DBS H4	Isabelle Beurmann
2 – 6 Jahre	Sonntag	09:30 – 11:00	DBS H4	Tim Cegan

Beim Eltern-Kind-Turnen muss ein Elternteil mind. passives Mitglied sein

Allgemeines Turnen und
Tanzen für Mädchen und **Jungen 4-7J**

Tanzen und Bewegen

Kinder von 3 – 4,5 Jahren Dienstag 15.30 – 16.30 ASS Edith Sucker

Kinder 4,5-7 Jahre* Dienstag 16.30 – 17.30 ASS Edith Sucker

*ab 7 J. Angebot Im TSV-Studio

Sport macht Spaß - Freitag 14.30 – 16.00 COS Angelique Kruske
Turnen und Spielen Galina Rogolowski
ab 4 Jahren

Allg. Turnen für Mädchen:

Turnen + Gymnastik, Montag 16.30 – 18.00 DBS H4 Yasmina Kumar, Josefine Einstieg ins Gerätturnen 4-7 Teller Jahre

Gerätturnen Jhrg Montag 16.00 – 18.00 DBS Ayleen Tack 2015 – 2012 Katrin Lautenbach,
(1x pro Woche)

Donnerstag 16.00 – 18.00 DBS Agnes Heinze Jamie Lautenbach

Gerätturnen Jhrg Mittwoch 16.00 – 18.00 DBS Nantje Spoth 2016/2017

Sportprogramm



Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
Gerätturnen ab 11 Jahre (1x pro Woche)	Montag	16.00 – 18.00	DBS	Angelique Kruske
	Donnerstag	16.00 – 18.00	DBS	Svenja Steudte Stefan Busch
<u>Wettkampfturnen für Mädchen:</u>				
Kunstturnen LK und AK-Stufen (olympische Norm)	Montag	16:00 – 21.00	DBS	Frauke v. Seelen, Monika
	Dienstag	18.30 – 21.00	DBS	Schumacher,
	Mittwoch	16.00 – 18.00	DBS	Laura-M. Schumacher,
	Donnerstag	16.00 – 18.00	DBS	Finja Rönicke, Jutta
	Freitag	16.00 – 19.30	DBS	Fruriep
Leistungsturnen P-Stufen	Montag	16.00 – 19.00	DBS	Julia Kalski, Lisa Wieske, Linnea Kieling
	Dienstag	16.30 – 19.00	DBS	Angelique Kruske Josephine Teller
	Donnerstag	16.00 – 18.00	DBS	Angelique Kruske Katrín Lautenbach
				Lisa Wieske, Linnea
	Freitag	15.30 – 18.00		Kieling, Julia Kalski
<u>Turnen für Jungen:</u>				
Einstieg ins Gerätturnen 5 - 8 Jahre	Dienstag	15.30 – 16.30	DBS H4	Frauke von Seelen

Wettkampfturnen für Jungen:

P-Stufen und LK ab 12 Jahren	Montag	16.30 – 20.30	DBS	Björn Olk
	Dienstag	16.00 – 18.00	DBS	
	Freitag	16.30 – 19.30	DBS	
P-Stufen ab 6 Jahren	Dienstag	16.30 – 18:30	DBS	Frauke von Seelen,
	Mittwoch	16.00 – 18.00	DBS	Mathis Kieling
	Freitag	16:30 – 19:00	DBS	

Sportprogramm



Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
---------	-----	------	-----	--------------

Parkour

Beginner ab 8 J.	Dienstag	16.30 – 18.00	DBS	Jordes Heinze Agnes Heinze
Advanced ab 11 J.	Dienstag	18.00 – 19.30	DBS	

Turngruppen-Wettstreit (TGW/TGM)

TGM – Ü25	Montag Samstag	18:30 – 20.30 11.30 – 13.30	DBS DBS	Rebecca Sass
TGM – Ü40	Dienstag	20.00 – 22.00	DBS	Anja Kirbach



Volleyball

Abteilungsleiter: Kjell Kunde: Mobil: 0151 57235445; Mail: Kunde.kjell@gmail.com

Homepage: <https://www.tsv-bargteheide.de/volleyball>

Angebot	Tag	Zeit	Ort	Übungsleiter
1.Herren	Dienstag	20.00 – 22.00	KGB	Björn Winterberg
	Donnerstag	20.00 – 22.00		
2.Herren	Mittwoch	18.00 – 20.00	KGB	Volker Nitz
	Freitag	20.00 – 22.00	AFS	
"Ambitionierte Mixed-Spielgruppe ohne Ligabetrieb"	Mittwoch	20.00 – 22.00	KGB	Kjell Kunde
Gemischte Jugend	Dienstag	18.15 – 20.00	KGB	Vitalii Karpouk
1.Damen (Mannschaft)	Montag	18.00 – 20.00	KGB	Kjell Kunde
	Freitag	18.30 – 20.00		
Weibliche Jugend	Freitag	17.00 – 18.30	KGB	Sebastian Krumrei
Weibliche Jugend U18	Dienstag	18.15 – 20.00	KGB	Lucas Hühr
Hobby Mixed	Dienstag	20.00 – 22.00	KGB	Sebastian Krumrei
	Donnerstag	19.45 – 22.00		



Wassergymnastik

Angebot

Wir werden in den Sommermonaten wieder Wassergymnastik im Bargteheider Freibad anbieten und das Angebot mit den entsprechenden Zeiten rechtzeitig bekannt geben.

Bei Interesse bitte in der TSV-Geschäftsstelle melden, Tel. 04532-8112
