



Jahresbericht 2004/2005

www.tus-obenstrohe.de

Liebe Mitglieder des TuS Obenstrohe, liebe Sportfreunde,



mit Riesenschritten geht der TuS Obenstrohe auf das Vereinsjubiläum zu.

Doch bevor wir ans Freuen und Feiern denken, will ich ein paar Worte über den täglichen Ablauf in unserem Sportverein sagen.

Ein Verein mit weit über 1500 Mitgliedern ist nur zu führen, wenn viele Hände energisch zupacken und helfend eingreifen.

Der Vorstand wurde im Turn- und Sportrat von den Abteilungsleitern mehr als tatkräftig unterstützt. In den Abteilungen sind es die Trainer, Übungsleiter und Helfer, die im vergangenen Jahr ihre Arbeit hervorragend gemacht haben.

Dem Hausmeister der Hallen und der Sportanlagen; Peter Mostowski, sei hier an dieser Stelle einmal besonders gedankt.

An dieser Stelle möchte ich aber auch an Helmut Bohlen erinnern, der vor kurzem verstarb. Helmut Bohlen hat sicherlich als Hausmeister in Obenstrohe Pionierarbeit geleistet. Vieles von dem, was heute machbar ist, ist erst durch seine Arbeit ermöglicht worden .

Sportlich betrachtet sind wir ein Verein, der auf die große Breite setzt. Spitzen erfreuen uns natürlich auch, sind aber keine zwingende Notwendigkeit. Der Spaß am Sport soll immer über dem unbedingten Erfolg stehen. Dieses sehen wir im Turn- und Sportrat einträchtig so und darum kommt es in dieser Hinsicht auch zu keinen Spannungen.

Ich möchte mich noch einmal bei allen Sponsoren bedanken, die dem Gesamtverein oder den einzelnen Abteilungen mit ihrer Unterstützung sehr geholfen haben. Diese Unterstützung kommt besonders den Kindern und Jugendlichen zugute, ohne diese Hilfe würde der Sport ein wenig anders aussehen.

Wir sagen Danke für die großartige Unterstützung im Jahr 2004/05

Die Vorbereitungen für das Jubiläumsjahr 2006 sind angelaufen. Wir suchen aber noch nach Zeitzeugen, nach Bildern und Zeitungsartikeln, nach persönlichen Erlebnissen. Wir würden uns freuen, wenn wir für unsere Chronik viele interessante Erinnerungen zusammentragen könnten. Folgende Personen freuen sich auf Informationen:

Jürgen Plorin (04451-5631), Udo Ehlers (04451-5266),

Manfred Pfeifer (04451-862738) sowie alle Abteilungsleiter

Mit sportlichem Gruß

Udo Ehlers

1. Vorsitzender



Vorwort	Seite	3
Statistik	Seite	5
Ehrungen	Seite	6 - 7
Kinderturnen	Seite	8 - 12
Turnen	Seite	13 - 16
Sportabzeichen	Seite	17
Gesundheitssport	Seite	18 - 21
Schwimmen	Seite	22 - 23
Fußball	Seite	24 - 25
Handball	Seite	26
Volleyball	Seite	27
Badminton	Seite	28 - 29
Tischtennis	Seite	30
Winterfest 2005	Seite	32

...wen kann ich ansprechen ?

Vereinsvorstand

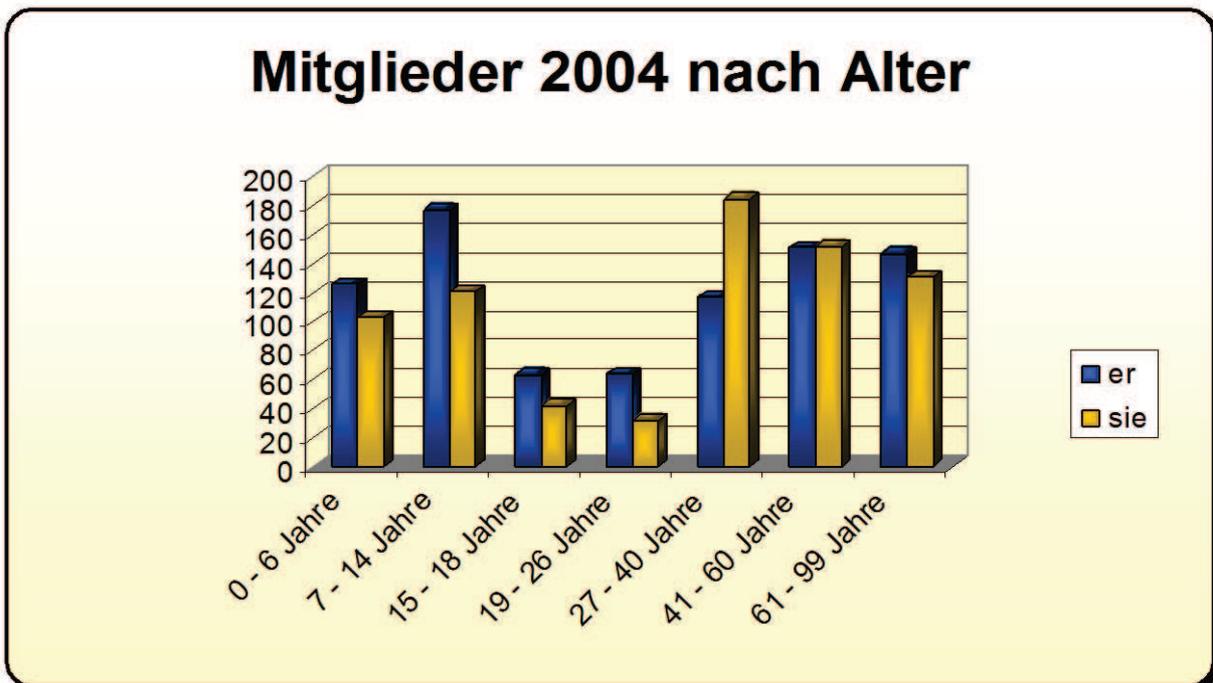
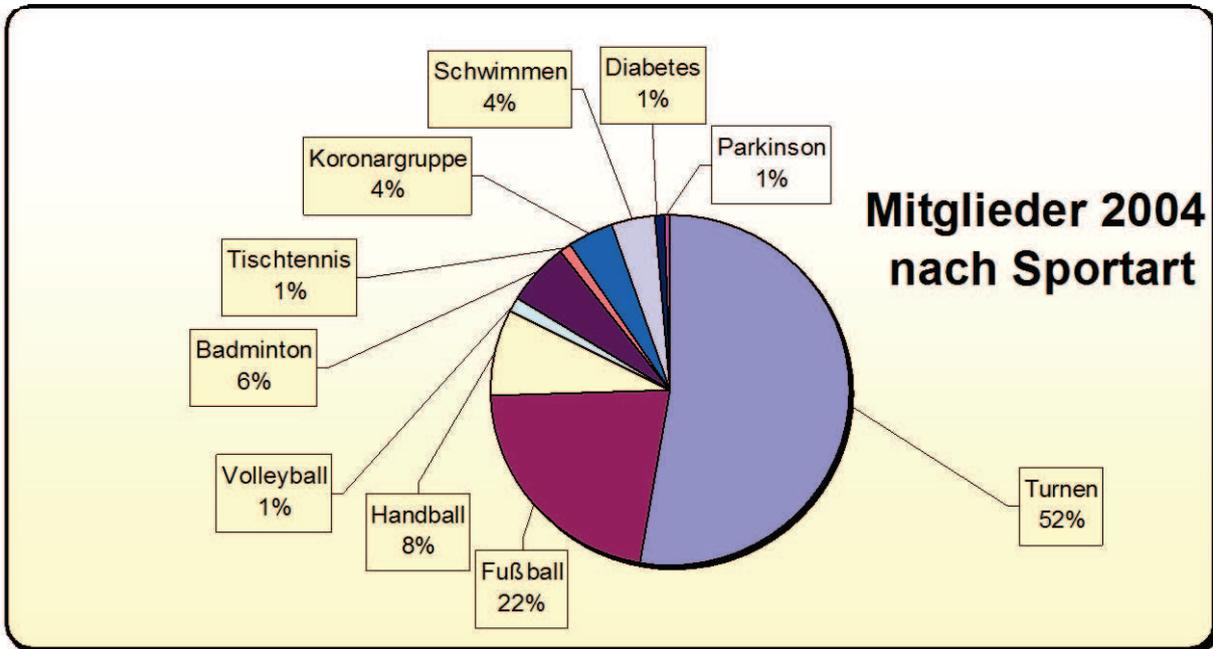
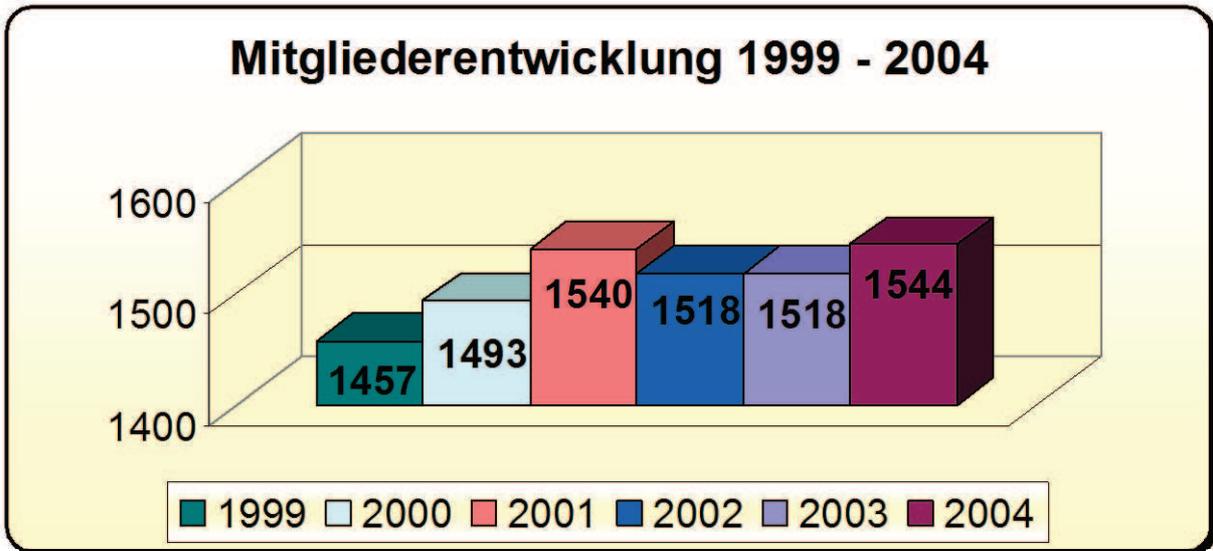
1. Vorsitzender:	Udo Ehlers	Tel: 04451-5266
2. Vorsitzender:	Peter Mostowski	Tel: 04451-7954
Geschäftsführerin:	Ursel Hörmann	Tel: 04451-7566
26316 Varel, Rudolf-Diesel-Str. 3		

Abteilungsleiter/innen

Turnen:	Bärbel Athen	Tel: 04451-3247
.....	Ursel Hörmann (Kinder)	Tel: 04451-7566
.....	Sylke Eser-Poppen (Frauen)	Tel: 04451-861399
Fußball:	Ingo Onken	Tel: 04451-7947
.....	Dierk Nattke (JGD)	Tel: 04451-83269
Badminton:	Werner Krehl	Tel: 04451-85132
Volleyball:	Ute Peter	Tel: 04451-82910
Tischtennis:	Ernst Stoffers	Tel: 04456-287
Schwimmen:	Ulf Bethke	Tel: 04456-577
Zucker/Herzgruppe:	Marlene Schröder	Tel: 04451-6542
Parkinsongruppe:	Eike Peters	Tel: 04451-957100
Sportabzeichen:	Jochen Neff	Tel: 04451-6775
Handball www.hsg-varel.de	Peter Holm	Tel: 04451-7971

Sporthalle Obenstrohe	Tel: 04451-7080	
Hallenwart	Peter Mostowski	Tel: 04451-7954
Vereinslokal	„Obenstroher Hof“	Tel: 04451-957358

Verantwortlich für die	Inhalt:	Abteilungsleiter/Übungsleiter
Jahresberichte 2004/2005	Gestaltung:	Edith Rinne
.....	Druck:	CCV Varel - Obenstrohe



Der **Sport-Oskar** wird jährlich für außergewöhnliche Leistungen nicht nur im sportlichen Bereich, sondern auch für z. B. ehrenamtliches Engagement bei verschiedenen Anlässen verliehen. Die Vorschläge kommen von den Abteilungsleitern und werden im Rahmen des Turn- und Sportrates entschieden. Der Gewinner bekommt einen Pokal und wird in eine Ehrentafel eingetragen.

Der **Sport-Oskar** für 2003 geht an **Dierk Nattke** überreicht von seinem Vorgänger Dimitrie Bangert.



Udo Ehlers zeichnet das **Ehepaar Müller** für langjährige Mitgliedschaft und Unterstützung des Vereins aus





Alle geehrten Mitglieder auf einen Blick



**Goldene Ehrenurkunde für 50-jährige Vereinsmitgliedschaft an
Christa Berndt und Peter Brüling**

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Jutta Kochskämper Dorota Brüling	04451/861882 04451/5315	Dienstag	09:15 - 10:15 10:20 - 11:20	gr. Halle
Ursel Hörmann	04451/7566	Dienstag	15:30 - 16:30	Plaggenkrugstraße

Eingebettet in ein festes Begrüßungs- und Abschiedslied, turnen wir mit unseren Kindern.



Beim Aufbauen helfen alle kräftig mit. Wer möchte, kann auch die Kleingeräte spielerisch ausprobieren und erste Erfahrungen sammeln.

Bei den Geräteaufbauten finden die Grundtätigkeiten des Geräteturnens Anwendung. Diese sind z. B. Balancieren, Springen, Kriechen, Klettern, Hängen oder Schwingen. Besonders beliebt ist das Raufklettern und Runterspringen vom großen Kasten. Sitzen einige zunächst vor dem Absprung noch zaghaft auf der Kante, so sind sie doch schnell durch das Vorbild von anderen bereit, es selbst im Stehen einmal auszuprobieren und in die Arme von Mama oder Papa zu springen.

Mit Fingerspielen und Singspielen klingt unsere Stunde dann aus.

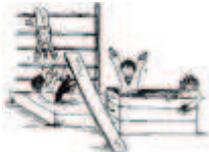
Das Eltern-Kind-Turnen ist mit über 100 Teilnehmern eine der größten Gruppen der Turnabteilung unseres Vereines. Kinder zwischen ca. 1 $\frac{1}{2}$ - 4 Jahren sind mit einem Elternteil oder auch einmal mit Oma oder Opa dabei. Damit wir alle genug Platz haben, gibt es Dienstags immer drei Gruppen in der großen Halle.

Besondere Turnstunden finden zu den Jahresfesten und zu Fasching statt. An Weihnachten haben uns kleine Wichtelzwerge besucht und wir haben eine Schneeballschlacht veranstaltet, was Großen wie Kleinen gleichermaßen Spaß bereitet hat. Als dann noch der Weihnachtsmann mit seinen Geschenken gekommen ist, wurden die Augen unserer Kleinen ganz groß und rund.

Über neue Kinder mit Muttis oder Papis freuen wir uns immer sehr.



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Petra Laubenstein Yvonne Schnackenberg	04451/7200 04451/860175	Mittwoch	14:45 - 15:00	kl. Halle Riesweg



Seit dem 12.01.2005 bieten wir eine neue Turnstunde für 3-4Jährige an. Mit großer Resonanz wurde diese weitere Turnstunde von den Kindern und Eltern sehr gut angenommen.

Die Gruppe beläuft sich auf etwa auf 20 Kinder und nach unseren ersten gemeinsamen Stunden hat sich eine sehr schöne Gruppe entwickelt.

Wir beginnen die Stunde um ca. 15.00 Uhr, so dass die Eltern in Ruhe die Kinder vorher umziehen können. Nach „stürmischen“ Begrüßungen und neuesten Nachrichten aus dem Kindergarten beginnen wir meistens mit einem Lied die Stunde und knüpfen den weiteren Verlauf daran.

Einen Stundenverlauf planen wir zwar vorher zu Hause, aber manche Dinge werden spontan eingebracht wenn wir merken, dass die Kinder an einer Sache besonders viel Spaß haben.

So stellten wir auch fest, dass die Kinder sehr gerne Finger-Singspiele oder Bewegungsgeschichten mögen. Dadurch haben wir schon aufregende Reisen in die Sahara, ans Meer, zu den Oasen oder in die Winterzeit unternommen.

Unsere erste Faschingsfeier haben wir mit tollen Kostümen gefeiert, mal sehen was das Jahr uns noch schönes bringt.

Kinderturnen 5 - 6 Jahre

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Petra Laubenstein Dorota Brüling	04451/7200 04451/5315	Montag	15:30 - 17:00	gr. Halle Plaggenkrugstraße

Seit Anfang 2005 haben wir das Alter der Turnkinder in der Montags-Gruppe geändert.

Es kommen nunmehr Kinder im Alter von 5 und 6 Jahren zu uns und nicht mehr wie früher schon ab 4 Jahren! Das liegt daran, dass wir den Kindern im Alter von 3 und 4 Jahren nach der Eltern-Kind-Gruppe die Möglichkeit einräumen, schon an einer Übungsstunde ohne Eltern teilzunehmen (sh. oben).

Nun aber zurück zur Montags-Turnstunde! Von den zurzeit 40 gemeldeten Turnkindern, kommen im Durchschnitt 25 regelmäßig in die Halle. Wir beginnen meist mit einem auflockernden Spiel oder aber auch mit kleinen Handgeräten, wie zum Beispiel Ball, Seil, Tuch etc. Das macht den Kindern Spaß

und vertieft zudem die Fertigkeiten, wie fangen, springen und werfen.

Danach bauen wir gemeinsam eine Gerätelandschaft auf, die entweder in einer Bewegungsgeschichte eingebunden wird oder darauf abzielt, das Können der Kinder wie balancieren und klettern aufzuzeigen.

Zum Abschluß wird noch einmal gespielt oder einfach nur bei einer Entspannungsgeschichte ausgeruht.

Zu besonderen Höhepunkten zählten in diesem ausgefüllten Sportjahr die Faschingsfeier und der Besuch im

Weihnachtstheater „Rumpelstielzchen“ in Dangast.



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Sylke Eser-Poppen Anna Wenzel Tomke Peters	04451/861399	Montag	15:30 - 17:00	gr. Turnhalle Plaggenkrugstraße

In unserer Turnstunde nehmen regelmäßig 15-20 Kinder teil, Mädchen sowie Jungen.

Wir wärmen uns erst auf, danach bauen wir Geräte auf. Die Kinder lernen durch spielerische Art an großen Geräten (Barren, Reck, Kästen usw.) sowie mit Kleingeräten (Bälle, Tücher usw.) umzugehen. Auch ohne Geräte kann man tolle Spiele spielen oder mit Alltagsmaterial wie Küchenrollen, Dosen, Bierdeckel usw.

Im Jahr 2004 haben wir wieder im Februar Karneval gefeiert und im Juli ein Sommerfest mit allen Kinderturngruppen beim Jugendheim veranstaltet. Dabei hatten wir viel Spaß bei den Spielen im Freien, bei super schönem Wetter, gegrillt und geschlemmt haben wir auch.

Im Dezember besuchten wir das Weihnachtsmärchen in Dangast.

Am 13.12.04 haben wir zum Abschluß eine Weihnachtsfeier in der Halle veranstaltet, unsere Yvonne und Nicole haben mit ihren Mädchen eine tolle Tanzeinlage gegeben. Danach haben wir unsere zuverlässige und treue Übungsleiterin Edith Rinne vom Kinderturnen verabschiedet. Ich hoffe Sie wird uns weiterhin bei „Sonderausfällen“ noch zur Verfügung stehen. Ich bedanke mich im Namen von allen für die gute Zusammenarbeit in den letzten Jahren mit Edith. Wir sind sehr traurig.....

Wir haben seit 2004 noch eine zusätzliche Hilfe, unsere Tomke Peters, sie hilft uns schon beim Kinderturnen mit, gestaltet schon mal eine Turnstunde und unsere Kinder haben sie auch schon, wie Anna damals, nach kurzer Zeit ins Herz geschlossen. Danke Tomke.

Sylke Eser-Poppen

Fotos auf Seite 11

Kinderturnen 9 - 14 Jahre

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Sieglinde Riewe	04451/82093	Mittwoch	17:00 - 18:45	gr. Turnhalle Plaggenkrugstraße

Im Sportjahr 2004 war diese Gruppe nicht so stark besetzt. Dennoch konnte ich ein variables Programm anbieten. Die Struktur der Übungsstunden besteht aus:

- Aufwärmen durch Wett- und Fangspiele, Gymnastik, Spiele mit Seilen, Bällen, Rollbrettern,
- Turnen an Geräten wie Kasten, Barren, Minitrampolin, Reck, Bock, Bodenmatten etc.

- Zum Abschluss werden Spiele wie Völkerball, Feuerball, Brennball usw. veranstaltet.

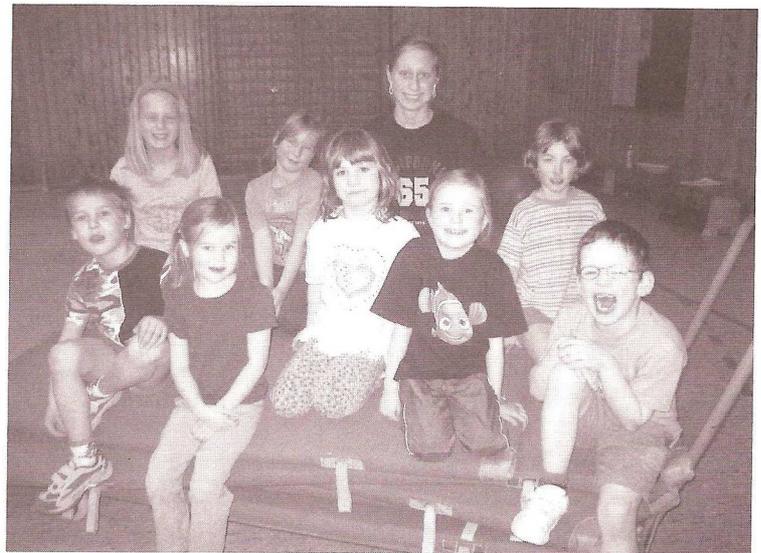
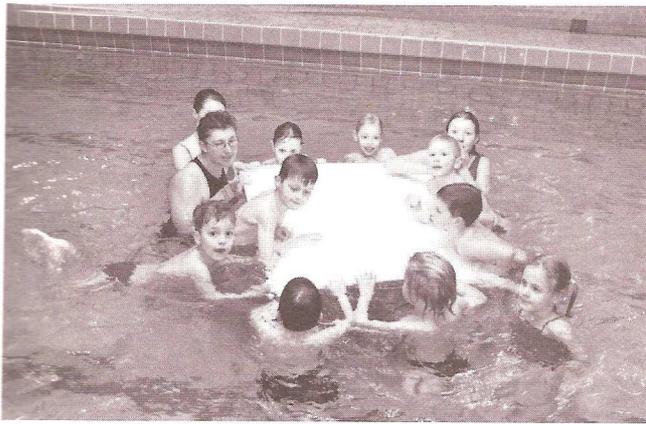
Einige Kinder haben am Bergturnfest in Zetel teilgenommen. Außerdem wurde das Sommerfest gefeiert, auch eine Weihnachtsfeier war im Programm, ebenso das Kostümfest.



Sieglinde Riewe



ca. 500 Kinder im Alter von 1 - 14 Jahren treiben Sport im TuS Obenstrohe, das sind 32 % der Mitglieder



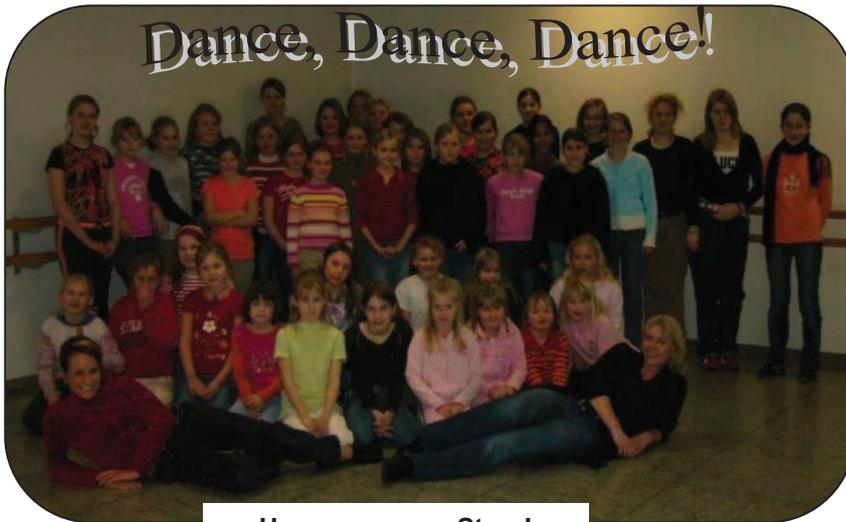
Jazzdance für Mädchen 8 – 13 Jahre

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Nicole Schwarzer	04456/948715	Montag	15:00 – 16:00	Spiegelsaal
Yvonne Spauka	04451/950830		16:00 – 17:00	BBS Varel

Von Video Clip über Hip Hop bis Line Dance und River Dance haben wir uns im letzten Jahr die Füße heiß getanzt.

Aktuell beschäftigen wir uns mit dem den Musicals „Dirty Dancing“ und „Grease“, die wir im Sommer 2006 zur 100 Jahr Feier des TUS Obenstrohe aufführen möchten.

Seit dem 02. Februar 2004 haben wir eine zweite Gruppe im Bereich Jazztanz eingerichtet, die mit großem Erfolg besucht wird. Da die Resonanz sehr groß ist, planen wir in nächster Zukunft noch eine dritte Gruppe für „musikalische Früherziehung“ einzurichten. Leider steht uns bisher noch keine weitere Räumlichkeit zur Verfügung.



Unsere ganzen Stars!

Die Kinder konnten ihr Können im letzten Jahr sowohl bei der erfolgreichen Aufführung in der Sporthalle als auch auf Geburtstagen, Silberhochzeiten und vor allem auf dem Stadtfest im Sommer 2005 unter Beweis stellen.

Nicht nur die Kinder, sondern auch wir als Übungsleiter haben sehr viel Spaß dabei und sind sehr stolz auf unsere Truppen.

Auch ein riesiges Dankeschön an die Eltern der kleinen Tänzerinnen, die uns immer wieder unterstützen.

Yvonne und Nicole

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Yvonne Spauka Edith Rinne	04451/950830 04451/3953	Montag	19:00 - 20:00 20:00 - 21:00	gr. Halle Plaggenkrugstraße
Yvonne Spauka	04451/950830	Mittwoch	19:00 - 20:00	

Aerobic · Step Aerobic

*Thai Bo · Salsa Aerobic · Riverdance · Linedance
Kräftigung · Ausdauer · Herz-Kreislauf-Training*



Das unser Programm voll im Trend liegt, beweist die große Teilnahme an unseren Übungsstunden.

Durch das abwechslungsreiche Angebot kommt nie Langeweile auf und die Teilnehmer sind motiviert, sich wöchentlich doch immer wieder von dem Sofa aufzuraffen ☺

Durch moderne Musikstücke, anspruchsvolle Choreografien, und Kräftigung der Muskulatur wird nicht nur Koordination gefordert, sondern auch Kondition aufgebaut und die

Fettverbrennung ange-



Durch den Besuch jeder Stunde wird auch gleichzeitig unser Herz-Kreislauf-System trainiert. Nicht nur im Unterricht wird Motivation und Spaß gefordert, sondern auch bei der jährlichen Fahrradtour mit geheimgehaltenem Ziel, Spiel und gutem Essen sowie einem gemeinsamen Weihnachtsfest mit „anspruchsvollen“ Geschenken.

Wir freuen uns auf jeden Teilnehmer - Anfänger sowie Fortgeschrittene werden immer auf ihre Kosten kommen, wenn sie gute Laune und Spaß mitbringen.

Eure Yvonne und Edith

Damenturnen Mo.-Gruppe

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Sieglinde Riewe Monika Neumann	04451/82093 04451/5231	Montag	20:00 - 22:00	gr. Turnhalle Plaggenkrugstraße

Zu den Übungsstunden treffen sich Frauen mittleren Alters, die zu jung für die Senioren, aber durch körperliche Einschränkungen zu alt für die Aerobic sind.

Die Programmgestaltung umfasst das Aufwärmen mit Musik, es folgt das Aufbauprogramm mit Gymnastik unterschiedlicher Prägung, besonderer Wert wird auf den Erhalt der Beweglichkeit gelegt und auf rückenstärkende Übungen. Dehnübungen zum Ausklang der Stunde sind Programm.

Der sehr gute persönliche Kontakt unter den Sportlerinnen wird durch das Faschingsfest, die sommerliche Radtour und die Weihnachtsfeier gepflegt.



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Brigitte Woisch	04451/82236	Donnerstag	20:00 - 21:30	kl. Turnhalle Riesweg

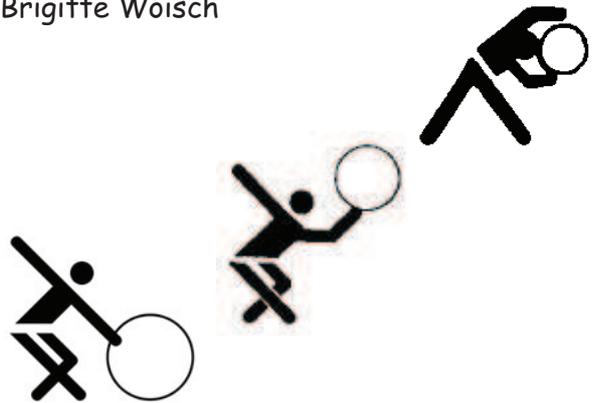
Am Übungsabend treffen sich regelmäßig 14 - 16 Frauen, die an einem umfangreichen Trainingsprogramm teilnehmen. Wir sind Frauen von 40 bis unbegrenzt nach oben. Zum warm machen finden am Anfang der Stunde verschiedene Laufübungen statt.

Weiter geht es dann mit einer schwungvollen Gymnastik mit Musik, mal auf dem Hocker, mal mit Stab, Seil und Ball. Auf den Matten tun wir etwas für die Beweglichkeit, für den Rücken und auch die Bauchmuskeln kommen nicht zu kurz. Dehnungs- und Kräftigungsübungen gehören auch dazu.

Die Geselligkeit wird bei uns auch sehr gepflegt. Zur Tradition geworden sind das Heringessen im Frühjahr, die Radtour vor

den Sommerferien und als Jahresabschluss eine schöne besinnliche Weihnachtsfeier. Die Gruppe erfreut sich großer Beliebtheit, das zeigt sich auch daran, dass immer wieder neue Frauen den Weg in die Sporthalle finden.

Brigitte Woisch



Yoga-Gruppe

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Hildegard Sandgaard	04451/5441	Dienstag	15:30 - 17:00	kl. Turnhalle Riesweg



Unsere Yoga-Gruppe besteht seit 5 Jahren. 25 - 30 Teilnehmerinnen treffen sich zu den Übungsstunden einmal in der Woche.

Mit sanften Übungen, Atemtechniken, Dehnungs- und Entspannungsübungen bringen wir den Körper, den Geist und die Seele in Einklang. Das Geheimnis des Yogas liegt darin, die Muskeln zu strecken und zu dehnen. Die Bewegungen sind langsam und bedächtig. Ein Gefühl der Frische zeigt an, dass man richtig geübt hat.



Auch das „Gesellige“ kommt bei uns nicht zu kurz. Am letzten Übungstag treffen wir uns zur Weihnachtsfeier. Mit Kaffeeklatsch und stimmungsvoller Unterhaltung lassen wir das Jahr ausklingen.



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Klaus Könighaus	04451/3913	Freitag	20:00 - 22:00	kl. Halle Riesweg

An jedem Freitag von 20.00 - 22.00 Uhr treffen wir uns mit 8- 10 Männern in der kleinen Sporthalle.

Unser Programm besteht meistens aus Gymnastik, Fußball und Volleyball. Am gemütlichen Stammtisch wird danach über die Ergebnisse diskutiert. Das Alter unserer Truppe reicht von 35 bis ca. 60 Jahren.

Während des abgelaufenen Jahres haben uns einige Kameraden aus persönlichen Gründen verlassen. Andersrum wurde die Mannschaft aber auch von neuen Mitgliedern wieder verstärkt. Neue Gesichter sind aber immer noch herzlich willkommen.

Wenn „Ehemalige“ noch Lust am ungezwungenen Sport haben, sollten sie mal unverbindlich am Freitag reinschauen..

Seniorengruppe

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Peter Brüling	04451/7705	Donnerstag	15:30 - 16:30	gr. Turnhalle Plaggenkrugstraße

An unseren Turnstunden nehmen durchschnittlich 14 Personen teil. Wie immer kam auch in diesem Jahr der gesellige Teil nicht zu kurz:

08.01. - Erster Turntag.

19.01. - Karnevalsfeier in der Turnhalle mit Kaffee und Berlinern.

04.03. - Boßeln, mit anschließendem Kohlessen im Obenstroher Hof.

17.06. - Wir waren bei den Schützen, haben unter uns auch den König ausgesprochen, beim Knobeln hatten wir Glück - 7 Würste wurden gewonnen.

31.07. - Beim Seniorennachmittag des Schützenvereins waren wir dabei.

19.08. - Bei Eilers in Altjührden hatten wir uns zum Grillen eingefunden, alles war gut.

13.09.-16.09.

Unser Viertages-Ausflug nach Barth. Eine Fahrt mit dem Schiff durch die Pommersche Boddenlandschaft. Eine Tagesfahrt nach Rügen war auch dabei. Wir hatten jeden Tag schönes Wetter.



04.12. - Zur gemütlichen Weihnachtsfeier trafen wir uns im Landgasthof Haßmann.

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Roswitha Fabian Ute Eilers	04456/306 0174/6811079	Montag Dienstag Donnerstag	08:45 - 10:00 15:30 - 16:45	Parkplatz vor der gr. Halle Plaggenkrugstraße

Wir sind voll im Trend!



Es ist immer wieder ein neues und schönes Erlebnis, durch die frische Luft zu gehen und die Natur zu genießen. Die Laune hebt sich, man fühlt sich zuversichtlich und ausgeglichen. Gerade in Stress- und Krisenzeiten kann das besonders hilfreich sein. Zum Wohlbefinden tragen die motivierten und fröhlichen Frauen bei. Nicht nur der Körper - auch die Seele profitiert von diesem regelmäßigen Training.

Montags findet die **Walking-Gruppe** statt, dienstags und donnerstags finden sich alle mit den entsprechenden Stöcken zum **Nordic-Walking** ein. Nach einem wohl durchdachten Konzept beginnen wir mit dem Warm-up, um das Herz-Kreislauf-System in Schwung zu bringen und die Muskulatur zu erwärmen. Wir starten zunächst für einige Minuten in gemäßigtem Tempo, dann steigern wir bis zu unserem Wohlfühltempo. Wir walken ca. 1 Stunde (5-6 km), reduzieren die letzten 5 Minuten wieder die Geschwindigkeit, um als Abschluß das Cool-down mit den Stretching-Übungen durchzuführen. Dabei dehnen wir alle beanspruchten Muskelgruppen systematisch.



Walking macht Spaß !

Interessierte Frauen und Männer
sind herzlich willkommen!



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Jochen Neff	04451/6775	Montag	17:00 - 20:00	Sportplatz Plaggenkrugstraße

Seit 1978 bietet der TuS Oberstrohe das Sportabzeichen an. In dieser Zeit wurden 1659 Verleihungen vorgenommen.

Die Beteiligung setzt sich zusammen aus:
 823 Erw. (571 Männer - 252 Frauen)
 268 Jgd. (195 Jungen - 73 Mädchen)
 568 Schüler (281 Jungen - 287 Mädchen)
 und 89 Familienurkunden.

Im Jahr 2004 beteiligten sich 93 Personen am Sportabzeichen:

45 Erw. (23 Männer - 22 Frauen)

14 Jgd. (13 Jungen - 1 Mädchen)

34 Schüler (13 Jungen - 21 Mädchen)

und 6 Familienurkunden: Familie Nattke mit 4 Personen, Familie Wodtke mit 4 Personen, Familie Bicker mit 3 Personen, Familie Müller mit 3 Personen, Familie Gebauer mit 3 Personen, Familie Janßen mit 3 Personen.

Besondere Auszeichnung erhielten Herbert Kuhr Gold 10 mal und Bärbel Athen 20 mal.

Verliehen wurde bei Erwachsenen 16 mal Bronze, 3 mal Silber, 3 mal Gold, 23 mal Wiederholung

Erfreulich war für die Abnehmer, dass 16 Neueinsteiger (Erwachsene) sich an der „Olympiade des kleinen Mannes“ beteiligt haben. Als Mannschaft beteiligte sich Dierk Nattke mit 10 B-Jugend-Fußballern und die Schule mit 12 Schülern (8 Jungen und 4 Mädchen).

Für die kommende Saison, 100-jähriges Bestehen des TuS Oberstrohe, erhoffen sich die Sportabzeichenabnehmer eine größere Beteiligung. Angesprochen sind hiermit die Schule, die Spartenleiter und Trainer im Verein, aber auch alle Erwachsene, die mit Freude und Spaß ihre körperliche Fitneß einmal testen wollen!

Jochen Neff



Radfahren



Sprung



Lauf



Schwimmen



Inlineskaten



Wurf/Stoß

Funktionsgymnastik im Gesundheitssport für Frauen

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Katja Schimansky	04451/4928	Montag	19:00 - 20:00	gr. Halle Plaggenkrugstraße

Funktionsgymnastik beinhaltet schonende, der Funktion entsprechende Gymnastik für den ganzen Körper.

Wir beginnen jede Übungsstunde mit leichten Übungen zum Aufwärmen. Anschließend im Hauptteil beschäftigen wir uns mit Dehn-, Kräftigungs- und Mobilisationsübungen für alle Gelenke und Muskeln. Zum Abschluss Muskellockerung durchgeführt.

Meine Übungsstunden sind immer sehr gut besucht und alle sind mit viel Konzentration dabei. Die Gruppe ist für Frauen und Männer offen.



Funktionsgymnastik im Gesundheitssport für Frauen

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Edda Koch	04451/7331	Mittwoch	20:00 - 22:00	Grundschule Osterstraße

Gestaltung der Übungsabende

- Fitness zum Aufwärmen mit Musik
- Funktions- und Rückengymnastik
- Dehn- und Streckübungen mit und ohne Handgeräte z. B.: Ball, Band, Seil, Hanteln, Thera - Band, Zauberschnur u.s.w.
- Übungsbeispiele an Bänken, Kästen u. Matten
- Wettspiele
- Entspannungsübungen u.a. mit Tennisbällen u. Massagebällen, Partnerübungen mit u. ohne Musik.

Geselligkeiten:

Geburtstagfeiern, Fahrradtouren, Weihnachtsfeier.

Als Übungsleiterin besitze ich:

- die 1. u. 2. Lizenzstufe des DSB. (Reha-Schein),
- den Rücken – Fit - Schein (Gesundheitsförderung nach § 20),
- die Übungsleiterlizenz der Rheuma – Liga.

Edda Koch

Funktionsgymnastik im Gesundheitssport <u>Sie & Er ab 60</u>				
ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Edda und WolfgangKoch	04451/7331	Freitag	17:45 – 19:00	Grundschule Schlossplatz

Motto: "Viel Freude und viel Bewegung in der Freitagsgruppe"



Unsere Gestaltungen der Übungsabende:

- Erwärmung: Immer in verschiedenen Formen
- Gymnastik: Zur Erhaltung der Beweglichkeit, des Gleichgewichtes, der Reaktion, dazu unterschiedliche Kreislaufbelastungen bei
- "Spiele u. Spaß": Federball, Handgeräte wie Thera-Bänder, Frisbee, Stäbe, Reifen.
- Gymnastik im Sitzen, Rücken und Entspannungsübungen u.a. mit Massagebällen, Tennisbällen.
- Kleine Wettspiele runden die Übungsstunde ab, oft mit musikalischer Unterstützung.
- Geselligkeiten: Spaziergänge, Grünkohlessen, Weihnachtsfeier.
- Wir haben als Übungsleiter die Lizenzstufe 1 u. 2 des Deutschen Sportbundes (Reha-Schein), den Rücken – Fit - Schein (Gesundheitsförderung nach § 20), die Übungsleiterlizenz der Rheuma – Liga.

Edda u. Wolfgang

Funktionsgymnastik im Gesundheitssport <u>Sie & Er um 50</u>				
ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Edda und WolfgangKoch	04451/7331	Freitag	19:00 – 21:00	Grundschule Schlossplatz

Sie und Er



- Stundenanfang: Konditionstraining
Laufen, Gehen, auf und über die Bänke, Cirkeltraining, Gesundheitsgymnastik, Wettspiele, Ballspiele, Frisbee.
- Mitte: Auf der Matte Übungen zur Stärkung der Rücken- u. Wirbelsäulenmuskulatur, Gesundheitsgymnastik, zur Unterstützung nehmen wir auch Hanteln, Thera-Bänder oder Gewichtsmanschetten, Tennisbälle oder andere Geräte.
- Schluss: Badminton, Basketball, Prellball, Hockey oder andere Ball-Spiele.
- Geselligkeiten: Spaziergänge mit Grünkohlessen, Fahrradtouren, Weihnachtsfeier.
- Wir habe als Übungsleiter die Lizenzstufe 1 u. 2 des Deutschen Sportbundes (Reha-Schein), den Rücken – Fit - Schein (Gesundheitsförderung nach § 20), die Übungsleiterlizenz der Rheuma – Liga.

Edda u. Wolfgang Koch

Parkinsongruppe

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGS-TAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Eike Peters Gabriele Kögler	04451/957101 04451/81356	Donnerstag	15:30 – 16:30	gr. Halle Plaggenkrugstraße

Jeden Donnerstag (außer in den Schulferien) trifft sich die Parkinsongruppe in der großen Halle am Sportplatz Plaggenkrugstraße in Obenstrohe.

Übungsleiterin dieser Gruppe ist die Physiotherapeutin Gabriele Kögler.

Die Teilnehmer kommen aus unterschiedlichen Alters und Leistungsbereichen, was sich allerdings nicht negativ auf die Gruppenarbeit auswirkt.

Zum Teil spielerisch, aber auch trainingsorientiert versuchen wir die Probleme der Erkrankung anzugehen und auch vorbeugend zu arbeiten.

Im letzten Jahr haben wir wieder neue Teilnehmer dazu bekommen, worüber wir uns sehr freuen. Es hat sich gezeigt, dass durch den Sport eine tolle Gemeinschaft entsteht, in der die Teilnehmer untereinander Ihre Erfahrungen austauschen.



en)

Wer Interesse hat bei uns mitzuturnen, kommt einfach mal unverbindliche vorbei.

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Koordinator: Dr. Johann Warns Marlene Schröder Martina Geisthardt	04451 84045 04451-6542 04451 861449	Mittwoch	17:00 - 19:00	Sporthalle der Pestalozzischule Oldenburger Str. 7

Die Herzsportgruppen - mit Rezept

Der Sport findet in Anwesenheit eines Arztes unter Anleitung von ausgebildeten Fachübungsleiterinnen statt.

Die Gruppeneinteilung wird nach Leistungsstärke von Dr. Johann Warns vorgenommen.

Es bestehen 3 unterschiedliche Gruppen. Trainiert wird Mittwochs von 17:00 - 19:00



17:00 - 18:00 Hockergruppe

17:00 - 18:00 Übungsgruppe

18:00 - 19:00 Trainingsgruppe

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Koordinator: Dr. Johann Warns Karin Wilkens (ab 07.04.05)	04451 84045 04451 4615	Mittwoch	16:00 - 17:00	Sporthalle der Pestalozzischule Oldenburger Str. 7

Sport mit Herz - ohne Rezept

Eine Gruppe ohne Anwesenheit eines Arztes, unter Anleitung einer ausgebildeten Fachübungsleiterin.

Die Gruppenzuweisung erfolgt durch Dr. Johann Warns.

So könnte eine Stunde ablaufen:

- Pulsen
- Aufwärmung, Lauftraining
- Pulsen
- Gymnastik, leichtes Krafttraining
- Basketball, Volleyball, Fußball, Stoppball
- mit angepassten Spielregeln
- Entspannung (wenn wir uns nicht verspielt haben)
- Pulsen



In den Vorjahren fanden Ferienaktionen wie Boßeln, Besichtigungen, Radtouren und Walking statt.

ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Marlene Schröder	04451-6542	Dienstag	19:00 - 20:00	kl. Halle Riesweg

*D*ienstag 19:00 - 20:00

*I*n Obenstrohe, kleine Sporthalle

*A*uskunft M. Schröder, Tel 6542

*B*ist Du interessiert?

*E*s werden Teilnehmer gesucht!

*T*el: Dr. Warns 04451 84044

*E*uch bringt Marlene in Schwung!

*S*paß macht uns 

S *P* *O* *R* *T*



auch!

ABTEILUNGSLEITER: ULF BETKE TEL. 04456-577				
ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGS-ZEIT	ORT
Ulf Betke Joschka Block	04456-577 04451-6738	Samstag (Leistungs- gruppe)	10:30 - 12:00	Hallenbad Varel.
Birgit Gründler Susanne Hoffmann	04451-957459 04451-860787	Montag (ab See- pferdchen)	15:00 - 16:30	Lehrschwimmbecken der Sonderschule Oldenburger Str. 7
Annemarie Padeken Andrea Janßen Janina Scheider Merle Jeltsch Linda Zerner	04451-5411 04451-956395 04451-82531 04451-5674 04451-951876	Freitag (Wasser- gewöhnung)	16:30 - 18:00	Lehrschwimmbecken der Sonderschule Oldenburger Str. 7

Wieder ist ein Jahr vergangen. Was gibt es Neues bei den Schwimmern?

Die Schwimmabteilung besteht momentan aus fünf Gruppen mit insgesamt ca. 75 Kindern im Alter von 4 bis 16 Jahren. 2004 hat sich viel verändert, gerade bei den Übungsleitern. Im Folgenden stellt sich jede Gruppe kurz vor:

Im Herbst 2004 verließen uns in der Wassergewöhnung zwei Übungsleiter, Janka und Simon haben beide angefangen zu studieren. An dieser Stelle nochmals vielen Dank für Eure langjährige Mitarbeit. Dafür konnten wir aber auch neue Helfer gewinnen: Zu Ulf und Andrea hat sich Linda gesellt, auch Annemarie unterstützt uns, wenn Not am Mann ist. Zusätzlich helfen uns Janina, Merle und Bastian, im Wasser den Überblick zu behalten.

Seit Anfang des Jahres 2005 können wir endlich eine neue Wassergewöhnungsgruppe anbieten und so den vielen Anfragen entsprechen. Jeden Freitag zwischen 16:30 Uhr und 17:15 Uhr tummeln sich unsere Kleinsten im Wasser. 19 Kinder im Alter zwischen vier und sechs wollen mit viel Spaß an das Wasser gewöhnen und das Schwimmen lernen. Nach dem gemeinsamen Duschen hangeln

sich alle Kinder am Rande des Schwimmbeckens entlang, krabbeln und rollen über große Schwimmmatten, blubbern ins Wasser und robben auf den Stufen entlang. Danach folgt meistens noch eine Spielerunde mit viele Gespritze und Geplansche. Spielerisch vermitteln wir den Kindern die Grundlagen des Schwimmens. Wir üben Gleiten, die Arm- und Beinbewegung und mit dem sogenannten „Turboantrieb“ schwimmen dann alle kreuz und quer durch das Becken, um alles Geübte miteinander zu kombinieren. Auch erste Tauchübungen werden gemacht und eine Dreiviertelstunde ist schnell herum. Nach dem Abschlußkreis geht es wieder unter die Dusche.

Während unsere Kleinsten dann von den Eltern in Empfang genommen werden, bleiben wir Übungsleiter im Wasser und nehmen die „Großen“ in Empfang. Von den 16 Kindern in der zweiten Gruppe können viele schon schwimmen und haben sogar schon das Seepferdchenabzeichen.

Natürlich steht auch hier der Spaß im Wasser im Vordergrund. Wichtig ist uns aber auch, dass die Kinder sich nicht nur über Wasser halten können, sondern auch einen guten Schwimmstil entwickeln.



Auch erste Übungen zum Startsprung und Streckentauchen gehören mit ins Programm. Die Übungsstunde endet oft

mit der bei den Kindern sehr beliebten Spielzeit, in der sie mit allen in der Halle verfügbaren Spielgeräten herumtoben dürfen.

Die Montagsschwimmgruppe (15:00-16:30) wird von Susanne Hoffmann und Birgit Gründler betreut. Im Lehrschwimmbecken der Sonderschule werden die Schwimmkinder aus der 2. Freitagsschwimmgruppe übernommen, sofern sie schwimmen können. Mit den Kindern wird die Brustschwimmtechnik verbessert bis hin zur Brustatmung. Auch das Kraulschwimmen in Brust- und Rückenlage wird eingeführt. Hierbei werden unter anderem Schwimmflossen eingesetzt, welche den Kindern das Erlernen der Schwimmtechnik erleichtern. Außerdem bringt das Bewegen mit Flossen Spaß - ein schöner Nebeneffekt, oder?

Wegen der geringen Wassertiefe (max. 1,20m) können für den Startsprung nur ein paar Vorübungen durchgeführt werden. Diese sollen den Kindern die Angst davor nehmen, mit dem Kopf voran ins Wasser zu springen. Allgemein sollen die Kinder durch Übungen und Spiele in und unter Wasser an Sicherheit gewinnen. Aufgrund der Gegebenheiten im o.g. Schwimmbecken können wir nicht Alles für die Schwimmbabzeichen Bronze und Silber üben - aber Vieles!

Die Samstagsgruppe (10:30-12:00) besteht aus zwei Gruppen, die auf je einer Bahn trainieren. Die Kinder im Alter von 7-10 Jahren werden von Joschka Block betreut, die Älteren von Ulf Betke. Auch im letzten Jahr gab es wieder eine Veränderung bei der Samstags-Gruppe. Die jüngeren Schwimmer werden seit September 2004 von Joschka Block trainiert. Er hat die Gruppe übernommen, nachdem seine Schwester Janka - die lange Zeit mit viel Verantwortung und Motivation die Gruppe geleitet hat - nach Hildesheim umgezogen ist, um dort Pädagogik zu studieren. Für

einige war die Umstellung am Anfang sicher nicht ganz einfach, aber inzwischen haben sich Schwimmer und Trainer gut aneinander gewöhnt. Selbst nach einer langen Diskonacht und wenig Schlaf fällt es Joschka nicht schwer, morgens pünktlich aus dem Bett zu kommen um seine Gruppe am Samstagmorgen zu trainieren.

Die "Kleinen" der Leistungsgruppe kommen aus der Übungsstunde von Montags. Vorrangig wird zunächst das Brustschwimmen verbessert. Aber auch die Grundformen Kraul-, Delphin und Rückenschwimmen werden erlernt. Bei dem Trainingsprogramm, kann Joschka als langjähriger Wettkampfschwimmer, seine eigenen Trainings-Erfahrungen weitergeben und sinnvoll bei den Übungen mit einbeziehen. Viele der Schwimmer haben zum Jahresende bereits an einigen Wettkämpfen, wie z. B. Stadtmeisterschaft und Weihnachtsschwimmen teilgenommen und dabei gute Leistungen gezeigt. Wichtig ist Joschka, dass die Kinder Spaß am Schwimmen haben, Ehrgeiz auch für Wettkampfteilnahmen entwickeln und sich die Leistungen nach und nach steigern.

In der zweiten Gruppe arbeiten wir hauptsächlich an der Schwimmtechnik und der Kondition, aber auch hier steht der Spaß am Schwimmen im Vordergrund. Im letzten Jahr haben unsere Schwimmer an zahlreichen Wettkämpfen teilgenommen und dabei sehr gut abgeschnitten. Einige Schwimmer wollen in diesem Jahr ihren Übungsleiterschein machen und uns dann bei unserer Arbeit unterstützen. Janina und Bastian sammeln daher schon fleißig Erfahrungen in der Freitagsschwimmgruppe. Das Zeltlager in Bockhorn ist in diesem Jahr leider aufgrund des schlechten Wetters ausgefallen, als Ersatz sind wir mit allen Kindern der Samstagsgruppe nach Dangast ins Quellbad gefahren.

Das Jahr 2004 war ein schönes und erfolgreiches Jahr, an dieser Stelle sei noch einmal den Übungsleitern und Helfern gedankt, ohne die eine Schwimmabteilung in dieser Form nicht möglich wäre.

EIN BALL VERBINDET

Fußball im TuS Obenstrohe



Hallo Fußballfreunde,

ein ereignisreiches, erfolgreiches Jahr 2004 liegt hinter uns. Wir sind einer der wenigen Vereine im Kreis Friesland, der immer noch fünf Herrenmannschaften in den Spielbetrieb schickt. Und dies liegt daran, dass wir sehr engagierte Trainer und Betreuer in den jeweiligen Mannschaften haben. Auch das Umfeld stimmt, wenn es heißt mit anzufassen. Sei es bei der Vorbereitung und Durchführung von Turnieren oder bei der Platzpflege, es sind immer helfende Hände da. Dafür sagen wir **Danke!**

Auch vor der Zukunft ist uns nicht Bange. Zwar ist die laufende Saison noch nicht abgeschlossen und es wird sicherlich noch viel passieren, aber bereits jetzt werden die Vorzeichen für die kommende Saison gestellt.

Unsere „Erste“ und „Zweite“ profitieren nunmehr von der guten Jugendarbeit in unserer Abteilung. Dadurch wird auch die Suche nach neuen Spielern einfacher, der TuS Obenstrohe hat einen guten Namen.

Nachfolgend ein kurzer Überblick über unsere fünf Herrenteams:

Unsere „Erste“, das Aushängeschild der Abteilung, spielt in der Kreisliga. Die vergangene Saison wurde mit dem achten Tabellenplatz abgeschlossen. Zahlreiche A-Jugendspieler wurden bereits in das Team eingebaut. Die Mischung zwischen jugendlicher Dynamik und Erfahrung stimmt. Die Mannschaft wird von Trainer Dierk Nattke und Betreuer Uwe Lange geführt.

Nach anfänglichen Startschwierigkeiten liegt unsere „Erste“ derzeit auf dem 8. Tabellenplatz. Der Blick richtet sich aber noch vorne. Die junge Mannschaft ist noch Erfolgshungrig und wird sich auch von kleinen Rückschlägen nicht aus der Ruhe bringen lassen.

Auch das zweite Jahr unter der Leitung von Trainer Bernd Oleschinski und Betreuer Ralf Harms verlief für unsere „Zweite“ außerordentlich gut. Am Ende der letzten Saison stand das Team auf dem sechsten Tabellenplatz. Die laufende Spielzeit ist noch nicht so erfolgreich. Das Team steht im Mittelfeld der Tabelle. Aber damit sind die Jungs um Keeper Christian Gäbel noch nicht zufrieden. Mit ein wenig mehr Glück, kann die Mannschaft auch einen der vorderen Plätze belegen. Das Potential dazu hat sie.

Für die Geschehnisse unserer „Dritten“ ist Trainer Peter Lammers zuständig. Ihm zur Seite steht als Betreuer Friedrich Gramberg. Am Ende der letzten Saison belegte das Team einen hervorragenden Mittelfeldplatz. Mangels Maße wurde für die laufende Saison die 2. und 3. Kreisklasse zusammengefasst. Leider hat sich die Mannschaft noch nicht so Recht gefunden. Zwar gab es einige Erfolgserlebnisse, aber insgesamt sind die Verantwortlichen der Mannschaft mit dem Erreichten nicht zufrieden.



Unsere Alt-Herrenmannschaft (Ü35) befindet sich im Aufwind. Wurde die Mannschaft von Trainer Michael „Karlchen“ Könighaus und Betreuer Jürgen Giewald in der vergangenen Saison nur Tabellenachter, so sieht es in dieser Saison besser aus. Zurzeit liegt sie auf Platz drei. Zwar ist die Saison noch lang und es kann noch viel passieren, aber bleibt das Team von Verletzungen verschont, dann wird sie einen der vorderen Plätze belegen. In der Halle hat sie bewiesen, dass sie Fußballspielen kann. Mit dem Gewinn der Hallenkreismeisterschaft ist der erste Titel eingefahren.

Auch für unsere Ü45-Mannschaft geht es um Punkte und Meisterschaftsehren, zwar nicht mehr so verbissen, aber doch noch mit vollem Einsatz. Die meisten Spieler des Teams haben bereits viele „Schlachten“ für den TuS Obenstrohe geschlagen und haben sich in der Kleinfeldmannschaft gefunden, um hier weiterhin dem runden Leder treu zu bleiben. Verantwortlich für die Geschehnisse der Ü45 ist Trainer Bernhard Remmers.

Zusätzlich zu unseren aktiven Spielern „pfeifen“ derzeit neun Schiedsrichter für unseren Verein. Ein beachtlicher Erfolg, denn wir müssen für jede Großfeldmannschaft einen aktiven Schiedsrichter stellen. Als Schiedsrichterobmann fungiert Ingo Höfers.

Aber nicht nur auf dem Fußballfeld stimmt es. Das sich ein Besuch eines Heimspiels unserer „Ersten“ lohnt, dafür sorgt das Bu-denteam. An der Spitze mit Ingrid Nattke, Annette Haupt und Arnd Nattke. Das Trio plus Helfer sorgt sich um das leibliche Wohlbefinden unserer Fans und Besucher.

Der Vorstand der Fußball-Abteilung besteht aus fünf gleichwertigen Partnern. Die Leitung der Abteilung obliegt Ingo Onken, die Kasse führt Ralf Rath, verantwortlich für die Spielkoordination und des Paßwesens ist Frank Brunken, Leiterin des Spielbetriebs ist Annette Haupt, als Jugendleiter fungiert Dierk Nattke, für die Sponsorenbetreuung ist Holger Zehrer zuständig.

Unser Dank an dieser Stelle gilt neben allen Helfern aber auch unseren Sponsoren, die unsere Abteilung finanziell unterstützen. Ohne deren Unterstützung wäre es uns nicht möglich, diese große Sparte so erfolgreich zu führen.

Neues aus der Fußball-Abteilung können alle Interessierten auch in unserem „TuS aktuell“ nach lesen. Er erscheint zu jedem Heimspiel unserer „Ersten“ und berichtet über die aktuelle Situation in der Fußball-Abteilung.

Der Vorstand der Fußballabteilung des TuS Obenstorhe von 1906 e. V.



Handball in Varel gibt es bei der HSG Varel.



Der Zusammenschluss der Großvereine hat sich weiter entwickelt und wird auch seitens des TuS Obenstrohe unterstützt. Nachdem bekannt wurde, dass sich einer der Vereine (TV Altjührden) zum Ende der Saison aus der HSG zurückziehen wird, gab es sofort Diskussionen über den Fortbestand der HSG, aber es wird bei der HSG weitergehen. In diesem Jahr finden Neuwahlen bei der HSG statt. Zurzeit laufen viele Gespräche über die Zusammensetzung des neuen Vorstandes. Zu besetzen sind der Posten des 1. Vorsitzenden, des 2. Vorsitzenden (Rücktritt aus gesundheitlichen Gründen), des Spielwartes und des Schiedsrichterwartes.

Die HSG Varel verfügt in der Saison 04/05 über 10 Jugendmannschaften und 8 Erwachsenenmannschaften, die in verschiedenen Spielklassen spielen.

Vorrangiges Ziel ist es, den jungen Handballern eine geeignete Spielklasse für die jeweilige Leistung zur Verfügung zu stellen. Talente sollen gefördert werden, um sie langsam an die höheren Klassen heranzuführen. Nicht vergessen wird dabei der Breitensport, um viele Handballer in der HSG zu vereinen.

Die erste Herrenmannschaft spielt in der zweithöchsten Spielklasse in diesem Jahr nicht ganz erfolgreich Handball, aber der Klassenerhalt soll noch geschafft werden. Die „Zweite“ versucht in der Verbandsliga Niedersachsen den guten Nachwuchs zu integrieren und auf Höheres vorzubereiten.

Mit zwei Damenmannschaften ist man in dieser Saison angetreten. Die 1. Damen spielt in der Bezirksliga und belegt dort den zehnten Platz, die 2. Damen in der Kreisoberliga den vierten Platz.

Im Jugendbereich spielen wir mit 4 Mannschaften in der Weser-Ems Liga ganz erfolgreich.

In der weiblichen A-Jugend belegen wir den ersten Platz, so dass auch der Nachwuchs für unsere Damenmannschaften gewährleistet ist.

Wir wollen weiterhin vielen Jugendlichen die Chance geben, auch hochklassigen Handball in Varel zu spielen. Ziel soll und muss es sein, „echte“ Vareler in unseren Mannschaften zu vereinen.

Selbst der Nachwuchs ist begeistert dabei. Die fünf- bis achtjährigen Kinder trainieren regelmäßig freitags von 16:00 - 17:00 Uhr unter der Leitung von Peter Holm und Jochen Toepler (Spieler der 1. Herrenmannschaft).

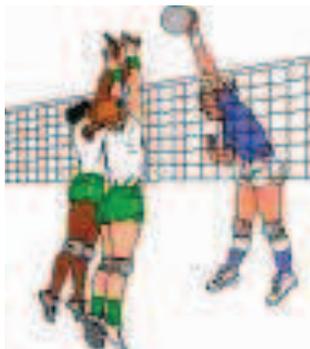
Peter Holm Tel: 04451/7971

Jederzeit kann man sich auch im Internet unter www.hsg-varel.de informieren. Hier findet der Handballinteressierte alles rund um den Verein.



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Ute Peter Antje Vowinkel	04451/82910 04451/2632	Montag Freitag	20:00 - 22:00 17:00 - 18:00	gr. Halle Plaggenkrugst raße

Mit nunmehr 10 - 16 jungen und jung gebliebenen Frauen und Männern finden wir uns zweimal in der Woche zusammen. Unter fachmännischer Anleitung, am Montag erlernen und verfeinern wir das Volleyballspiel. Aufwärm- und Spielzugübungen sowie das Spiel an sich werden trainiert. Seit kurzer Zeit spielen wir auch am Freitag. An diesem Tag jedoch freizeitmäßig.



Wir freuen uns, dass wir es, wie auch in dem Jahr zuvor, möglich gemacht haben, unterschiedliche Mannschaften in unserer Halle zu Freundschaftsspielen begrüßen zu dürfen. Auch waren wir selbst Gast bei einem Turnier. Zwar nehmen wir in diesem Jahr nicht an der Hobbyrunde teil, was sich aber zur nächsten Saison wieder ändern soll.

Bei allem Trainings- und Spieleifer kommt nun auch die Geselligkeit nicht zu kurz. Einmal im Monat, immer montags, sitzen wir nach dem Training in gemütlicher Runde zusammen.

Wer (wieder) Lust aufs Spielen bekommen und einige Kenntnisse im Volleyballspiel hat, ist bei unseren Trainingsabenden herzlich willkommen.



ABTEILUNGSLEITER:		WERNER KREHL		TEL.: 04451/85132	
GRUPPE	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT		
Erwachsene	Dienstag	20:00 - 22:00		gr. Sporthalle Plaggenkrug- straße	
	Freitag	20:00 - 22:00			
Jugend	Freitag	19:00 - 20:30			
Schüler	Mittwoch	17:00 - 18:30			

Badminton für jung und alt bietet der TuS Obenstrohe.

Je nach Interesse besteht die Möglichkeit zum Wettkampfsport (Punktspiele, Turniere) oder Hobbysport.

Für die Punktspielsaison 2004/2005 wurden 3 Mannschaften gemeldet.

Die Erwachsenenmannschaft konnte sich nach ihrem Aufstieg in die Bezirksklasse auch in der neuen Spielklasse gut behaupten. Während die Hinrunde mit 10:4 Punkten abgeschlossen wurde, reichte es in der Rückrunde nur zu 5:9 Punkten. In der Abschlusstabelle reichte es somit nur zum 5. Platz. Folgende SpielerInnen wurden eingesetzt: Nicole Wächter, Wendy Varrelmann, Andrea Smid, Guido Neuber, Werner Krehl, Dimitri Bangert und Andreas Brandt.

Bei den Schülern U 15 hatten wir 2 Mannschaften. Die meisten SpielerInnen nahmen erstmals am Punktspielbetrieb teil. In den einzelnen Spielen gab es zum Teil recht hohe Niederlagen. Aber auch einige Erfolge waren zu verzeichnen. In der Abschlusstabelle belegte die 1. Mannschaft den 6. Platz und die 2. Mannschaft den 7. Platz. Folgende SpielerInnen wurden eingesetzt: Johannes Möbius, Simon Ransone, Marcel Gebauer, Philip Onken, Niklas Köster, Daniela Neumann, Reamie Braje, Anita Metzemacher, Janina Bäuerle, Andre Meyer, Annika Euwens, Kirsten Hörmann und Anna Wilksen.

Recht erfolgreich bei den Turnieren der Altersklasse U 17 war wieder einmal Dimitri

Bangert. Beim B-Ranglistenturnier in Neuenhaus konnte er bis ins Endspiel vordringen.

Leider konnte er das Spiel verletzungsbedingt nicht zu Ende spielen. Bei den weiteren B-Ranglistenturnieren belegte er die Plätze 4 und 8. Ausserdem wurde er Kreismeister im Einzel. Zusammen mit Bastian Krüger belegte er bei der Kreismeisterschaft im Doppel den 3. Platz. Bei der Kreismeisterschaft O 19 belegten Nicole Wächter/Wendy Varrelmann den 2. Platz im Doppel. Ebenfalls den 2. Platz belegten Guido Neuber/Nicole Wächter im Mixed. Beim Kanal-Cup in Papenburg belegte Werner Krehl den 3. Platz im Einzel Klasse C.

Auch als Ausrichter war der TuS Obenstrohe tätig. Im Mai wurde die Kreismeisterschaft im Einzel der Schüler durchgeführt.

Neben dem sportlichen Wettkampf kam aber auch der gesellige Teil nicht zu kurz. Die Kontakte in der Abteilung wurden bei einigen Feiern gepflegt.

Bei einem Tag der offenen Tür am 1. Februar haben wir vielen die Möglichkeit gegeben, die schöne Sportart Badminton kennenzulernen.

Bedanken möchte ich mich bei allen, die mich durch ihre Mitarbeit unterstützt haben und beim Sponsor der Schülertrikots.

Wer Badminton einmal ausprobieren möchte, ist beim Training herzlich willkommen.

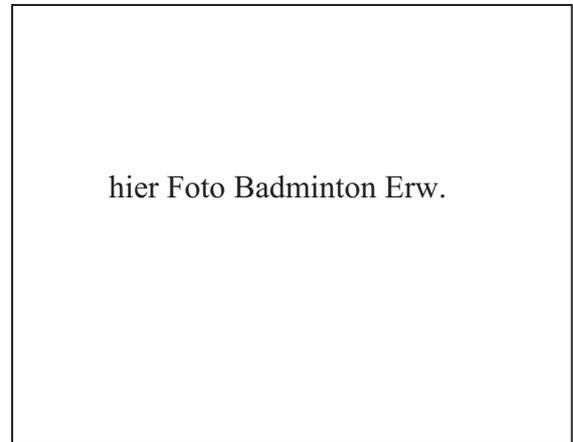
Besonders bei den Frauen sind weitere Mitspielerinnen erwünscht.



Abschlusstabellen Saison 2004/2005

Bezirkssklasse Nord-Ost

Platz	Verein	Spiele	Punkte
1	Oldenburger TB	71 : 40	21 : 07
2	SV Neuenwege II	69 : 43	20 : 08
3	TSV Abbehausen	65 : 47	20 : 08
4	SG Bloherfelde/ Eintr. Oldb. IV	62 : 50	15 : 13
5	TuS Obenstrohe	59 : 52	15 : 13
6	VfL Rastede	48 : 64	10 : 18
7	PSV Oldenburg	33 : 76	06 : 22
8	SG Bloherfelde/Eintr. Oldb. V	40 : 72	05 : 23



Kreisliga Schüler U 15

Platz	Verein	Spiele	Punkte
1	TuS Petersfehn	54 : 02	28 : 00
2	VfL Rastede	47 : 09	23 : 05
3	TV Metjendorf	31 : 25	16 : 12
4	TuS Sande	29 : 27	15 : 13
5	BV Varel	23 : 29	11 : 15
6	TuS Obenstrohe I	18 : 38	08 : 20
7	TuS Obenstrohe II	10 : 46	05 : 23
8	SV Wittmund	08 : 44	04 : 22



ÜBUNGSLEITER	TEL.NR.	ÜBUNGSTAG	ÜBUNGSZEIT	ORT
Ernst Stoffers	04456/287	Montag	19:00 - 22:00	kl. Halle Riesweg

Die Tischtennisabteilung des TuS Obenstrohe nimmt mit einer 4-er Mannschaft am Punktspielbetrieb in der 2. Kreisklasse teil.

Die Saison 2003/2004 haben wir mit dem 2. Platz abgeschlossen. In der Saison 2004/2005 mussten wir in der Hinrunde auf zwei gute Spieler verzichten, die wegen Krankheit ausfielen. Zuerst wollten wir die Mannschaft zurückziehen, aber auf mein Anraten hin haben wir es nicht gemacht. Nun sollten auch mal Spieler eingesetzt werden, die noch nie ein Punktspiel mitgemacht hatten. Das wir nun keine Chance hatten war uns bewusst, aber nur so können Erfahrungen gesammelt werden.

Den zweitletzten Tabellenplatz der Hinrunde wollen wir in der Rückrunde, nun wieder gestärkt, weit hinter uns lassen. Bis zum heutigen Datum wurde auch noch kein Spiel in der Rückrunde verloren.

Am Trainingsabend beteiligen sich durchschnittlich ca. 10-12 Personen.

Es ist immer locker und lustig. Auch die Geselligkeit kommt nicht zu kurz. Nach der Weihnachtsfeier 2004 steht nun im März unsere Bosseltour an.



Sportvereine. Für alle ein Gewinn.

Am 22. Januar war es endlich wieder so weit: die große TUS-Familie traf sich im Gasthof Haßmann, um das diesjährige Winterfest zu feiern. Der Vergnügungsausschuss hatte gemeinsam mit dem Wirt den Saal festlich gestaltet, wobei insbesondere auffiel, dass Stehtische an der Tanzfläche für eine wohlthuend andere Atmosphäre sorgten.

Der musikalische Teil wurde auch in diesem Jahr wiederum von den „Mosquitos“ in bewährter Art bestritten. So konnte man bis in die frühen Morgenstunden sehen, wie manch' Sportlerin und Sportler die „Disziplin“ gewechselt hatte und bis zum Ende durchtanzte.



Große Freude bereiteten die Tanzmäuse der Kinder-Aerobicgruppe des TUS. Die Mädchen hatten mit viel Eifer, Begeisterung und Einsatz mehrere Tänze einstudiert. Wie auch im Vorjahr, hatten Yvonne Spauka und Nicole Schwarzer viel Arbeit und Mühe auf sich genommen, um Gästen - aber auch den Mädchen selbst - ein besonderes Tanzerlebnis zu bereiten. Auch ein defektes CD-Laufwerk brachte die Kinder nicht aus der Ruhe; fast wie Profis trotzten sie den Tücken der Technik und brachten unbefangen eine tolle Leistung! Es gab viel Applaus.

Udo Ehlers hatte zu Beginn alle Anwesenden sehr herzlich begrüßt und insbesondere den Vergnügungsausschuss mit Holger Poppen, Stephan Geitz und Bärbel Athen erwähnt, die unter Mitwirkung unserer Ursel nicht nur eifrig Tombolapreise gesammelt hatten, sondern auch den Abend über die Gäste mit reichlich Salzstangen versorgten...!

Einigen Sportler/innen lag nicht nur manch alkoholisches Getränk schwer im Magen, als es in den frühen Morgenstunden auf den Heimweg ging, - ausgerechnet in den späten Abendstunden hatte Eisregen Straßen und Wege nahezu unpassierbar gemacht.

Aber irgendwie müssen doch alle nach Hause gekommen sein. Sonntag gegen Mittag hatte sich langsam der Parkplatz bei Haßmann geleert.

Bärbel Athen

Das nächste Winterfest findet im Januar 2006 statt.



Aufnahmeerklärung

Für folgende Personen wird Antrag auf Mitgliedschaft im **TuS Obenstrohe von 1906 e. V.** gestellt:

Familienname:		
Straße:	PLZ:	Wohnort:

Vorname	Nachname <small>(nur falls nicht wie oben)</small>	Geburtsdatum	gewünschte Sportart / Übungsleiter

Bereits Mitglied im Verein sind:

		Euro
Aufnahmegebühren:	Kinder bis 5 Jahre frei	5,00
	Familien max. 15 Euro	Einmalige Zahlung bei Eintritt für alle Abteilungen – Ausstellung eines Passes frei
Monatsbeiträge:	Erwachsene	6,50
	Ehepaare	10,00
	Eltern-Kind-Gruppe (bis 4 Jahre mit einem Elternteil)	8,00
	Kinder / Jugendliche bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres	4,00
	Schüler / Studenten (mit Nachweis) bis 25 Jahre und andere	4,00
	passive Mitglieder	4,00
	Senioren (ab 60. Lebensjahr)	4,00
	Diabetes / Koronar / Parkinson	3,00
	Familienbeitrag *	13,00
Spartenzuschläge: <small>Anträge auf Befreiung an Spartenleiter</small>	Handball / Fußball	Erwachsene: + 2,50
		Kinder /Jugendl./Schüler / Studenten (mit Nachweis bis 25 Jahre): + 2,00

* Der Familienbeitrag gilt für Eltern mit Kindern, die das 18. Lebensjahr noch nicht vollendet haben. Mit Vollendung des 18. Lebensjahres wird für die Kinder automatisch Erwachsenenbeitrag berechnet bzw. eine Umstellung des Familienbeitrages z. B. auf Ehepaare vorgenommen.

Bei Schäden, die einem Mitglied durch die Benutzung der Vereinseinrichtungen oder durch Ausübung der im Verein angebotenen Sportarten widerfahren, haftet der Verein nur im Rahmen der Sportunfallversicherung.

Die fälligen Beiträge sollen im Bankeinzugsverfahren entrichtet werden (unteren Abschnitt bitte ausfüllen).

(Unterschrift) (Unterschrift des Erziehungsberechtigten)

An den **TuS Obenstrohe von 1906 e. V.**, 26316 Varel / Obenstrohe
 Betr.: Einzugsermächtigung zum Einzug von Mitgliedsbeiträgen mittels Lastschriften
 Ich ermächtige Sie, bis auf Widerruf, die jeweiligen Beträge zu Lasten meiner

Kto.Nr.: _____ BLZ: _____ bei: _____
(genaue Bezeichnung des kontoführenden Bankinstituts)

mittels Lastschrift einzuziehen.

Kontoinhaber:
 Vor- und Zuname: _____

Straße/Hausnr.: _____

(PLZ) Ort: _____ Unterschrift: _____

