

Sommerferienprogramm

2010



Sommerferien 2010

12. Juli – 22. August

Kinder / Jugendliche

- **Aikido:** für alle ab 9 Jahren, dienstags, 19:30-20:30 Uhr und 20:30-21:30 Uhr sowie freitags, von 19:30-21:00 Uhr, TSV Halle, Saal IV
- **Flamenco-Schnupperstunde** für Mädchen und Jungen ab 10 Jahren, **nur am Montag, 12. Juli**, von 16.30 - 17.30Uhr, im Saal 2 der TSV Halle, Anmeldung über Júlia, Tel.: 040-7220997
- **Karate:** für Kinder ab 7 Jahren, montags, 15:00-16:00 Uhr, Schnuppertraining Anfänger bis Weißgurt, 16:00-17:00 Uhr Gelb-/Orangegurt, 17:00-18:00 Uhr ab Grüngurt, TSV Halle, Saal II (**außer am 12. Juli**)
- **Kung Fu:** für Kinder ab 5 Jahren, mittwochs, 16:30-17:15 Uhr, mini kids, 17:30-18:30 Uhr, Kinder 8-12 Jahre, TSV Halle, Saal II (**außer am 4.8.+11.8.**)
- **Kinderturnen:** für Kinder 2-10 Jahre, montags, 10:00-11:30, Uwe-Plog-Halle
- **Leichtathletik:** Sportabzeichen, mittwochs, 18:00 Uhr, Paul-Luckow-Stadion

Reinbeker Sportfest

19. September 2010, 11:00 bis 14:00 Uhr

- **Kinder-Olympiade**
(für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren)
- **Bungee Jump, Hüpfburg, Kinderspiele, Torwandschießen und Kinderschminken**
- **Vorfürhungen**
- **Mitmachaktionen**
- **Bewirtung durch das Clubhaus**

Koordinatorin, Elke Schliewen, ist unter 040-72813815 zu erreichen bzw. per E-mail unter schliewen@tsv-reinbek.de.



Sommerferien 2010

12. Juli – 22. August



Erwachsene

Aikido:

- Dienstag 19:30-20:30 TSV Halle, Saal IV
- Dienstag 20:30-21:30 TSV Halle, Saal IV
- Freitag 19:30-21:00 TSV Halle, Saal IV

Badminton:

- Freitag 19:00-21:00 Uwe-Plog-Halle, ab 16 Jahren, freies Spiel, ohne Training/Trainer, Schläger, Bälle und Spielpartner vorhanden

Ballett:

- Montag 20:00-21:45 TSV Halle, Saal II (außer am 26.7.+2.8.)

Basketball:

- Montag 20:00-21:45 Uwe-Plog-Halle

Fußball:

- nach Absprache Paul-Luckow-Stadion

Gewichtheben/Schwerathletik:

- Montag 18:00-20:00 Krafraum
- Dienstag 18:00-20:00 Krafraum
- Donnerstag 18:00-20:00 Krafraum

Handball:

- Dienstag: 19:00-21:45 Uwe-Plog-Halle
- Donnerstag: 18:30-21:45 Uwe-Plog-Halle
- Freitag: 17:00-19:00 Uwe-Plog-Halle

Jazz:

- Donnerstag 20:00-21:30 TSV Halle, Saal II (außer am 5.7.+22.7.)
- Sonntag 12:00-14:00

Judo:

- Montag 19:30-22:00 TSV Halle, Saal III
- Donnerstag 19:30-22:00 TSV Halle, Saal III

Ju-Jitsu:

- Dienstag 20:00-21:30 TSV Halle, Saal III

Karate:

- Montag 18:00-20:00 Erwachsene aller Graduierungen, TSV Halle, Saal II
- Dienstag 10:00-11:00 Frauen, TSV Halle, Saal II

Kung Fu:

- Montag 18:15-19:30 TSV Halle, Saal III (außer am 2.8.+9.8.)
- Mittwoch 18:30-20:00 TSV Halle, Saal III (außer am 4.8.+11.8.)

Leichtathletik:

- Mittwoch 18:00-20:00 Sportabzeichen, Training und Abnahme, Paul-Luckow-Stadion, Theodor-Storm-Str.20

Radtouren:

- 1. August: Vierlanden, Treffen 10 Uhr, TSV Geschäftsstelle
- 8. August: Speichersee Geesthacht, Treffen 9 Uhr, TSV Geschäftsstelle
- 20. August: Lauenburg zum Raddampfer „Kaiser Wilhelm“, Treffen 9 Uhr, TSV Geschäftsstelle
- 21. August: Alte Salzstraße, Treffen 8 Uhr, S-Bahn Reinbek
Anmeldung bis 9.8. bei Günter Hübner, unter 040-7222184

Tai Chi:

- Montag 17:00-18:00 TSV Halle, Saal IV (außer am 2.8.+9.8.)
- Mittwoch 20:00-21:00 TSV Halle, Saal III (außer am 4.8.+11.8.)

Tanzen:

- Donnerstag 20:00-21:30 TSV Halle, Saal I

Volleyball:

- Montag 18:00-20:00 Uwe-Plog-Halle
- Mittwoch 18:00-21:45 Uwe-Plog-Halle

Wanderungen:

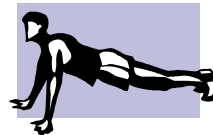
- 13. Juli: Aumühle, Doktorbrücke, Treffen 14:00 Uhr S-Bhf Reinbek
- 20. Juli: Kaltehofe, Entenwerder, Treffen 13:00 Uhr S-Bhf Reinbek (Anmeldung bis 6.7. unter 7229627)
- 27. Juli: Bergedorf, Lüneburgblick, Treffen 13:40 Uhr S-Bhf Reinbek
- 3. Aug: Reinbek, Mühlenteich, Kiehnshof, Treffen 14 Uhr S-Bhf Reinbek
- 10. Aug: Stellingen, Volkspark, Dahliengarten, Treffen 12:15 Uhr S-Bhf Reinbek
- 17. Aug: Aumühle, Lindenallee, Fürstenbrücke, Treffen 14:09 Uhr S-Bhf Reinbek

Die Geschäftsstelle der TSV Reinbek schließt während der Sommerferien vom 19. Juli bis einschließlich 13. August.

Ab Montag, dem 16. August ist das Team zu den gewohnten Zeiten wieder für Sie da. Wichtige Nachrichten können Sie auf den Anrufbeantworter sprechen, per Mail unter info@tsv-reinbek.de oder per Fax, 7228689 schicken.

Fitness - Gymnastik

• Montag	08:45	Ausflüge mit Babette nach Klein Flottbek zum Botanischen Garten und in den Jenischpark, bitte Picknick und Geld für Auslagen mitbringen (nur am 26. Juli/2. August, Anmeldung unter 040-7220036)	Treffpunkt S-Bhf Reinbek
	08:50-09:50	Pilates mit Kerstin (nur am 12./19./26.7)	Saal III
	10:00-11:00	Power Fit mit Carola (außer am 9./16.8.)	Saal II
	10:00-11:30	Walking mit Manfred	Treffpunkt TSV Geschäftsstelle
	17:00-18:00	Fit und Gesund 50 Plus mit Anke	Uwe-Plog-Halle
	18:00-19:30	Nordic-Walking, mit Birgit Grundkenntnisse vorausgesetzt	Waldhaus/Loddenallee
• Dienstag	09:15-10:30	Rücken Fit und Aktiv mit Anke	Saal I
	10:30-11:30	Schonende Gymnastik für Rücken und Gelenke mit Anke	Saal I
	19:30-20:30	BBP mit Beate am 3./10./17.8. mit Antje am 13./27.7. und Claudia am 20.7.	Saal II
	20:30-21:30	Step Aerobic für Anfänger mit Beate am 3./10./17.8. mit Antje am 13./ 7.7. und Claudia am 20.7	Saal II
• Mittwoch	09:30-10:30	Guten Morgen Gymnastik mit Kleingeräten mit Tatjana (nur am 14./21./28.7.)	Saal II
	10:30-11:30	Power Fit mit Carola (außer am 11./18.8.)	Saal II



18:00-19:15

19:00-20:00

19:00-20:00

19:15-20:15

20:00-21:00

20:30-21:30

• **Donnerstag** 09:00-10:00

10:00-11:00

18:00-19:00

19:00-20:00

20:00-21:30

• **Freitag** 09:30-10:45

10:45-11:45

10:00-11:30

17:00-18:00

Laufmix (Lauf- und Walking-techniken zum Ausprobieren bei Regen findet Powertraining mit Carola in Saal II statt
(außer am 11./18.8.)

Rücken Fit mit Nesrin
(nur am 18.8.) Saal IV

Aerobic mit Antje
(nur am 11./18.8.) Saal II

Fitness Mix/Freedance mit Carola
(außer am 11./18.8.) Saal II

Workout mit Antje
(nur am 11./18.8.) Saal II

Pilates & Streck mit Carola
(außer am 11./18.8.) Saal II

Rücken Fit mit Claudia am 15.7.+12./19.8. und Anke am 22./29.7.+5.8. Saal II

Fitness-Workout mit Claudia
(außer am 22./29.7.+5.8.) Saal II

Fit und Gesund 50 Plus mit Anke Saal II

Stretch & Move mit Ragna
(außer am 15./22.7.) Saal II

Yoga mit Alexa Saal IV

BBP mit Carola
(außer am 13./20.8.) Saal II

Pilates mit Carola
(außer am 13./20.8.) Saal III

Fit und Gesund 60 Plus Seniorengymnastik mit Anke Saal I

Aerobic mit Antje anfängerorientiert
(nur am 23./30.07 und 06.08) Saal II

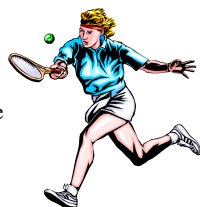
Die Geschäftsstelle der TSV Reinbek schließt während der Sommerferien vom 19. Juli bis einschließlich 13. August.

Ab Montag, dem 16. August ist das Team zu den gewohnten Zeiten wieder für Sie da. Wichtige Nachrichten können Sie auf den Anrufbeantworter sprechen, per Mail unter info@tsv-reinbek.de oder per Fax, 7228689, schicken.



Kostenpflichtige Angebote

- **AKF: 44 Stunden Sport, Spiel, Spaß** für Kinder und Jugendliche zwischen 8 und 13 Jahren, vom 14.7. bis 16.7., inkl. Verpflegung und Übernachtung in der Uwe-Plog-Halle, Theodor-Storm-Str.20, Kosten für Mitglieder 15 Euro und Gäste 20 Euro, **Anmeldung ab dem 29.6. in der Geschäftsstelle**
- **Flamenco** für Erwachsene, freies Training ohne Anleitung, dienstags, 18:00-19:30 Uhr, Mittelstufe, freitags, 18:00-19:30 Uhr, Anfänger, 19:30-21:00 Uhr, Fortgeschrittene, TSV Halle, Saal II, Kosten für Gäste 5€/Std
- **Folklore am Vormittag:** Kreis-, Reihen- und Aufstellungstänze verschiedener Nationen, angeleitet von Birte S.-Roschke im Saal 1 der TSV Halle, für Interessierte von 14 bis 99 Jahren, kostenlos für Mitglieder, Gäste zahlen 20€. Anmeldung über Geschäftsstelle.
12. Juli, 19. Juli, 9. August und 16. August, jeweils von 10:30 Uhr bis 11:30 Uhr
- **Inline Skate Sicherheitskurs** unter der Leitung von Alexander Frenzel, Kosten für Mitglieder € 35 und Gäste € 40. Treffpunkt ist auf dem Parkplatz (ehemals Famila) an der Humboldtstraße in Reinbek. Anmeldung in der Geschäftsstelle
Sa. 17. Juli, 14:00 bis 18:00 Uhr/So. 18. Juli 12:00 bis 16:00 Uhr
- **Tenniskurse für Kinder und Jugendliche**, Anfänger und Fortgeschrittene
5-stündiger Kurs in 4er Gruppen vormittags,
35,- € für Mitglieder der Tennisabteilung,
40,- € für Mitglieder der TSV Reinbek
45,- € für Nichtmitglieder
weitere Informationen und Anmeldungen bei John Halliday, Tel. 7228417, Fax: 72812294 oder per Mail jhalliday@foni.net; Tennisschläger können gestellt werden
Termine: 12. Juli – 16. Juli
09. August – 13. August
16. August – 20. August
- **Tenniskurse für Erwachsene**, Anfänger und Fortgeschrittene
6 Stunden; in Vierergruppen.
45,- € für Mitglieder der Tennisabteilung,
50,- € für die Mitglieder der TSV Reinbek
55,- € für Nichtmitglieder.
Tennisschläger können gestellt werden! Anmeldungen bei John Halliday, Tel. 7228417; Fax 72812294 oder per Mail jhalliday@foni.net. Im Rahmen dieser Kurse besteht die Möglichkeit, ohne Aufnahmegebühr Mitglied der Tennisabteilung der TSV Reinbek zu werden.
Termine: 12. Juli – 16. Juli
09. August – 13. August
16. August – 20. August
- **Zirkus:** Balancieren auf einer Slackline, Fahren mit Einrädern und Giraffen, Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Keulen, Balancieren mit Tellern, Stäben und Spielen mit Pois, Diavolos und Devil Sticks. Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen sowie Trinken und Essen, eigene Einräder und Requisiten (falls vorhanden). Kosten pro Tag 7€ für TSV Mitglieder und 10€ für Gäste
Mo 26. Juli, 12-17 Uhr, Mo 16. August, 13-17 Uhr und Di 18. August, 13-17 Uhr



IHR GESCHÄFTSSTELLENTTEAM IST FÜR SIE DA!

TSV  **Reinbek**

**Theodor-Storm-Straße 22
21465 Reinbek**

IHRE SPORT-LINE:

Telefon: 040 - 722 18 37

Telefax: 040 - 722 86 89

E-Mail: info@tsv-reinbek.de

Internet: www.tsv-reinbek.de

Mo-Do 10:00 – 12:00 Uhr

Mi+Do 15:00 – 17:30 Uhr

Di 15:00 – 19:00 Uhr

**Die Geschäftsstelle schließt während der Sommerferien
vom 19. Juli bis einschließlich 13. August.**

DIE BANKVERBINDUNG:

Sparkasse Holstein, Reinbek • BLZ: 213 522 40 • Kto.: 20 071 982

Sport mit Spaß