

# TSV einbek

## Sommerprogramm

### 2025

Für  
Jung und Alt

Sommer-  
Sport-  
spaß



Nur für  
Mitglieder,  
einmaliges  
Schnuppern ist  
möglich



*Änderungen vorbehalten*

## Sommerferien 2025



28. Juli – 05. September

Kinder / Jugendliche



### Basketball:

- Montag 18:00-20:00 Uwe-Plog-Halle  
28.7./4.8./11.8./18.8./25.8./1.9.

### Handball:

#### Feriencamps:

- KW 31 und 36, 08:00-16:00 Uwe-Plog-Halle  
Anmeldung über SG-Homepage

#### Training:

- Dienstag 18:00-19:15 Uwe-Plog-Halle  
29.7./ weibliche B-Jugend (WJB)  
2.9. WJB, männliche B-Jugend (MJB)  
17:30-19:00 Uwe-Plog-Halle  
5.8./12.8. WJB  
19.8./26.8. WJB, MJB
- Donnerstag 17:30-19:00 Uwe-Plog-Halle  
31.7./7.8./14.8. WJB,  
21.8./ 28.8./ 4.9. WJB, MJB
- Donnerstag 20:15-21:45 Uwe-Plog-Halle  
Männlich A-Jugend

### Hobby Horsing:

- Mittwoch 15:15-16:15 UPH links  
mit Klara 13.8. draußen  
am 30.7.

### Ju-Jutsu:

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

### Karate:

- in der letzten Woche normale Trainingszeiten für alle Gruppen

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

Kinder / Jugendliche



### Tanzen:

- Montag 19:00-20:30 TSV-Halle, Saal I  
Tanzen für Jugendliche ab 14 Jahre  
25.8./1.9. Schnuppertraininganmeldung: [tanzen@tsv-reinbek.de](mailto:tanzen@tsv-reinbek.de)
- Dienstag 17:30-18:30 TSV-Halle, Saal 1  
Tanzen für Kinder ab 8 J. (Lateinam. Tänze)  
26.8./2.9. Schnuppertraininganmeldung: [tanzen@tsv-reinbek.de](mailto:tanzen@tsv-reinbek.de)

### Turnen:

- Dienstag 16:00-18:00 Uwe Plog Halle  
29.07./2.9.  
15:00-17:00  
5.8./12.8./19.8./26.8.
- Donnerstag 09:30-11:00 TSV-Halle, Saal 3  
Babys in Bewegung, beide Gruppen  
mit Birgit 7.8./28.8./4.9.



# **Reinbeker Sportfest**

**21. September 2025, 11:00 bis 15:00 Uhr**

- **Jugend- und Erwachsenen-Parkour**
- **Kinder-Olympiade**  
(für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren)
- **Beach-Handball**
- **Mitmachaktionen, Vorführungen**
- **Bungee Trampolin, Kinderspiele, Slackline**
- **Hüpfburg, Kinderschminken**
- **Bewirtung durch das TSV Reinbek Clubhaus**



Für Fragen und weitere Angebote ist die Sportorganisation der TSV Reinbek erreichbar unter [paulsen@tsv-reinbek.de](mailto:paulsen@tsv-reinbek.de).

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

Erwachsene



### Aikido:

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

### Badminton:

- Freitag 19:00-21:00 Uwe-Plog-Halle  
freies Spiel, ohne Training/Trainer - Schläger, Bälle und  
Spielpartner vorhanden, externe TSV-MG willkommen

### Basketball:

- Dienstag 20:00-22:00 SWS alt (nicht in KW 32)
  - 2. Herren
- Freitag 18:00-20:00 SWS alt (nicht in KW 32)
  - 2. Herren

### Ballett:

- Montag 17:00-18:30 TSV-Halle, Saal II
  - Ballett IV
- Montag 19:45-20:45 TSV-Halle, Saal II
  - Erwachsene
- Dienstag 08:30-09:30 TSV-Halle, Saal II
  - Erwachsene
- Mittwoch 17:00-18:00 TSV-Halle, Saal II
  - Ballett IV
- Freitag 18:00-19:30 TSV-Halle, Saal II
  - Ballett IV

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

Erwachsene



### Handball:

- Dienstag 19:00-20:30 Uwe-Plog-Halle
  - Damen
- Dienstag 20:15-21:45 Uwe-Plog-Halle
  - 2. Herren
- Dienstag 20:30-21:45 Uwe-Plog-Halle
  - 1. Herren
- Donnerstag 19:00-20:30 Uwe-Plog-Halle
  - Damen
- Donnerstag 20:15-21:45 Uwe-Plog-Halle
  - 1. Herren

### Iaido und Jodo:

- Mittwoch 19:30-22:00 TSV-Halle, Saal IV

### Jazz: Fortgeschrittene

- Donnerstag 20:00-21:30 TSV-Halle, Saal II  
mit Ragna 31.7./7.8./14.8./21.8./28.8./4.9.  
die Sonntage nach Absprache

### Ju-Jutsu:

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

### Karate:

- Erwachsene 20:00-21:30 TSV Halle, Saal II  
30.7.
- Erwachsene 18:15-19:45 GS Mühlenredder  
1.9.
- Erwachsene 18:45-20:15 GS Mühlenredder  
5.9.
- Jukuren Samstag nach Absprache
- Kumite 17:15-18:15 GS Mühlenredder  
1.9.
- Kumite 17:45-18:45 GS Mühlenredder  
1.9.
- In der letzten Woche normale Trainingszeiten für alle Gruppen

### KungFu/Thai Chi:

- Montag 18:30-20:00 TSV-Halle, Saal III
- Mittwoch 18:30-20:30 TSV-Halle, Saal III

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

Erwachsene



### Linedance f. AnfängerInnen o. Vorkenntnisse

- Mittwoch 15:30-16:30 TSV-Halle, Saal I  
3.9.

### Nordic-Walking

- Montag 70+ 15:30-16:30, 28.7./4.8./11.8./1.9.  
Treffpunkt unter 0171-7841840
- Mittwoch 60+ 10:00-11:30, 30.7./6.8./13.8./3.9.  
Treffpunkt unter 0171-7841840

### Spielmanszug

- Mittwoch 17:30-20:00 GS-Mühlenredder

### Tanzen - Zumba

- Montag 18:00-19:00 TSV-Halle, Saal I  
mit Bianca 4.8./18.8./1.9.

### Tanzen - Hobbytanzgruppe

- Freitag 20:30-22:00 TSV-Halle, Saal I  
1.8./8.8./15.8./22.8./29.8.

### Turnen - Mama-Fit

- Mittwoch 09:30-10:30 TSV-Halle, Saal III  
mit Uwe 30.7./6.8./13.8.

### Triathlon

- Triathlon Schwimmen Mo 18:00-19:00 FZBR  
28.7./4.8./11.8./18.8./25.8./1.9.
- Triathlon Landtraining Mi 19:15 -20:15 GS Mühlenredder KW 34-36  
nach Absprache / draußen in KW31-33

### Volleyball:

- Montag 20:00-22:00 UPH
- Mittwoch 18:00-21:45 UPH

# **Laternenumzug**

**7. November 2025, ab 18:00 Uhr**



## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

### Fitness & Gymnastik

**GYMWELT** 



#### Montag

09:00-10:00	Pilates mit Zühal 28.7./4.8./11.8./18.8./25.8./1.9.	TSV-Halle Saal III
09:00-10:30	Hatha-Yoga mit Babette 28.7./4.8./11.8./1.9.	TSV-Halle, Saal I
10:15-11:15	Power-Pilates mit Zühal 28.7./4.8./11.8./18.8./25.8./1.9.	TSV-Halle, Saal III
10:30-12:00	Hatha-Yoga mit Babette 28.7./4.8./11.8./1.9.	TSV-Halle, Saal I
14:30-15:30	Wirbelsäulen-Gymnastik mit Doris 18.8./25.8./1.9.	TSV-Halle, Saal I
16:00-16:45	Hula Hoop mit Uwe 28.7./4.8./11.8.	Paul Luckow Stadion/ UPH rechts
17:00-18:00	Fit und Gesund 50+ mit Anke 18.8./25.8./1.9.	UPH links
18:15-19:45	Qi Gong mit Stefanie 28.7./4.8./11.8./18.8./25.8./1.9.	TSV-Halle, Saal 4
18:15-19:15	Aktiv und Gesund 50+ mit Verena 28.7.	GS Klosterbergen
20:00-21:30	Hatha-Yoga mit Verena 28.7.	TSV-Halle, Saal IV

#### Dienstag

09:30-10:30	Sturzprävention mit Babette 29.7./5.8./12.8./2.9.	PLS
10:30-11:30	Sitzgymnastik mit Babette 29.7./5.8./12.8./2.9.	Betreutes Wohnen
11:00-12:30	Arthrose-, Osteoporose- und Rückengymnastik 75+ mit Gabriele 12.8.	VHS
18:00-19:00	Complete Body Workout mit Uwe 29.7./5.8./12.8.	GS MR oder draußen

#### Mittwoch

09:30-10:30	Fit und Bewegt 60+ mit Babette 30.7./3.9. 6.8.	JRH PLS
-------------	--	------------

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

**GYMWELT** 

### Fitness & Gymnastik



09:35-10:35	Guten Morgen Workout mit Tatjana 30.7./20.8./27.8./3.9.	TSV-Halle, Saal 2
10:30-11:30	Fit und Bewegt 70+ mit Babette 30.7./3.9. 6.8.	JRH PLS
11:30-12:30	RollatorGym mit Babette 30.7./3.9. 6.8.	JRH PLS
14:30-16:00	Fit und Gesund 70+ mit Anke 30.7./20.8.3.9.	GS Klosterbergen
17:00-17:45	Trampolin-Fitness mit Uwe 30.7./6.8./13.8.	UPH rechts draußen
19:00-20:00	Wirbelsäulen-Gymnastik mit Luisa 20.8./27.8./3.9.	GS Mühlenredder oder draußen

#### Donnerstag

09:00-10:00	Power Workout mit Bettina 31.7./7.8./14.8./21.8./28.8./4.9.	TSV-Halle, Saal II
09:00-10:30	Hatha-Yoga mit Claudia 31.7./7.8./14.8.	TSV-Halle, Saal IV
10:30-11:30	präV. neue Rückenschule mit Domenico 21.8./28.8./4.9.	TSV-Halle, Saal I
10:30-11:30	Sitzgymnastik mit Ines 31.7./7.8./28.8.	Betreutes Wohnen
17:45-18:45	Rückenfitness mit Anke 31.7./21.8./4.9.	Grundschule Klosterbergen
18:15-19:15	Rücken- und FaszienGym 60+ mit Gabriele 21.8./28.8.	GS MR
19:00-20:00	Stretch and Move mit Ragna 31.7./7.8./14.8./21.8./28.8./4.9.	TSV-Halle Saal II
20:00-21:30	Hatha-Yoga mit Babette 31.7./7.8./14.8./4.9.	TSV-Halle, Saal IV

## Sommerferien 2025

28. Juli – 05. September

Fitness & Gymnastik

**GYMWELT** 

### Freitag



09:15-10:30	Complete Body Workout - Core mit Birte 1.8./8.8./15.8.	TSV-Halle, Saal II
10:00-11:00	Fit und Gesund 70+ mit Babette 1.8./8.8./15.8.	BeGe NeuSchö
10:30-11:30	Fit und Gesund 50+ mit Anke 22.8./29.8./5.9.	TSV-Halle, Saal I
10:30-11:30	ArthroseGym & Rückenschule mit Uwe 1.8./8.8.	TSV-Halle, Saal II
10:45-11:45	Pilates mit Zusatzgeräten mit Birte 1.8./8.8./15.8.	TSV-Halle, Saal III
11:45-12:45	Atemgymnastik mit Babette 1.8./8.8./15.8./5.9.	TSV-Halle, Saal I
18:00-19:00	Vinyasa Yoga mit Thilo 5.9.	GS Klosterbergen Gym-Halle
18:00-19:00	KondiGym & Spiele 50+ mit Thomas 1.8./8.8./15.8./22.8./29.8./5.9.	PLS

**IHR GESCHÄFTSSTELLENTTEAM IST FÜR SIE DA!**

**TSV  Reinbek**

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

**IHRE SPORT-LINE:**

Telefon: 040 – 4011326-0  
Telefax: 040 – 4011326-99  
E-Mail: [info@tsv-reinbek.de](mailto:info@tsv-reinbek.de)  
Internet: [www.tsv-reinbek.de](http://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 TSV-Geschäftsstelle schließt während  
der Sommerferien vom  
01. August bis zum 31. August.**

Wichtige Nachrichten bitte auf den Anrufbeantworter  
sprechen, per Fax 4011326-99 oder per Mail  
unter [info@tsv-reinbek.de](mailto:info@tsv-reinbek.de) senden.

**Sport mit Spaß**

**DIE BANKVERBINDUNG:**

Sparkasse Holstein, Reinbek • BLZ: 213 522 40 • Kto: 20 071 982  
IBAN DE32 2135 2240 0020 0719 82 • BIC NOLADE21HOL