
Spartenberichte 2025



05.Dezember 2025

Jahreshauptversammlung TSV Süstedt e.V.





Geschäftsbericht 2025

Liebe Vereinsmitglieder,

Letztes Jahr habe ich euch berichtet, dass das Jahr 2025 ein Jahr des Aufarbeitens und Sortierens nach 2 stressigen Jahren für den TSV Süstedt werden wird. Dieser Prozess sollte nach der Theaterpremiere starten. Mit Helfern aus der Theatersparte und dem neu gegründeten Gastro Team um Katharina Elbers haben wir uns dran gemacht unsere neue Halle Ready für die kommende Theatersaison zu machen. Die Bühne musste fertig, die Küche ausgestattet werden, Personal für die Veranstaltungen, Preislisten und viele weitere Kleinigkeiten organisatorischer und handwerklicher Art. Nachdem am 01.02. 15.30 Uhr die letzten Strahler für den Parkplatz angeschlossen waren und die Parkplatzmarkierung fertig war, konnte ein paar Stunde später die Generalprobe stattfinden. Ein Stein viel uns allen vom Herzen, als diese erfolgreich abgeschlossen war und gut besucht wurde. Am nächsten Tag konnte die Premiere wie geplant stattfinden. Nun ja, der ein oder andere wird wissen wie es dann für mich weiter ging. Direkt von der Schierloh Engineering Halle in den Kreissaal nach Hannover, wo unser Sohn geboren wurde. Und ruck zuck hatte unser Leben andere Prioritäten. Ich möchte mich hier nochmal bei allen bedanken, die mich vertreten haben. Mir wurde berichtet, dass wir eine gute Theatersaison gespielt haben. Die Verbesserungsvorschläge haben wir aufgenommen und arbeiten dran. Alles weitere im Theater Bericht.

Nach einer dreimonatigen Pause musste ich mich erstmal wieder zurechtfinden und schauen, was auf der Strecke geblieben war. Und wenn man dann zum Ende des Jahres an einem dunklen Novemberabend im Büro sitzt und darüber nachdenkt, wie das Jahr vorbeigeflogen ist, man denkt nichts geschafft zu haben und dann Nachrichten und Handysfotos der letzten Monate durchgeht, um einen Jahresbericht zu schreiben, kann ich nur sagen ,dass der TSV Süstedt ganz schön was auf die Reihe bekommen hat. Dazu jetzt ein kleiner Überblick.

Veranstaltungen:



- diverse Arbeitseinsätze (Baumschnitt, aufräumen, Fenster putzen) und Altpapiersammlung
- diverse Fußball Heimspiele aller Mannschaften
- diverse Vorstandssitzungen
- Kinder Weihnachtsfeier im Dezember
- Kinderfasching im Februar
- Halleneinweihung mit den offiziellen Gästen im Mai
- Unterstützung der Big Challenge im Juni
- 3x Ferienkiste Karate im August
- Feriencamp der Kindergruppen im August
- Teilnahme am Brokser Markt Umzug im August
- Ehrenamtsfrühstück für Übungsleiter und Helfer Im September
- Laternelaufen im November
- geplanter Kartenvorverkauf im November
- Jahreshauptversammlung im Dezember
- geplante Kinder Weihnachtsfeier
- Geplantes Fifa Turnier am 3. Januar

Projekte und Optimierungen:

- Mitgliederbefragung
- Noteingang Halle gepflastert von Hartwig und Mika
- Ausstattung für Veranstaltungen (Tische, Stühle, Geschirr, Besteck etc.)
- Einführung und Organisation FSJler Mika Stelse
- Anbringen und gestalten der Helfer- und Spendertafeln für die Unterstützung Halle
Danke an Andreas Klung!
- Aktualisierung der laufenden Kosten Halle, Sportplatz und Vereinsheim und Optimierung der Tarife → DANKE an die Samtgemeinde für die Unterstützung an unseren Laufenden Kosten, das Geld ist gut investiert!
- Baumschnitt → DANKE an die Samtgemeinde für die finanzielle Unterstützung für die Beauftragung einer
- Diverse Optimierungen bei Inventar und Einrichtung
- Abfahren der Erdhaufen und anlegen vom Rasen hinter der Halle



- Satzungsänderungen
- Mitgliedsbeiträge

Auch in den kommenden 12 Monaten arbeiten wir daran unser Angebot zu pflegen und zu erweitern. Es gibt weiterhin genug Ideen und Projekte im Ideenspeicher. Natürlich sind wir abhängig von unserem Haushalt und ehrenamtlicher Unterstützung der Mitglieder. Deswegen möchte ich hier nicht allzu sehr ins Details gehen.

Wichtig wird es allerdings sein die richtigen Schlüsse aus der Mitgliederbefragung zu ziehen und den Verein im Bereich Kommunikation und Digitalisierung nach vorne zu bringen, um bessere, schneller und einfache Wege zu haben, sich im Vorstand und Mitgliederbereich auszutauschen. Hier stoßen wir mit unseren aktuellen Möglichkeiten an unsere Grenzen. Stichwort Einführung unserer Vereinsapp für Informationen und Raumbuchungen. Immerhin ist unser Verein auf fast 800 Mitglieder herangewachsen.

Ich wünsche euch auf diesem Wege eine schöne Vorweihnachtszeit und bedanke mich nochmal bei allen Helfern, Mitgliedern, Sponsoren und Vorstandskollegen und freue mich auf ein erfolgreiches Jahr 2026!

Euer Sören Cordes



Jahresbericht Sparte Fußball 2024/2025

Die Saison 2023/2024 lief für den TSV Süstedt im Herrenbereich nicht so erfolgreich ab wie erhofft und brachte auch Rückschläge mit sich. Nach der letzten Saison, die wieder einen positiven Trend aufzeigte, konnte in der vergangenen Saison leider nicht an diesen Trend angeknüpft werden. Die ersten Herren startete die Rückrunde mit 4 Punkten aus den ersten beiden Spielen. Allerdings folgte danach eine Rückrunde, die von wenig Erfolgen geprägt war: Am Ende standen 6 Punkte aus 8 Spielen auf dem Konto – definitiv zu wenig für den eigenen Anspruch. Und auch in der Tabelle wurde es ungewollt nochmal spannend, da die Mannschaft nur einen Platz über den Abstiegsrängen stand. Zwischenzeitlich gab es Bedenken, ob noch eine Relegation gespielt werden muss, da durch mehrere Absteiger aus höheren Ligen dementsprechend weitere Mannschaften nach unten absteigen mussten. Da Barrien/Ristedt aber ihre Mannschaft zurückgezogen hat, blieb uns die Relegation erspart. Sportlich gesehen war es keine Saison, auf die man aufbauen kann. Im Winter hatten wir uns von der Sparte schon Gedanken bezüglich der Trainerposition gemacht: Nachdem Jenrik Ritter in Sudweyhe aufgehört hatte, waren Sören und ich uns einig, dass wir Jenrik Ritter als neuen Wunschkandidaten für die 1.Herren ansprechen wollen. Nach ein paar Gesprächen wurden wir uns einig und informierten Eckhardt ebenfalls frühzeitig, dass wir zur Saison 2025/2026 einen Trainerwechsel vollziehen werden. Leider kam bei Eckhardt sehr plötzlich noch ein gesundheitlicher Rückschlag dazu, so dass er in der Rückrunde nur wenige Spiele und Einheiten leiten konnte. Nach Rücksprache mit Eckhardt ist Jenrik Ritter schon vorzeitig eingesprungen und hat ausgeholfen. Glücklicherweise konnte Eckhardt bis zum Saisonende die Krankheit größtenteils gut überwinden und so konnten wir ihn vernünftig Verabschieden. An dieser Stelle gilt Eckhardt ein großes Dankeschön für seine Zeit als Trainer bei uns. Er hat die Mannschaft damals in einer schwierigen Zeit übernommen und aus den Möglichkeiten immer versucht, das Beste rauszuholen und nie aufgegeben. Darüber sind wir sehr froh und dankbar, denn das war nicht selbstverständlich. Ebenso möchte ich mich noch bei Jenrik Ritter bedanken, der sofort bereit war einzuspringen, als Eckhardt krankheitsbedingt ausfiel. Mit Ende der Saison begann also nun ein neues Kapitel: Jenrik Ritter übernahm als Trainer und konnte Yannick Schwarzer als Co-Trainer



dazu gewinnen. Und auch auf dem Platz gab es Neuzugänge: Felix und Philipp Quast aus der eigenen Jugend, Tristan Intemann und Sufi Kalantar verstärken unsere Mannschaft seit dem Sommer. Auch Lukas Mehnert hat der Ehrgeiz nochmal gepackt und er ist wieder aktiv dabei. Man merkte bereits in der Vorbereitung, dass Jenrik Ehrgeiz hat: Oftmals wurden 4 Trainingseinheiten pro Woche durchgezogen – und das machte sich auch in den Testspielen bemerkbar: Von 6 Spielen wurden 5 Siege mit 27 geschossenen Toren eingefahren. Auch der Saisonstart lief erfolgreich: Die ersten drei Pflichtspiele wurden alle gewonnen. Nach dem Pokalausscheiden gegen Kreisligisten SV Marhorst folgten 3 Unentschieden aus 4 Spielen. Meistens waren die Punktverluste ärgerlich und selbst verschuldet, sodass wir es nicht geschafft haben, einen Tabellenplatz von den Aufstiegsplätzen zu festigen. Jedoch muss man bedenken, dass wir letzte Saison fast abgestiegen wären und somit ist der Verlauf der Hinrunde bisher sehr positiv und die Mannschaft ist „oben dran“. Nun hoffen wir, dass die Entwicklung weiter so positiv verläuft und blicken mit Zuversicht auf die zweite Saisonhälfte.





Für die zweiten Herren war es die erste Saison als neue Mannschaft. Nachdem der Kader erst recht dünn war, wurden im Laufe der Saison immer weitere Spieler dazu gewonnen, so dass es ein breiter Kader war. Man merkte, dass die Mannschaft noch nicht richtig eingespielt war, aber das war auch normal. Ergebnistechnisch konnten daher keine großen Erfolge erzielt werden und die Saison wurde auf Platz 11 beendet. Jedoch war die Stimmung super und alle hatten Lust auf die zweite Saison. Zwischenzeitlich gab es aufgrund des Kaderzuwachses die Überlegung eine 9er Mannschaft zu melden. Dieses wurde dann aber doch nicht gemacht, was sich im Laufe dieser Saison als richtige Entscheidung herausgestellt hat. Durch etwas Verletzungspech fielen 5 Spieler aus, so dass wir für eine 7er Mannschaft immer ausreichend Spieler zur Verfügung hatten, jedoch wäre es für eine 9er Mannschaft dann schon teilweise eng geworden. In dieser Saison wurde ein neuer Spielmodus angesetzt: Es gibt zwei Gruppen mit je 8 Mannschaften, in der eine einfache Runde gespielt wird. Im Anschluss folgt die Hauptrunde aus jeweils Platz 1-4 und 5-8 aus beiden Gruppen, die dann jeweils zweimal gegeneinander spielen. In der Vorrunde wurden wir Vorletzter, sodass wir in der schwächeren Gruppe spielen. Davon sind aktuell drei Spiele gespielt, von denen leider zwei unglücklich verloren und das Letzte erfolgreich gewonnen wurde. Insgesamt sieht man bei einigen Spielern eine positive Entwicklung und so bin ich positiv gestimmt, dass in der Hauptrunde auch weitere Siege eingefahren werden. Außerdem gilt an dieser Stelle auch allen Damen ein großes Dankeschön, die immer wieder bei uns in der 2. Herren aushelfen und sich engagiert auf dem Platz einbringen.

Unsere Ü32 Altherren spielt seit letzter Saison in Vilsen und wird von Dennis Winkler trainiert. Die letzte Saison verlief sportlich gesehen erfolgreich und so wurde am Saisonende der 3. Platz der 1. Kreisklasse Altherren Nord belegt. Leider konnten die Altherren nicht an den Erfolg der letzten Saison anknüpfen und stehen aktuell mit 3 Punkten und bisher ohne Sieg auf dem vorletzten Tabellenplatz. Positiv ist jedoch, dass einige jüngere Spieler bei den Altherren nachgerückt sind und die Mannschaft verstärken.

Im letzten Jahr hatten wir erstmalig eine zweite Damenmannschaft gemeldet. Diese spielte als 7er Mannschaft unter der Leitung von Michael Wojack und Louise Stövhase.



Leider konnten sportlich gesehen wenig Erfolge erzielt werden, so dass die Mannschaft sich zum Saisonende unten in der Tabelle wiederfand. Michael hatte zudem Probleme, dass immer genug Damen dabei sind und es kamen auch persönlich weitere Probleme im familiären Umfeld hinzu, sodass wir zu dieser Saison leider keine zweite Damenmannschaft mehr melden konnten. Eine Spielerin hat sich jedoch entschlossen, sich unserer 1. Damenmannschaft anzuschließen. Die ersten Damen konnten in der Kreisliga den 7. Platz belegen und standen somit in der Tabellenmitte. In dieser Saison stehen sie bisher ebenfalls wieder im Mittelfeld und belegen aktuell den 8. Tabellenplatz. Einen ausführlichen Sonderbericht von den Damen findet ihr im Anschluss an meinen Bericht (siehe unten).

Für die anstehende Rückrunde erhoffen wir uns, dass die überwiegend positiven Entwicklungen in der laufenden Saison in den einzelnen Mannschaften anhalten und sich durch einige Punktgewinne auch tabellarisch widerspiegeln – jedoch vor allem, dass alle Spieler und Spielerinnen verletzungsfrei durch die Saison kommen. Ein großes Dankeschön gilt allen Trainern und Betreuern, sowie Betreuerinnen, die den Spaß am Fußball erfolgreich vermitteln und dafür sorgen, dass der Fußball in Süstedt weiter ein wichtiges Element des Vereins bildet.

Zum Abschluss wünsche ich allen Mitgliedern des TSV Süstedt eine schöne Weihnachtszeit und freue mich auf ein erfolgreiches Jahr 2026 mit Euch!

Steffen Troue



Saisonbericht 2024/2025 der SG Asendorf/Süstedt Damen

„Zwischen Höhenflug, Krankenwagen-Transfers und jeder Menge Teamgeist“

Was war das bitte für eine Saison?! Die Spielzeit 2024/2025 der SG Asendorf/Süstedt Damen hatte alles, was das Fußballherz begehrt. Spannung, Emotionen, Kampfgeist, ein bisschen Chaos und jede Menge gute Geschichten für die Vereinschronik.

*Starker Start, wir oben mit dabei! *

Der Saisonstart lief wie geschmiert. Wir waren voll im Saft, eingespielt und motiviert bis in die Haarspitzen. Zwischenzeitlich thronte die SG Asendorf/Süstedt Damen fest auf dem 4. Tabellenplatz und das völlig verdient! Unser Trainer Kai Buchholz hatte die Truppe top eingestellt, und das Zusammenspiel funktionierte wie am Schnürchen. Kampfgeist, Teamstärke und eine ordentliche Portion Spaß machten uns zu einer echten Einheit auf und neben dem Platz.

Dann kam die Rückrunde und das Verletzungspech und Abschied.

Doch wie das im Fußball so ist, manchmal läuft's einfach zu gut, um wahr zu sein. In der Rückrunde kam dann leider der Einbruch. Der Abschied einiger langjähriger Spielerinnen tat weh, und auch einige Schwangerschaften (Glückwunsch an dieser Stelle!) sorgten für Lücken im Kader. Als ob das nicht schon genug wäre, kam noch eine Verletzungswelle



dazu, unser Lazarett war zwischenzeitlich so voll, dass wir fast eine eigene „Reha-Elf“ hätten aufstellen können.

Die kurioseste Szene der Saison

Aber selbst in solchen Momenten zeigt sich, was uns als Team ausmacht: Humor, Herz und Improvisationstalent! Die wohl legendärste Szene der Saison: Eine Spielerin verletzt sich – Krankenwagen kommt – und die Sanitäterin wird kurzerhand neu verpflichtet. Wer braucht schon Scouts, wenn man solches Talent direkt an die Seitenlinie geliefert bekommt? 😊 So schreibt man Fußballgeschichte!

Neue Gesichter, frischer Wind

Trotz aller Rückschläge gab es auch Grund zur Freude. Wir konnten viele neue Spielerinnen begrüßen, die sich super integriert haben und unseren Kader deutlich verstärken. Außerdem gab es Veränderungen im Trainer- und Betreuerstab: Unser langjähriger Betreuer Jürgen Niehaus verabschiedete sich mit großem Dank und viel Applaus, ein echtes Urgestein, das uns sehr fehlen wird. Dafür bringen jetzt Sven Böhm als Torwarttrainer und Sina Hibbeler, unsere ehemalige Spielerin und jetzige Betreuerin (verletzungsbedingt, aber mit vollem Einsatz dabei!), neuen Schwung ins Team. Neue Kapitänin für die Saison wurde Anna Freisleben während Capitano Brauer sich um den Spielernachwuchs kümmert.

Typisch SG Asendorf/Süstedt – stark gegen starke, schwach gegen schwache

Ja, wir geben's zu: Unser altes Problem hat uns auch dieses Jahr begleitet. Gegen die „Großen“ spielen wir Fußball wie aus dem Lehrbuch, Pressing, Passspiel, Leidenschaft. Aber sobald wir auf vermeintlich leichtere Gegner treffen, vergessen wir plötzlich, dass das Runde ins Eckige muss. Daran arbeiten wir, versprochen!

Abseits des Platzes: Teamgeist, Spaß und jede Menge Highlights 🎉



Neben dem Platz war in diesem Jahr ebenfalls richtig was los! Wir haben gemeinsam mit vielen ehemaligen Spielerinnen das 10-jährige Bestehen unserer Spielgemeinschaft gefeiert, ein unvergesslicher Tag voller Erinnerungen, Lachen und Emotionen. Außerdem haben wir bei einigen Spielen der deutschen Frauen-Nationalmannschaft ordentlich mitgefebert, sind gemeinsam auf Mannschaftsfahrt gefahren und haben natürlich auch wieder traditionell den Brokser Heiratsmarkt unsicher gemacht. Den Abschluss des Jahres bildete unsere Weihnachtsfeier, bei der wie immer gelacht, getanzt und in Erinnerungen geschwelgt wurde. Kurzum: Auf und neben dem Platz wir sind einfach ein richtig starkes Team!

Ein riesiges Dankeschön! 💙

Ein ganz großes Dankeschön geht an alle Verletzten, Schwangeren, Neu-Muddies und ehemaligen Spielerinnen, die uns trotzdem bei so vielen Spielen unterstützt, angefeuert und mit ihrer guten Laune getragen haben. Ihr seid zwar gerade nicht (mehr) auf dem Platz, aber immer mitten im Team und genau das macht uns aus!

Ebenso möchten wir uns bei allen Fans, Familien, Freunden und Unterstützern bedanken, die uns jede Woche die Treue halten, bei Wind und Wetter am Spielfeldrand stehen und für gute Stimmung sorgen. Ohne euch wäre die Saison nur halb so schön gewesen!

Ausblick auf die Saison 2025/2026 – Wir sind heiß auf mehr! 💧

Mit neuem Schwung, frischen Gesichtern und einer Menge Motivation blicken wir voller Vorfreude auf die Saison 2025/2026. Die Grundlagen sind gelegt, der Teamgeist ist stärker denn je, und wir sind bereit, erneut anzugreifen mit Mut, Leidenschaft und einer ordentlichen Portion Spaß!



Denn eines ist sicher: Die SG Asendorf/Süstedt Damen geben nie auf – wir kämpfen, wir lachen, wir leben Fußball! 🏆 ❤️

Jahresbericht der Jugendwartin

Das Jahr 2025 war für unsere Kinder- und Jugendarbeit erneut ein sehr lebendiges und ereignisreiches Jahr, das uns allen viele schöne Momente beschert hat.

Weihnachtsfeier

Zum Jahresende 2024 konnten wir erstmals unsere spartenübergreifende Weihnachtsfeier für alle Kinder des Vereins in unserer neuen Sporthalle feiern. Bei lustigen Spielen und spannenden Wettbewerben hatten alle großen Spaß. Besonders freuen durfte sich die Gruppe Hobby Horsing, die in diesem Jahr als Sieger hervorging.

Kinderfasching

Unser Kinderfasching im Februar fand – ebenfalls zum ersten Mal – in unseren eigenen Räumlichkeiten statt. Dank des engagierten Organisationsteams rund um Anika Hammer-Jacob wurde die Feier zu einem bunten und fröhlichen Highlight. Herzlichen Dank an alle, die mit so viel Kreativität und Einsatz tolle Ideen umgesetzt haben!

Freundschaftsspiel mit der Grundschule Bruchhausen-Vilsen

Ein besonderes Erlebnis war das Freundschaftsspiel zwischen unserer U9/10 und unserer Fußball-Lese-AG der Grundschule Bruchhausen-Vilsen. Hier stand nicht nur der Sport, sondern auch das gemeinsame Erleben und der Austausch im Mittelpunkt.

DFB-Mobil

Im Mai durften wir das DFB-Mobil bei uns begrüßen. Unsere Fußballkids sowie ihre Trainer



erhielten dabei eine spannende und lehrreiche Trainingseinheit. Auch unsere Gäste vom SV Bruchhausen-Vilsen waren begeistert von dieser Aktion – ein rundum gelungener Tag.

1. Feriencamp

Ein absolutes Highlight des Sommers war unser Feriencamp. Der Sportplatz wurde kurzerhand in ein Zeltlager verwandelt, und die Kinder erlebten zwei Tage voller Spaß, Spiel und Gemeinschaft. Neben vielen Bewegungsspielen gab es auch eine Selbstverteidigungseinheit mit Enrico, Ballspiele und natürlich Hobby Horsing. Abends stärkten wir uns gemeinsam mit Nudeln und köstlicher Bolognese, die von engagierten Eltern in unserer Sporthallenküche zubereitet wurde. Zum Abschluss des Tages verwandelte sich unsere Sporthalle in ein leuchtendes Schwarzlicht-Spieleparadies – ein unvergessliches Erlebnis! Nach einer kurzen Nacht im Zelt gab es am nächsten Morgen noch ein gemeinsames Frühstück, bevor alle müde, aber glücklich nach Hause gingen. Besonders schön war zu sehen, wie sich eine tolle altersübergreifende Gemeinschaft unter den Kindern entwickelte.

Fußball-Lese-AG „Anpfiff fürs Lesen“

Unsere Fußball-Lese-AG an der Grundschule Bruchhausen-Vilsen ging nach den Sommerferien bereits in ihr zweites Jahr. Wir freuen uns sehr, dass das Projekt auch weiterhin vom Landessportbund Niedersachsen aus Mitteln der Finanzhilfe des Landes Niedersachsen gefördert wird. Es zeigt, wie erfolgreich die Verbindung von Sport und Bildung sein kann.

Am 11.11. findet wieder ein Freundschaftsspiel der AG statt. In diesem Jahr ist der TSV Bramstedt zu Gast.

Laternenlauf

Zum Abschluss des Jahres findet am 9. November unser Laternenlauf statt. In diesem Jahr starten wir an unserer Sporthalle – wir freuen uns schon auf viele leuchtende Laternen, fröhliche Gesichter und ein gemütliches Beisammensein.



Wir freuen uns sehr über zwei Mitglieder, die ihre Schiedsrichterprüfung in diesem Jahr erfolgreich abgeschlossen haben.

Zu Beginn des Jahres war dies Jannes von Weyhe aus Syke. Er hat mittlerweile auch schon einige Spiele gepfiffen sowie im Herbst dann Janne Krüger aus Süstedt. Wir gratulieren und wünschen euch viele faire Spiele.

Ein herzliches Dankeschön an alle Kinder, Eltern, Trainerinnen und Trainer sowie an alle Helferinnen und Helfer, die unsere Veranstaltungen und Aktivitäten unterstützt haben. Ohne euch wäre all das nicht möglich gewesen!

Eure Jugendwartin

Andrea Nolte



Jahresbericht Jugendfußball 2025

Die Berichte der Jugend sind für die Altersgruppen einzeln verfasst.

Bambini Fußball (2-5 Jahre)

Seit einigen Wochen bieten wir auch Fußball für unsere ganz kleinen Sportler an, um sie bereits im jungen Alter für Bewegung und Spiel mit dem Ball zu begeistern. Immer donnerstags übernimmt Jörn Brinkmann die Betreuung für das Training. Nachdem die ersten beiden Termine noch nicht so gut besucht waren, kamen im Laufe der Zeit immer weitere Anfragen und so wurde die Gruppe größer. Wer also neugierig ist, kann sich gerne bei Jörn melden und mal vorbeischauen (Jörn Brinkmann, Tel. 01525-7129086).

U07- Junioren der JSG Süstedt / Vilsen

Trainer: Osman Susica und Erhard Stellmann

Wir sind nach den Sommerferien mit 7 Kindern Jahrgang 2019 und 3 Kindern Jahrgang 2020 gestartet. Von den 10 Kindern waren 8 Kinder schon vor den Sommerferien beim Training.

Das heißt, es sind nur 2 Kinder von Vilsen dazu gekommen. Für die Fußballturniere haben wir erstmal nur eine Mannschaft gemeldet, weil wir die Beteiligung abwarten wollten.

Da die Trainingsbeteiligung mit mindestens 8 Kindern sehr gut ist und 2 Kinder dazu gekommen sind, werden wir ab Frühjahr mit 2 Mannschaften bei den Turnieren antreten. Damit haben alle Kinder die Möglichkeit mitzuspielen und sich weiter zu entwickeln. Wir hoffen, dass die Begeisterung und der Spaß beim Fußball bei den Kindern bleibt. Osman und ich sind jedenfalls noch mit Begeisterung dabei.



Bericht: Erhard Stellmann





Bericht der U9 JSG Süstedt/Br.-V./Asendorf

Trainer: Pepe Nolte, Karsten Döhrmann, Erhard Stellmann

Betreuer: Hendrik Wunderlich, Michael Grafe

Training: Die U9 trainiert jeden Dienstag, aktuell parallel zur U10 von 17-18:30 Uhr.

Ab März begannen wir wieder draußen zu trainieren. Am 06.05. besuchte uns das DFB-Mobil welches ein tolles Training für die Kinder vorbereitet hatte. Am 24.06. hatten wir unser letztes Training der Saison mit anschließendem Abschlussgrillen. Zu Beginn der



neuen Saison, die am 09.08. mit dem Training startete, ist Erhard eine Reihe zurückgetreten. Er unterstützt das Team jedoch weiterhin organisatorisch, wo immer er kann. Auch Paul Schröder hat das Trainerteam endgültig verlassen. Das Trainerteam wird nun durch Karsten Döhrmann erweitert und durch Hendrik Wunderlich sowie Michael Grafe unterstützt.

Ein herzliches Dankeschön an alle für euren großartigen Einsatz und eure Unterstützung!

Ab November wechseln wir vom Sportplatz in Süstedt zum Wintertraining in die Mensahalle nach Bruchhausen-Vilsen.

Turnier Saison 24/25

Nach dem Heimturnier im vergangenen Oktober ging es für uns los mit den Hallenturnieren im Dezember in Barrien im Januar in Schwaförden und im Februar in Siedenburg. Hallenturniere machen den Kindern immer besonders viel Spaß, da hier der Fußball einfach schneller ist und in kürzerer Zeit mehr Tore fallen. In Seckenhausen fand das erste Turnier dann wieder draußen statt. Weitere folgten in Stuhr und Twistringen.



Dieses war unser erfolgreichstes Turnier, das wir ohne Niederlage abschließen konnten. Das nächste Turnier war wieder in Seckenhausen, dieses wurde zu einer Rutsche-Regen Partie. Also sozusagen typisches Fußballwetter und eine besondere Erfahrung für die Mannschaft. Darauf folgte unser letztes Turnier in Gödestorf. Dort war die fußballerische Entwicklung sehr gut zu erkennen. Vor allem das Passspiel und das Zusammenspiel wurde zusehends besser.



Turnier Saison 25/26

Wir wollten die neue Saison mit einem Testspiel gegen Sulingen starten, um erste Erfahrungen auf dem größeren Spielfeld zu sammeln. In dieser Saison spielen wir bis zum Winter vereinzelt Turniere im Format „3+1 gegen 3+1“. Parallel zum altbekannten 3 gegen 3 auf zwei Minitor - sogenannte *Mischturniere*.

Bei diesen Turnieren hat also entweder jedes Team ein Tor mit Torwart (3+1 gegen 3+1) oder wie früher zwei kleine Tore ohne Torwart (3 gegen 3).

Leider mussten wir das Testspiel gegen Sulingen mehrmals verschieben, sodass es erst am 23.09. stattfinden konnte. Dabei merkten wir, dass das Spiel auf dem größeren Feld und mit Torwart für uns noch recht neu und ungewohnt war. Trotzdem war schon guter Fußball zu sehen und besonders positiv hervorzuheben ist, dass wir als Team sehr gut zusammengearbeitet haben.

Am 30.08. stand dann das erste Mischturnier in Aschen auf dem Programm. Weitere Turniere folgten in Heiligenrode und Fahrenhorst – letzteres war zugleich das letzte



Turnier draußen. Damit ist nun die kommende Hallensaison offiziell eingeläutet. Hervorzuheben ist, dass seit dieser Saison immer mal wieder Kinder von uns bei der U10 aushelfen. Zwischen beiden Teams besteht ein guter Zusammenhalt.

Ziele:

- Die Freude an Bewegung und am Fußball weiter fördern
- Teamgeist und soziale Werte wie Respekt Hilfsbereitschaft Zusammenhalt zu vermitteln
-
- Fußballerische Grundlagen festigen und erweitern

Bei alldem soll der Spaß im Vordergrund stehen, so dass die Kinder möglichst jedes Mal mit Freude zum Training kommen



Bericht von Pepe Nolte

Bericht der U10

Seit August sind wir, Patrick Gehrke und René Brüning, das neue Trainerteam der U10. Zu Beginn standen wir vor einer großen Herausforderung, denn lediglich zwei Kinder hatten noch Lust, weiterzumachen. Nach einigen Gesprächen mit den Eltern und der Bitte, sich das Training und die Spiele zwei- bis dreimal anzuschauen, konnten wir immer mehr Kinder und Familien begeistern. Durch die Erweiterung der Spielberechtigung auf den Jahrgang 2015 konnten wir unser Team weiter verstärken. Mittlerweile haben wir 12 Kinder, die regelmäßig am Training teilnehmen und mit großer Freude bei den Spielen dabei sind. Nach einem halben Jahr sehen wir bereits deutliche Fortschritte im spielerischen Bereich, was uns sehr stolz macht.



Ein besonderes Highlight war die Erstellung eines eigenen Mannschaftssongs – mithilfe von KI – den die Kids bei jedem Spiel mit Begeisterung mitsingen.

Alles in allem sind wir sehr zufrieden mit der Entwicklung des Teams. Die Trainingsbereitschaft ist hoch, die Stimmung hervorragend und der Zusammenhalt innerhalb der Mannschaft wirklich toll.

Wir freuen uns auf ein tolles Jahr 2026 mit viel Spaß und motivierten Kindern!

Bericht der U13

Seit ein paar Wochen gibt es noch ein weiteres Angebot vom TSV: Eine U13 Mannschaft für die Jahrgänge 2013/2014. Das Training übernimmt unser FSJlerin Mika Stelse und es findet immer dienstags von 17:15-18:30Uhr statt. Aktuell ist die Mannschaft zu klein, um sie am Spielbetrieb anzumelden und es wird Training gemacht. Wer also Lust hat, kann sich gerne bei Mika melden, damit das Team weiterwächst (Mika Stelse, Tel. 0176-57710392). Unterstützt wird Mika von Jasmin Brinkmann-Peschke und Steffi Kuhls.



Karate und Selbstverteidigung (SV) ÜL: Enrico Stumpf-Siering

Mit dem Umzug des Trainings in die Schierloh-Engineering-Halle Ende 2024 ergab sich die Möglichkeit, die Anzahl der wöchentlichen Trainingsstunden zu erhöhen und damit mehr auf die Alters- und Leitungsstruktur der Mitglieder einzugehen.

Der Schwerpunkt liegt unverändert auf dem Kindertraining. Jedoch interessieren sich zunehmend auch ältere Neu- und Wiedereinsteiger für das Training im TSV.

Die offizielle Eröffnungsveranstaltung der Schierloh-Engineering-Halle wurde durch das Dojo mit einer Kata- und Kihon-Vorführung unterstützt. Den Karateka hat es großen Spaß gemacht und wir haben zahlreiche positive Reaktionen erhalten.



Ab Januar wurden wöchentlich zwischen vier bis fünf Trainingstermine zu ein bzw. eineinhalb Stunden angeboten.

Das ergibt bis zu 5,5 Stunden reguläres Training pro Woche. Das Training an den Sonntagen wechselt dabei thematisch zwischen Selbstverteidigung, sportlichem Praxistraining oder prüfungsorientierten Trainingseinheiten. Der Versuch, eine Karate-AG in der Grundschule Bruchhausen-Vilsen zu etablieren, gelang aufgrund von Kommunikationsproblemen nicht und wurde schließlich nicht weiterverfolgt.

Sowohl Werbung über die Kreiszeitung, auf Webseiten und in sozialen Medien wie auch durch Weitersagen bescherte dem Karateangebot eine kontinuierliche und steigende Nachfrage. Selbst unter Berücksichtigung der geringen Fluktuation bewegen sich die



Mitgliederzahlen der Sparte seit dem zweiten Quartal regelmäßig zwischen 40 und 50 mit Tendenz nach oben.

Über unsere Aktivitäten haben wir regelmäßig auf der Webseite des TSV und auf der Webseite des Dojo www.kotora-dojo.de berichtet. Unsere Karateka und die Eltern der Kinder erhielten im Jahr fünf mehrseitige Informationen zu unseren Aktivitäten als PDF.

Training

Das Training wird durch den Dan-Träger Enrico Stumpf-Siering, der Ende 2024 eine A-Trainer-Qualifikation in Karate Breitensport und die Stufe Platin als Selbstverteidigungslehrer erworben hat, durchgeführt. Er wird durch Ole Siering, 4. Kyu, unterstützt, der im Januar eine Assistenztrainerausbildung beim Karateverband Niedersachsen erfolgreich absolvieren konnte.

Neben den Grundelementen Kihon (Grundschultechniken), Kata (Stilisierte Kampfformen) und Kumite (Partnerübungen und Zweikampf) wird auf Tradition und Geschichte des Karate Wert gelegt. Das Vorlesen ist fester Bestandteil der Übungsstunden bei den Jüngsten.

Probetrainings können jederzeit vereinbart werden.

Erfolge Der KVN erteilte der Sparte im März eine Prüferlizenz, die durch Enrico wahrgenommen wird. Auf dieser Grundlage wurden im Mai an zwei Prüfungstagen 19 Zwischenprüfungen „Roter Streifen“ und vier Kyu-Prüfungen zum Gelben Gurt (8. Kyu) abgelegt.

Die mit dem 8. Kyu neu graduierten Karateka des Dojo nahmen gemeinsam mit dem Spartenleiter





und weiteren Mitgliedern am 10. Mai am von Weltmeisterin Sophie Wachter präsentierten Kata-Lehrgang in Delmenhorst teil.

Neueinsteiger können bei regelmäßiger Trainingsteilnahme nach 6 bis 8 Wochen eine Anzugprüfung ablegen. Diese Prüfung wurde in 2025 bereits 9x bestanden.

Für den 29. November ist ein Prüfungslehrgang mit anschließender Kyu-Prüfung vorgesehen. Hier werden auch Teilnehmer benachbarter Dojos erwartet. Es ist dabei die Abnahme von bis zu vierzig Kyu-Prüfungen geplant.

Selbstverteidigung

Im Frühjahr wurden an drei Schnupperwochenenden Selbstverteidigungsangebote für Jugendliche beworben. Von Mai bis August fand ein 8-stündiger Grundkurs für Selbstverteidigung für die Zielgruppe Kinder- und Jugendliche 10-14 Jahre mit bis zu 8 Teilnehmerinnen statt. Er wurde auch von Nichtmitgliedern gegen Teilnahmegebühr besucht. Unsere Möglichkeiten übersteigen hier im Moment noch deutlich das Interesse.



Feriencamp 2025

Die beiden Trainer der Sparte waren an der Organisation und Durchführung des Ferien camps am 5. und 6. August aktiv beteiligt. Gleichfalls nahmen eine größere Anzahl



von Karateka am Lager teil. Ein Selbstverteidigungstraining für alle Teilnehmer altersbezogen in zwei Durchgängen gehörte zum Programm.

Ferienkiste 2025

Die Ferienkiste der Samtgemeinde Bruchhausen-Vilsen wurde durch die Karatesparte an drei Tagen mit jeweils drei Stunden unterstützt. Dabei wurden nahezu 30 Kinder von 8 bis 14 Jahren mit den Grundlagen des Karate und der Selbstverteidigung bekannt gemacht. Alle hatten sichtbar Spaß dabei.



Ausrüstung

Der Jugend-Förderverein unterstütze die Sparte noch einmal bei der Beschaffung von Matten. Diese sind für unser Training unverzichtbar aber leider auch nicht billig. Nunmehr verfügt das Dojo über 80 Quadratmeter Tatami. Immer häufiger benötigen wir im Training die volle Mattenfläche. Sie wird vor jedem Training mit einem Zeitaufwand von 20-30 Minuten aufgebaut.



Über den TSV wurden zu Jahresbeginn Faustschützer angeschafft. Die überwiegende Menge unterschiedlicher Trainingsgeräte besteht nach wie vor aus Dauerleihgaben des Spartenleiters.



Ziele

Für das kommende Jahr planen wir neben weiteren Kyu-Prüfungen und der Teilnahme an Karate-Lehrgängen in der Region auch ein gemeinsames Ferien-Karatecamp Anfang August mit dem SKIP Syke e.V.

Unser Ziel ist es dabei, diese Veranstaltung durch den LSB umfassend fördern zu lassen. Die Ferienkiste der Samtgemeinde wird wieder mit mehreren Terminen unterstützt.

Wir würden uns freuen, wenn uns gelingt, die Mitgliederzahlen nicht nur zu stabilisieren, sondern weiter zu vergrößern. Die Durchführung eines weiteren, gut besuchten Selbstverteidigungskurses auch für Nichtmitglieder soll mit mehr Werbung möglich gemacht werden. Unser Training steht auch älteren Anfängern offen, denn Karate kann man noch als Erwachsener beginnen und bis ins hohe Alter betreiben.



Jahresberichte 2025 Sparte Turnen und Gesundheit

Seniorinnen-Gymnastik

dienstags 10:00 bis 11:00 Uhr

Regina Seegardel

Tel. 04240 9613760

In diesem Jahr konnten wir vier neue Mitglieder begrüßen. Wie gut, dass wir in der großen Halle trainieren können. So haben wir mit unseren Matten und den Stühlen genügend Platz. Bei dem Aufbau werden stets die vorgesehenen Trainingsinhalte berücksichtigt. Wir sitzen paarweise gegenüber, wenn Übungen mit den kleineren weichen Bällen oder den großen grünen Pezzibällen geplant sind, u.a. weil wir die Bälle hin- und werfen.

Bei unserem Training mit den Hanteln, den Widerstands- und Therabändern stehen die Stühle einzeln im Halbkreis, immer mit genügend Abstand, damit sich die Arme nicht berühren.

Unsere Trainingsstunde beginnt im Stehen hinter der Stuhllehne. Mindestens

15 Minuten werden die Beine beansprucht. Mit Kniebeugen, Stehen auf einem Bein und Beinkreisen stärken wir unsere Muskeln und unsere Standfestigkeit. Dann geht es weiter im Sitzen. Die Trainingsstunden sind immer gut besucht. Alle sind mit Spaß dabei und bemerken immer wieder, wie gut die Übungen für sie sind.

Regelmäßig einmal in der Woche eine Stunde sportliche Aktivitäten (ohne nennenswerte Pausen) ist schon eine große Leistung für die Mitglieder der Gruppe, insbesondere wenn man bedenkt, dass der Altersdurchschnitt 80,5 Jahre beträgt.





Mit einem Artikel in der Kreiszeitung konnten wir auf unser Sportangebot aufmerksam machen. Vielleicht kommen noch weitere Sportinteressierte hinzu. Wir würden uns freuen, denn Platz haben wir genug.





Yoga beim TSV



Unsere erste Yoga- und Nordic-Walking-Reise nach Sylt im kühlen Januar. Zu anderen Zeiten gibt es an der Akademie am Meer keine freien Kapazitäten. Aber wer sagt denn, dass es immer Sommer sein muss? Bei überwiegend gutem Wetter haben wir Yoga drinnen und Walking draußen gemäß Wolken, Wind und Wetterbericht abgewechselt. Unsere Walkingziele waren die Inselhighlights Uwe-Düne, Ellenbogen, Morsum Kliff, Rantumbecken und Hörnum Odde.

Anreise mit
Bolster, Matten,
Gurten,
Decken...



Yoga mit Blick in die Dünen im „Osthaus“



Fast am höchsten Punkt der Insel: An der Uwe-Düne



**Teestübchen musste bei
winterlichen
Temperaturen manchmal
sein**



**Wege und Nicht-
Wege am Morsum
Kliff ;-)**



**Unglaublicher
Sternenhimmel
mit Orion. Sieht
man das?**



Schneeweiß mit roter Mütze: List-West am „Ellenbogen“, der nördlichste Leuchtturm Deutschlands



Der Abreisetag kam schneller als gedacht, doch die Planung für 2026 steht. Es wird wieder eine Nordseeinsel: Borkum!



Yoga Übungsleitung: Heike Mumm

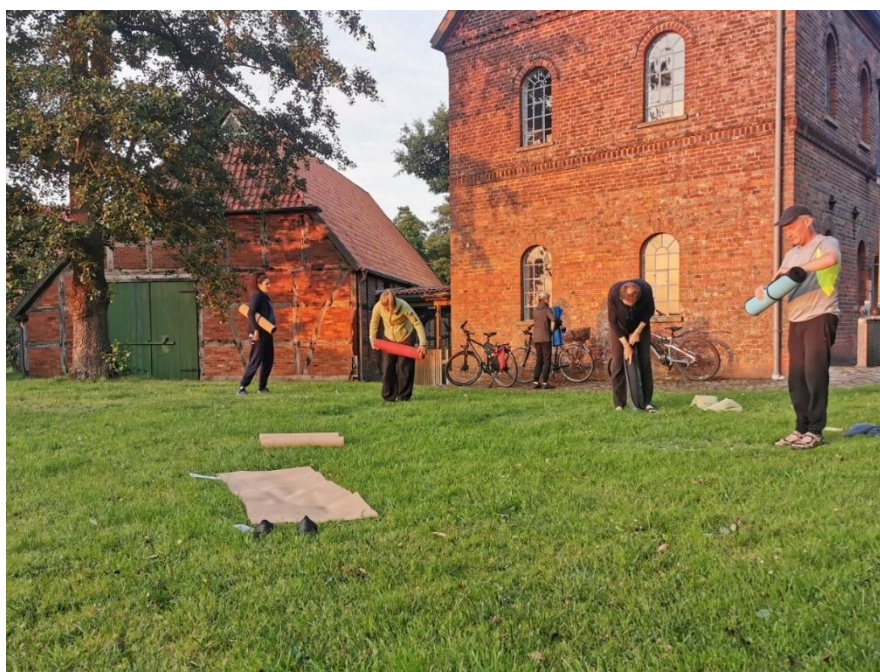
Unsere fortlaufenden Gruppen in der Gymnastikhalle:

Montags 8:00–9:15 Uhr: Sanftes Yoga, zur Ruhe kommen, für einen guten Start in die Woche.

Mittwochs 20:00–21:15 Uhr: Yoga etwas sportlicher auf der Basis von Ashtanga Yoga Innovation.

Bei passendem Wetter und wenn es abends lang genug hell ist, etwa von Ende Mai bis Mitte August, üben wir nach Absprache mittwochsabends hin und wieder draußen hinter dem Mühlenteich. Dieses Jahr gabs zum Glück sehr wenige Mücken!

Wir genießen das Landleben in vollen Zügen beginnend mit den Sonnengrüßen – die Sonne senkt sich zu der Zeit gerade allmählich über dem Feldrand: „Einatmen, heb die Arme... ausatmen, tiefe Vorbeuge...“





Kurs: Wirbelsäule und mehr Übungsleiterin: Esther Felstehausen

Do. 17:15-18:30 Uhr Kursbeginn: 09/2024 Mitgliederanzahl: 14

Anfang, Beginn und Inhalte des Kursangebot:

Der Kurs „Wirbelsäule und mehr“ begann im September 2024. Ca. 15 Teilnehmer traten mit Beginn in den Verein ein.

Kursraum ist der Gymnastikraum im Vereinsheim, obere Etage.

Inhalte sind die Prävention und Rehabilitation von Haltungsschwächen der Wirbelsäule, sowie die Stärkung der körperlichen Funktionen durch Kraft,- Ausdauer und Koordinationsübungen. Ziel ist es, Schmerzen zu lindern, die Beweglichkeit zu verbessern und soziale Interaktionen zu fördern.

Ein wesentlicher Bestandteil ist die Freude an Sport und Bewegung.

Die jeweiligen Übungen unter meiner Anleitung werden mit oder ohne Handgerät durchgeführt, einzeln oder auch zu zweit. Geräte sind z.B. Gymnastikbälle, Therapiebänder, Reifen, Hanteln. Je nach Gruppengröße stehen die Teilnehmer im Kreis oder vereinzelt im Raum. Unterstützend zu den Übungen wird Musik angemacht um gleichmäßig und im Rhythmus zu trainieren. Zu Beginn der Kursstunde wird eine Aufwärmung der Muskulatur und Beweglichkeit durchgeführt. Dies ist essenziell um Verletzungen, wie Zerrungen oder Muskelkrämpfe zu vermeiden.

Übungen dafür sind das Rotieren der Fußgelenke im Einbeinstand oder das Kreisen der Schultern (Beweglichkeit des Schultergürtels).



Dehnübungen bzgl. der Bänder und Muskulatur (Wade), Beininnenseite, Gesäß, werden zu Beginn und am Ende der Stunde, begleitet von Entspannungsmusik, durchgeführt.

Wöchentlich setze ich, um die Motivation bei zu behalten, verschiedene Geräte ein. Auch Inhalte der Ergotherapie (sensomotorisches Koordinationstraining) und Zirkeltraining gehören mit zu meinen Kursinhalten. Dazu absolvierte ich in meinem Interesse eine Fortbildung an der MFZ Hannover im März 2025.

Maßnahmen aufgrund von Wetterbedingungen

Bei hohen sommerlichen Temperaturen wichen wir vom

Gymnastikraum aus und trafen uns beim Kneipp-Becken in Vilsen, hinter dem Wiehebad gelegen.

Die Methode „Wassertreten“ von Kneipp hat sich sehr beliebt gemacht und ist eine gute Alternative um nicht unnötig die Stunde ausfallen lassen zu müssen.

Zwischen den Gängen durchs Wasser, die durch Pausen gekennzeichnet sind, haben wir auf dem Rasen verschiedene

Übungen zur Beweglichkeit durchgeführt (Kniebeugen,

Ausfallschritt)

Das Barfuß laufen auf dem Rasen ist für die Füße eine Wohltat, wenn auch ein Insektenspray nie fehlen darf.

Folgend ein Bild aus meinem Kurs:





Jahresbericht 2025 der Sparte Kinderturnen

Eltern-Kind-Turnen

Donnerstags 16:00 – 17:15 Uhr, für Kinder im Alter von ca. 1 – 3 Jahren.

Mittwochs 16:00 – 17:15 Uhr, für Kinder im Alter von ca. 3 – 5 Jahren.

Die Donnerstagsgruppe findet im Vereinsheim bei Vera Nolte statt.

Die Stunden gliedern sich in 4 Teile.

Wir beginnen im Sitzkreis mit dem Begrüßungslied. Danach folgt ein Tanzlied zum passenden Stundenthema. Im zweiten Teil beschäftigen wir uns mit diversen Kleingeräten, wie Ringen, Tüchern, Säckchen etc. Auch mit Alltagsmaterialien, wie Becher, Eierpappen, Kastanien, etc. lässt es sich toll spielen.



Diese bauen wir dann in den dritten Teil, dem Kletterparcours, mit ein.



Z.B. zum Thema: Herbst-Laub-kleine-Tiere spielen wir mit einem Laubhaufen, und die Kinder können darin die versteckten Stofftiere suchen und erfühlen. Anschließend wird das Laub im aufgebauten Parcours zum Hineinspringen genutzt.

Nach dem Wegräumen der Geräte fahren die Kinder im letzten Teil der Turnstunde kurz mit der „Rollbrett“-Eisenbahn und singen, wieder im Kreis, zum Schluss ein paar Fingerspiel- und Schoßlieder.



Die Mittwochsgruppe findet in der Schierloh-Engineering-Halle statt.

Der Stundenablauf ist ähnlich gestaltet, wobei die Bewegungslandschaften entsprechend dem Alter der 3 – 5-Jährigen angepasst werden.

Bis Oktober hat Iris Hiestermann die Gruppe geleitet. Wegen einer beruflichen Veränderung musste Iris die Übungsleitung der Gruppe leider aufgeben. Für ihr tolles Engagement bedanke ich mich aufs Allerherzlichste und wünsche Iris für die Zukunft alles Gute! Zurzeit pausiert die Gruppe bis sich eine Lösung gefunden hat. Einige Kinder sind zum Kinderturnen, montags, gewechselt.

Spielerische Grüße

Vera

Kinderturnen Übungsleitung: Vera Nolte, Unterstützung: Stefanie Sudmann

Gruppe I: montags von 15:30 – 16:40 Uhr, für Kinder von ca. 4 – 6 Jahren

Gruppe II: montags von 16:45 – 18:10 Uhr, für Kinder von ca. 6 – 10 Jahren

Mit dem Kinderturnen sind wir in Bruchhausen-Vilsen in der kleinen Sporthalle.

Auch hier sind die Stunden gegliedert. Wir beginnen im Kreis und begrüßen uns mit einem Lied. Dann stimmen wir uns mit einem Bewegungslied auf das Stundenthema ein, bewegen uns zu einer Mitmachgeschichte oder spielen ein Kreisspiel.

Anschließend folgt ein Laufspiel oder Spielen mit Kleingeräten, Alltagsmaterialien oder dem Schwungtuch. Dann wird die Fantasy Welt mit Großgeräten gebaut in der die Kinder sich in ihrer ganzen Bewegungsvielfalt ausprobieren können.

Dann noch ein Fang- oder Laufspiel, und die Stunde endet wieder im Kreis mit dem Schlusslied.



Auch die zweite Gruppe startet im Kreis, nach kurzem Um- oder Zusatzbau der Gerätelandschaft, mit Kreisspielen mit oder ohne Ball. Danach wird auf den Geräten geturnt. Einzel- oder Partnerübungen, sowie erste Wettkampf- und Mannschaftsspiele werden zwischendurch in die Stunde eingeflochten.



Z. B. zum Thema Herbst-Farben-Obst wurde auf „Bäume“ geklettert, „Obst“-Säckchen gesammelt und beim Schwingen in „Obstkorb“-Kästen verteilt.

Farben sortieren und eine Wettkampfstrecke schnellstmöglich bewältigen konnten die Kinder beim „Speed Cups“.

Besondere Turnstunden waren wieder die Weihnachtsfeier 2024 und das Faschingsturnen. Zur Einweihung der Schierloh-Engineering-Halle im Mai wurde von den Kindern eine kurze Tanzchoreo mit dem Schwungtuch vorgeführt und viele bunte Bälle als Popcorn auf dem Tuch durcheinandergewirbelt.

Herzlich bedanke ich mich bei Steffi Sudmann für die so wichtige große Unterstützung!

Auch bei den Eltern, die dann und wann aushelfen, bedanke ich mich ganz herzlich!



Ein herzlicher Dank geht auch an unseren Vereinsbusfahrer, Hartwig Zierath! Die Kinder, die in Süstedt und Uenzen einsteigen, lieben die Busfahrten mit Hartwig.

Süstedt/Bahnhof:	Abfahrt ca.	15:10 bzw. 16:20 Uhr	Ankunft ca.
	17:00 bzw. 18:30 Uhr		

Uenzen/Post:	Abfahrt ca. 15:15 bzw. 16:25 Uhr	Ankunft ca.	16:55 bzw.
	18:25 Uhr		

Sportliche Grüße

Vera Nolte



Spartenbericht Radwandern 2025

Unsere erste Tour war am Mittwoch den 08.01.2025 bei schönem Winterwetter mit 8 Mitgliedern, die Tour belief sich über 50 km mit einem Café-stopp

am Golfclub in Okel. Treffpunkt ist immer mittwochs am Sportplatz in Süstedt, Winterzeit: Oktober bis einschließlich April, Treffen 13:30.

Sommerzeit: von Mai bis einschließlich September, Treffen 18.00 Uhr.

Bei unserer Tagestour, die wie immer am 3. Oktober stattfindet, war in der Hamme-Region von Worswede, um 8:30 sind wir mit

PKW (Räder im Gepäck) in Süstedt losgefahren bis zum Parkplatz vom Lokal Hamme Hütte in Worswede (wo wir nach der Tour von 63km auch gemeinsam gegessen haben)

17 Personen der Radwander-Gruppe waren dabei, es war ein sehr schöner Tag, an dem wir Spaß und viel zu sehen bekommen haben.

In diesem Jahr konnten wir mit unserem Mitfahrer Hans Schweers seinen 90. Geburtstag feiern, er ist von unserer Radgruppe eingeladen worden.

Nachdem wir sein Fahrrad geschmückt hatten, sind wir gemeinsam zu einem Lokal geradelt, wo ein Tisch für uns reserviert war. So ein Highlight erlebt man nicht oft im Leben.

Es waren fast alle aus der Gruppe dabei.

In der Radwandergruppe vom TSV Süstedt sind neue Mitglieder herzlich willkommen.





Fitness-Sparte: Bewegung, Gemeinschaft und jede Menge Spaß!

Wer glaubt, Fitness im Verein sei nur Schwitzen, Planken und Muskelkater, der unterschätzt unsere Sparte im TSV Süstedt.

Wie ihr an den Berichten seht, hat unsere Fitness-Sparte auch dieses Jahr wieder bewiesen, dass gemeinsames Training weit mehr ist als bloße Bewegung – es ist Motivation, Teamgeist und manchmal auch eine kleine Therapiestunde nach einem langen Tag.

Yvonne Meyer: Aerobic

Auch im Jahr 2025 war in unserer Aerobic-Gruppe richtig was los. Jeden Dienstagabend um 18.00 Uhr treffen wir uns im Sportheim um gemeinsam zu schwitzen, zu lachen und uns fit zu halten. Mit flotter Musik, abwechslungsreichen Übungen und viel guter Laune starten wir aktiv in die Woche.

Die Gruppe ist bunt gemischt - von langjährigen Mitgliedern bis zu neuen Gesichtern. Besonders schön ist, wie offen und herzlich alle miteinander umgehen. Bei uns zählt nicht, wer wie fit ist, sondern, dass wir uns gemeinsam bewegen und Freude an der Sache haben.

Hierbei möchte ich die Gelegenheit nutzen und mich bei den Mädels bedanken, die der Gruppe schon jahrelang die Treue halten und so motiviert sind.



In diesem Jahr haben wir wieder mit verschiedenen Schwerpunkten gearbeitet: etwas klassische Aerobic, Step-Training, kleine Kraftübungen und Stretching zum Abschluss. So wird es nie langweilig und jede Einheit ist ein bisschen anders.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr, auf neue Choreographien, neue Gesichter und ganz viel Bewegung!

Wer Lust hat, sich fit zu halten und Spaß in der Gruppe zu haben, ist bei uns jederzeit herzlich willkommen.

Erfolg beginnt dort, wo du aufhörst, Ausreden zu haben.

Ich wünsche allen Mitgliedern des TSV Süstedt eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr.

Übungsleiterin Aerobic: *Yvonne Meyer*



Gerda Hemker: Fitness-Gymnastik

Sport hilft uns, gesund und stark zu bleiben, indem er unseren Körper aktiv und fit hält. Sport macht uns glücklich und ermöglicht uns, viel Spaß und Freude zu haben.

Da ich leider im Dezember krank war, holten wir unsere Weihnachtsfeier am 9. Januar 2025 nach. Wie jedes Jahr mit Leckereien und gemütlichen Beisammen sein im Sportheim. Am 3.7.2025 verbrachten wir mit 14 Sportlerinnen

einen schönen Tag in Lübeck und Schifffahrt auf der

Wakenitz zum Ratzeburger See. Ansonsten treffen wir uns donnerstags von 19 bis 20 Uhr und bewegen uns mit Seilen, Stäben, Bändern oder Bällen. Es sollen alle Muskeln gestärkt und beweglich bleiben.

Sportliche Grüße *Gerda*





Nicole und Stephan Neddermann: Jumping Fitness

Drei Kurse, viel Bewegung, starke Gemeinschaft

Die Jumping-Fitness-Sparte des TSV Süstedt blickt auf ein sehr aktives und erfolgreiches Jahr zurück. An drei festen Terminen – donnerstags um 20 Uhr, freitags um 17:30 Uhr und sonntags um 11:00 Uhr – finden regelmäßig ausgebuchte Kurse statt. Im Durchschnitt sind 9 von 11 Trampolinen belegt.

Verlässliche Trainer:innen und motivierte Teilnehmer:innen

Die Kurse werden von Stephan und Nicole Neddermann geleitet, die sich bei Bedarf gegenseitig vertreten. Durch ihre Zuverlässigkeit und Kontinuität ist eine stabile Planung möglich, was von den Teilnehmerinnen sehr geschätzt wird. Viele sind dem Kurs bereits seit sieben Jahren treu, gleichzeitig gibt es einen stetigen Zulauf, der für Abwechslung und neue Dynamik sorgt.

Seit dem 7. Juli wird das Angebot durch den neuen Kurs „Absolute Beginner“ mit Trainerin Nicole Neddermann ergänzt. Auch dieser Kurs ist voll belegt – über 20 Interessierte sind in der begleitenden WhatsApp-Gruppe aktiv. Zwischen den Kursen findet ein reger Austausch statt: Teilnehmende wechseln je nach Trainingsziel zwischen den Gruppen – für mehr Herausforderung oder zum Festigen der Grundschrte.

Gemeinschaft, Kooperation und Struktur

Die Spartenleitung liegt bei Fitnesstrainerin Anne Krüger, die die Jumping-Angebote organisatorisch begleitet und stets eine kompetente Ansprechpartnerin ist. Die



Zusammenarbeit im Trainerteam funktioniert reibungslos – geprägt von Offenheit, gegenseitiger Unterstützung und dem gemeinsamen Motto: „Mit Freude, gemeinsam und lösungsorientiert.“

Die Gruppendynamik entwickelt sich kontinuierlich positiv: Es entstehen neue Kontakte, Fahrgemeinschaften und ein starkes Miteinander. Auch über den TSV hinaus gibt es Kooperationen – etwa mit den Handballmannschaften des Vereins, die Jumping-Einheiten in ihre Saisonpausen einbauen, oder mit den Fitnesstrainerinnen des SV Dimhausen, die im Januar eine gemeinsame Stunde absolvieren werden.

Material, Musik und Motivation

In einer gemeinschaftlichen Aktion wurden in diesem Jahr alle Trampoline überholt: neue Gummis, geschliffene und lackierte Gestelle – alles in Eigenleistung. Damit das Equipment langfristig in gutem Zustand bleibt, ist eine jährliche Budgetplanung für Verschleißteile wünschenswert.

Auch musikalisch bleibt es abwechslungsreich: Neue Playlists wie „Remember the 70s“, „The Real 80s“, „Original 90s“ und „Is This What You’ve Been Waiting For“ bringen frischen Schwung. Bewährte Klassiker – etwa Sommerhits oder Brokser-Markt-Specials – sorgen zusätzlich für Vielfalt.

Verbesserungsvorschläge

Einige praktische Wünsche aus dem Trainingsalltag:

- automatisches Schließen des Dachfensters bei Regen oder Sturm

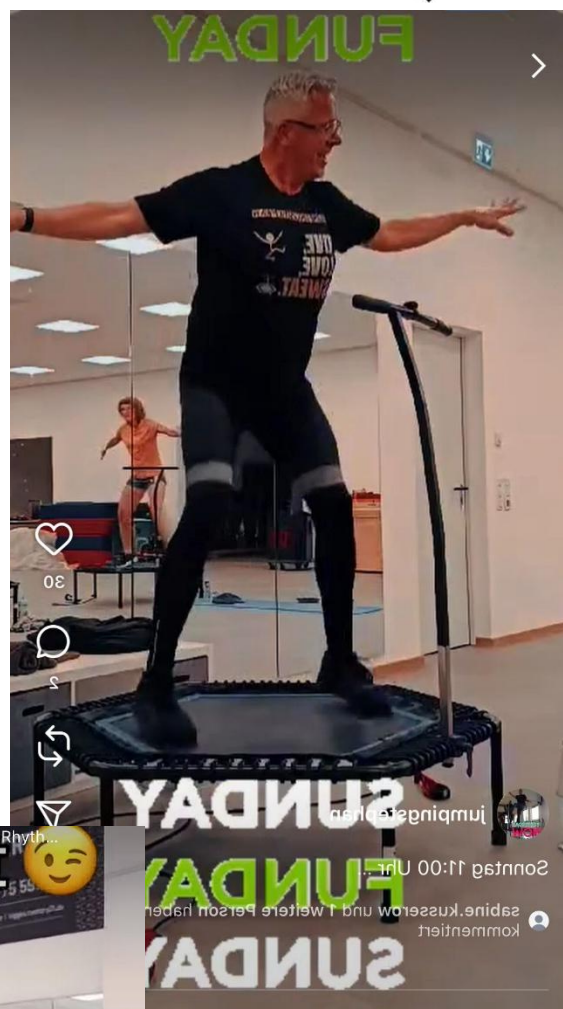
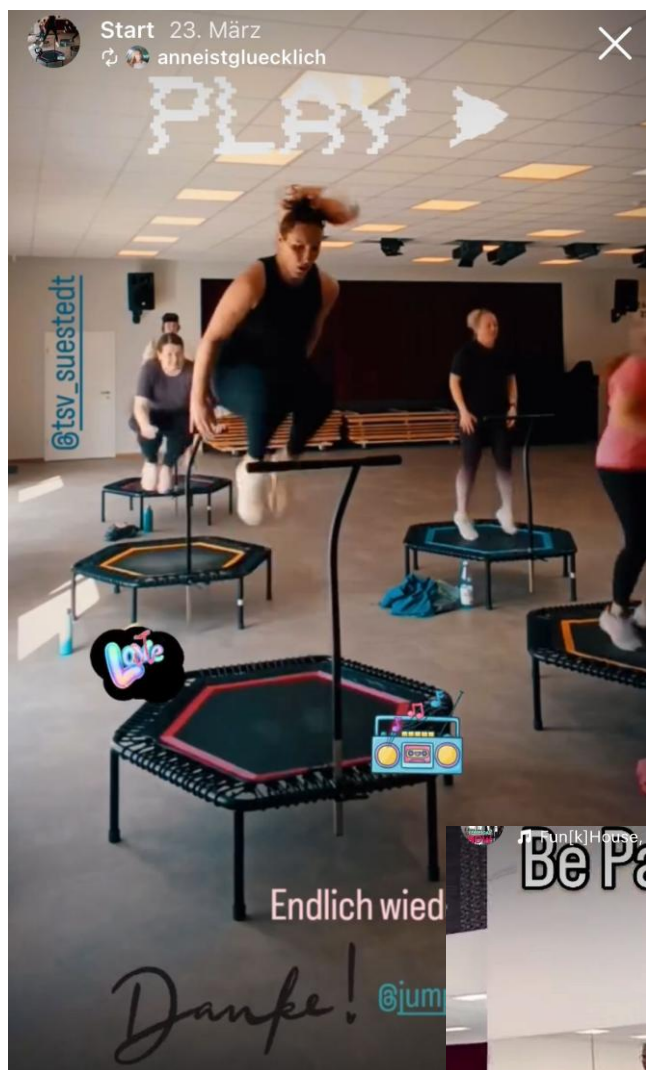


- leistungsstarker Ventilator oder Klimaanlage für warme Tage
- Bewegungsmelder für die Beleuchtung in den Umkleiden
- erneuerte Fensterjalousien (z. B. Milchglasfolie oder Plissees)
- regelmäßiger Einsatz des Wischautomaten nach den Kursen

Fazit

Jumping Fitness im TSV Süstedt verbindet Bewegung, Musik und Gemeinschaft auf hohem Niveau. Dank engagierter Trainer:innen, einer aktiven Teilnehmerbasis und stetiger Weiterentwicklung bleibt die Sparte lebendig – und steht für ein modernes, motivierendes Sportangebot im Verein.







Stephan Neddermann: Bungee-fit (Fotos s. WhatsApp)

Neustart mit Konzept und Energie

Nach einer kurzen Pause ist Bungee-fit im TSV Süstedt mit neuem Schwung ins Jahr gestartet. Die Gruppe hat sich inhaltlich und organisatorisch neu aufgestellt – mit Erfolg.

Team und Training

Unsere Trainerin Christin Meyer befindet sich derzeit im Mutterschutz, begleitet die Gruppe aber weiterhin gelegentlich als Teilnehmerin oder in beratender Rolle. Gemeinsam mit Fitnesstrainerin Anne Krüger wurde der Stundenablauf komplett überarbeitet:

Ein klar strukturierter 60-Minuten-Kurs mit Aufbau, Aufwärmen, rund 38 Minuten Training sowie einer abschließenden Dehn- und Entspannungsphase.

Aktuell wechseln sich zwei unterschiedliche Trainingseinheiten ab; eine weitere Variante ist in Planung.

Das Trainingsprinzip: 50 Sekunden Übung, 15 Sekunden Pause, fünf Blöcke à zwei Übungen mit 90 Sekunden Umbauzeit dazwischen.

Im Fokus stehen Haltung, Körperspannung und kontrollierte Bewegung – weniger Sprungkraft, mehr Statik und gezielte Muskularbeit.

Teilnahme und Struktur



Unsere sechs Bungee-Sets sind ganzjährig ausgebucht. Eine zweite Gruppe wäre von der Nachfrage her möglich, scheitert aber an der Terminfrage: Alle möchten dienstags um 19 Uhr trainieren.

Spätere Termine (nach 20 Uhr) oder andere Wochentage konnten sich bisher nicht etablieren.

Trotzdem ist die Dienstagsgruppe sehr aktiv: Neue Teilnehmer:innen probieren sich regelmäßig aus, während eine engagierte Stammgruppe für Kontinuität sorgt. Aufbau, Abbau und Organisation laufen reibungslos in Eigenregie.

Musik und Motivation

Die Musik ist reine Geschmackssache – jede:r bringt eigene Lieblingssongs mit. So entsteht eine Playlist, die individuell motiviert, aber nicht im Mittelpunkt steht.

Material und Ausstattung

In Eigeninitiative sammelte die Gruppe 220 €, um neue rote Bänder zu kaufen.

Zusätzlich erhielten wir weiße Bänder als Spende von Century 21 Tigges Immobilien – vielen Dank dafür!

Ersatzteile und Sets des bisherigen Herstellers Artzt sind derzeit schwer zu bekommen. Deshalb prüfen wir Alternativen.



Ein neuer Anbieter könnte ermöglichen, dass die Montagsgruppe (Bungee Fitness 4DPro) künftig die vorhandenen Sets allein nutzt, während die Dienstagsgruppe mit neuen Geräten startet – eventuell sogar mit „Flugoption“, wie man sie aus Online-Videos kennt.

Langfristig wären zwei zusätzliche Sets wünschenswert, um die Kapazität zu erhöhen und Materialverschleiß zu reduzieren.



Fazit

Bungee-fit im TSV Süstedt bleibt ein starkes Angebot für alle, die Kraft, Koordination und Körperbewusstsein verbinden möchten.

Struktur, Teamgeist und Engagement machen den Kurs zu einem festen Bestandteil des Vereinsangebots – mit klarer Perspektive für die Zukunft.



Nicole Uhde: Bungee Fitness

Bungee Fitness Wir trainieren jeden Montag um 18:00 Uhr im Vereinsheim mit dem 4D PRO Bungee-Trainer vom deutschen Sportarzt Dr. Dr. Hodayun Gharavi. Im „Bungee Fitness“ trainieren wir alle Muskelgruppen des Ober und Unterkörpers, wie auch der Arme. Eine Übungswiederholung wird dabei durch elastische Seile ermöglicht. Die Übungen sind von Dr. Dr. Gharavi selbst entwickelt und von Nicole Uhde bei Herrn Dr. Dr. Gharavi erlernt. Aus unserer Gruppe an 16 Sportler-Innen schaffen es regelmäßig fünf bis sieben Sportler-Innen wöchentlich Ihre Kraftausdauer und Koordination zu verbessern. Jeder Fitness- und Sportinteressierte ist herzlich Willkommen unsere Sportart auszuprobieren. Bei Interesse meldet euch gerne bei Nicole Uhde unter 0173-6320642.

Janne Krüger: Hobby Horsing

Auch in diesem Jahr war bei unseren Hobby-Horse-Mädchen wieder richtig was los! Da die Halle in der Theatersaison bis März nur eingeschränkt genutzt werden konnte, starteten wir im Februar mit einem schönen Ausritt im Vilser Holz. Bei bestem Wetter hatten wir alle viel Spaß. Das war ein toller Start ins neue Jahr!

Im Frühjahr und Sommer trainierten wir oft draußen. Dabei wurde nicht nur an der Technik gearbeitet, sondern auch eigene Choreografien einstudiert.



Diese zeigten wir im Mai bei der Einweihung der neuen Halle. Der Auftritt war ein voller Erfolg und sorgte für viele begeisterte Gesichter. Dies zeigte sich auch in dem Zeitungsartikel. Weil einige der Kinder vom Kinderturnen fehlten, halfen wir dort



beim Schwungtuch mit – ein schönes Beispiel für den tollen Zusammenhalt in unserer Gruppe und die Hilfsbereitschaft der Mädchen.

Ein weiteres Highlight war im Juli unser (internes) Hobby-Horse-Turnier. Dabei ging es weniger um Punkte, sondern vor allem um Spaß und Teamgeist. Alle zeigten tolle Leistungen und hatten eine richtig schöne Zeit zusammen.





Seit Herbst trainieren wir wieder drinnen und freuen uns schon auf neue Ideen, kleine Auftritte und viele gemeinsame Stunden im nächsten Jahr.

Unsere Gruppe ist weiterhin offen für Jungen und Mädchen im Alter von 6-14 Jahren. Ihr könnt gerne zum Schnuppern vorbeikommen.

Janne

Anne Krüger: Full Body Workout, Bauch-Beine-Bizeps, Core & Stability

Ob Full Body am Donnerstag, Bauch-Beine-Bizeps am Sonntag oder ganz neu seit September Core & Stability am Dienstag – jede Gruppe hat ihren eigenen Charakter. Manche Gesichter sieht man gleich mehrmals die Woche, andere sind ganz neu dabei – aber alle teilen die gleiche Begeisterung: Sport bzw. Bewegung mit Spaß und ohne Leistungsdruck.

Besonders freue ich mich über meinen neuesten Kurs: Core & Stability. Auch ohne viel Werbung hat dieser Kurs einen großen Zulauf, was mir zeigt, dass das Thema Rumpf und Stabilität heutzutage in vielen Altersgruppen eine Rolle spielt. Im Kurs trainieren Frauen und Männer jeden Alters selbstverständlich nebeneinander, lachen miteinander und motivieren sich gegenseitig. Diese bunte Mischung ist einfach toll und zeigt, dass Sport wirklich verbindet.

Beim Full Body Workout donnerstags hat sich über die Jahre eine starke Gemeinschaft entwickelt – und das im wahrsten Sinne des Wortes! Es hat etwas gebraucht, bis sich auch dort die Männer zwischen die vielen Frauen getraut haben, aber inzwischen



funktioniert das Miteinander großartig und die Gruppe wächst weiterhin. Die offene Atmosphäre macht es leicht, sich in die bestehende Gruppe einzufinden.

Und dann ist da noch mein kleiner, aber feiner Bauch-Beine- Bizeps-Kurs am Sonntag – der einzige reine Männerkurs. Überschaubar in der Größe, dafür mit umso mehr Charme. Hier wird nicht nur trainiert, sondern auch viel gelacht – in keinem anderen Kurs erlebe ich so viele kleine Sticheleien. Aber ganz ehrlich: genau das macht ihn so besonders für mich.

Neben unseren Kursen steht auch unser Fitnessraum in der Halle zur Verfügung; mit einem Kabelturm, Gewichten, Battle Rope und genug Platz, um etwas für sich zu tun. Dieser Raum eignet sich, um zwischendurch alleine oder zu zweit zu trainieren, den Kopf freizubekommen oder einfach seinen eigenen Fokus zu finden – ganz ohne Kursplan.

In diesem Jahr möchte ich noch ein paar persönliche Worte anfügen.

Ich möchte mich von Herzen bei allen bedanken, die Woche für Woche in meinen Kursen sind – manche schon seit vielen Jahren! Danke für euer Vertrauen, eure Offenheit für Neues und dafür, dass ihr meine Ideen (meistens) mit einem Lächeln mittragt. Es ist ein großes Geschenk, als Übungsleiterin so viele motivierte Menschen um sich zu haben und immer wieder Neues ausprobieren zu dürfen.

Nach 15 Jahren im Vorstand, davon 5 Jahre als Spartenleitung Fitness, ist für mich nun der Moment gekommen, den Staffelstab im Vorstand weiterzugeben. Leicht ist mir dieser Schritt nicht gefallen – zu sehr liegt mir der TSV am Herzen. Aber auch wenn ich nicht



mehr Teil des Vorstands bin, bleibe ich natürlich weiter dabei – in der Halle, mit euch, mittendrin im Verein.

Mein Wunsch für die Zukunft?

Dass unsere Gruppen weiterhin so bunt, offen und herzlich bleiben. Und dass wir vielleicht in Zukunft nicht nur gemeinsam trainieren, sondern auch jenseits der Kurse gemeinsam lachen, grillen, feiern – einfach Gemeinschaft leben. Denn für mich ist Fitness im Verein mehr als nur ein Kursangebot – es ist ein Raum, der Verbindung schaffen kann: im Ort und in der Gesellschaft.

Danke an alle, die mich in den letzten Jahren begleitet und unterstützt haben. Es war nicht immer einfach, aber gerade die gemeinsamen Herausforderungen haben mir gezeigt, wie viel Mut, Engagement und Herz in diesem Verein stecken.

Alles Liebe, Anne



Spartenbericht Theater 2025

Endlich wieder Theater in Süstedt! Nach einer intensiven Planungs- und Vorbereitungsphase für alle Beteiligten ein Erfolgserlebnis. Schließlich musste Theater in Süstedt neu geplant werden. Das bisherige Schema ließ sich nicht so einfach vom Gasthaus Mügge auf die neue Halle übertragen: Wie viele Stühle passen in die Halle? Wer macht das Frühstücks Buffett? Wer macht zukünftig den Ausschank? Alles Aspekte, die jetzt plötzlich wieder relevant waren. Und allem voran die Frage ob wohl alle baulichen Maßnahmen bis zum Saisonstart abgeschlossen sein würden. Am 01.02.2025 war es aber schließlich soweit und wir konnten in der neuen Schierloh-Engineering Halle in Süstedt mit dem Stück „De arme Ridder“ die erste Premiere feiern. Geehrt wurden an diesem Abend Jessica Döpke für ihr zehntes Bühnenstück und Nicole Rehmstedt für zehn Jahre Bühnenbau. Aber auch Dieter Ehlers und Torben Kalms, sowie Hilmer Behrens von der Küchenwelt Klingeberg galt großer Dank für ihre Zeit und bereit gestelltes Material für Bühnen- und Backstagebereichsausbau. Darauf folgten 8 weitere erfolgreiche Vorstellungen. So konnten wir am 09.03.2025 die Theatersaison 2025 erfolgreich abschließen. Großer Dank



gilt an dieser Stelle Andreas Bernhardt und seinem Team vom Bramstedter Grill und Baguetterie für das tolle Frühstücks Buffett. Wir freuen uns, dass ihr auch im nächsten Jahr wieder mit dabei seid! Vielen Dank an Katharina Elbers, die ein Team zusammenstellte und sich um den Ausschank an sämtlichen Veranstaltungen kümmerte. Ihr wart



großartig! Vielen Dank an Helga und Hartwig Zierath, die Nachmittage damit beschäftigt waren neue Sitzpläne probestellen und auszutüfteln! Vielen Dank an alle Kurse, die mit uns die neuen Räumlichkeiten in der Halle nutzen und sich nun mit uns arrangieren mussten. Das war schließlich für alle Neuland und sicherlich nicht immer so einfach. :)

Und natürlich gilt unser Dank allen Gästen, die uns nach Süstedt gefolgt sind oder die uns zum ersten Mal besucht haben!

Seit Monaten laufen nun die Planungen für die neue Theatersaison 2026. Nach den Erfahrungen aus der vergangenen Saison wurde an den ein oder anderen Stellen nachgebessert oder umgeplant. Denn natürlich kann nicht alles beim ersten Mal perfekt klappen. Wir wachsen mit den Herausforderungen, die eine neue Spielstätte fernab der klassischen Gastronomie mit sich bringt. Vielen Dank für all das konstruktive Feedback, dass uns in den letzten Monaten erreicht hat. Auch die Proben und Bühnenbauarbeiten für das neue Stück „Grootwildjagd“ laufen seit September auf Hochtouren. Der Vorverkauf hierfür startet wie üblich am 1. Advent (30.11.2025) um 10 Uhr in der Schierloh Engineering Halle in Süstedt. Doch Achtung, Nummern können in ab diesem Jahr erst ab 8 Uhr bei Helga gezogen werden! Für alle Wartenden wird es Kaffee sowie belegte Brötchen geben.

Und dann freut euch gemeinsam mit uns auf die neue Komödie mit einem Hauch von „Miss Marple meets Boulevard Theater“ und seid gespannt, was studentische Schmutzwäsche, Selbstschussanlagen und Kirschtorte damit zu tun haben.

Weitere Infos und Eindrücke findet ihr unter <https://www.tsv-suestedt.de/plattdeutsches-theater.de> oder auf unserem Instagram Account @theatersuestedt.

Das gesamte Theater-Team des TSV Süstedt freut sich auf euch!



Spartenleitung: *Lina Clausen*



FR, 23.01.2026 | 19.30 Uhr • Generalprobe (mit Spendenabend)

THEATER PREMIERE
Tanz & Musik mit DJ FYCO
FYCO

SA, 24.01.2026 | 19.30 Uhr

FR, 30.01.2026 | 19.30 Uhr • Theater ohne Rahmenprogramm
SO, 01.02.2026 | 9.30 Uhr • Theater mit Frühstück
FR, 06.02.2026 | 19.30 Uhr • Theater ohne Rahmenprogramm
FR, 20.02.2026 | 19.30 Uhr • Theater ohne Rahmenprogramm
SO, 22.02.2026 | 9.30 Uhr • Theater mit Frühstück
SO, 01.03.2026 | 14.30 Uhr • Theater mit Kaffee & Kuchen
FR, 06.03.2026 | 19.30 Uhr • Theater ohne Rahmenprogramm
SO, 08.03.2026 | 9.30 Uhr • Theater mit Frühstück

• Kartenvorverkauf •

Am 1. Advent (30.11.2025)
ab 10.00 Uhr in der
Schierloh Engineering Halle
in Süstedt.

Oder telefonisch:
Helga Zierath 0 42 40 - 15 61.

Gespielt wird in der:
Schierloh Engineering Halle
des TSV Süstedt
Hintern Sportplatz 17A • 27305 Süstedt

/Theater-Süstedt @theatersuestedt