

Sportangebot des SSV

Gymnastik und Fitness

Montag	10:00 – 11:00	Ausgleichsgymnastik *	
	15:00 – 16:30	DTB-Kinder-Turn-Club *	
	19:00 – 20:00	Bewegungskarussell	
	19:00 – 20:00	Wassergymnastik * – Schwimmhalle Berum	
	19:30 – 21:30	Folklore * – Turnhalle Schule am Moortief	
	20:00 – 21:00	Stepp-Aerobic & Fitness * – Sporthalle Gymnasium	
Dienstag	9:15 – 10:15	Frühstücks-ZUMBA *	
	10:00 – 11:30	Gesund im Alter – Fit für die Enkel *	
	16:00 – 19:00	Freizeit-Radsport-Gruppe * Treffpunkt: großer Parkplatz GS Süderneuland Kontakt: Hermann Redenius, Tel. 2151	
	16:00 – 17:15	Muskel trifft Faszie – Turnhalle Schule am Moortief *	
	17:30 – 18:30	Happy Hour – Der Fitnessmix – Turnhalle Schule Am Moortief *	
	18:30 – 19:30	LokomoDiven – laufen-walken * Treffpunkt: Parkplatz Schule Am Moortief Kontakt: Imke Goudschaal, Tel. 169310	
	19:00 – 20:00	Stic-Walking * Kontakt: Ute Flessner, Tel. 04931/9551177	
	19:15 – 20:15	Fit & Run – mehr als nur laufen * Jahnsportplatz	
	20:00 – 21:00	Wirbelsäulengymnastik für Männer und Frauen * Turnhalle Schule Am Moortief	
	Mittwoch	15:00 – 16:00	Senioren-Fitness für Männer und Frauen *
		16:30 – 18:00	Gesund im Alltag – Fit für die Enkel * Turnhalle Am Moortief Kontakt: Edith Ippen, Tel. 93 42 36
		17:00 – 19:00	Turnen mit leichten Vorkenntnissen (ab 7 Jahre) * Turnhalle Gymnasium
18:30 – 19:30		BBP - Bauch, Beine, Po ... und mehr... * Turnhalle Am Moortief	
19:00 – 20:00		TABATA – intensive 4-Minuten Intervalle *	
19:00 – 20:00		Wassergymnastik – Schwimmhalle Berum *	
20:00 – 21:00		Perfekt in Form – von allem etwas! *	
20:00 – 21:00		Herren-Fitness * – Turnhalle Am Moortief	

Donnerstag	08:30 – 09:30	Rückenfit und vieles mehr *
	09:00 – 10:00	Nordic-Walking / Treffpunkt: Müllerhaus Bargebur *
	09:00 – 10:00	Nordic-Walking nur für Herren * Treffpunkt: Waldeingang Nadörst, gegenüber Pier 13
	15:00 – 17:00	Eltern- / Kindturnen (2 Gruppe je eine Stunde) * 1. Gruppe: etwas ältere Kinder, 2. Gruppe: jüngere
	16:30 – 18:00	Beckenbodentraining für Neueinsteigerinnen * Turnhalle Am Moortief, Kontakt: Edith Ippen, Tel. 93 42 36
	17:15 – 18:15	Laufgruppe für Männer und Frauen – Jahnplatz
	19:00 – 20:00	Wassergymnastik – Schwimmhalle Berum
Freitag	09:00 – 10:00	Frühstücks-ZUMBA *
	14:45 – 15:30	Dansmuuskes (ab 3 Jahre) * Turnhalle Am Moortief
	16:00 – 17:00	Dansmuuskes (ab 4 Jahre) * Turnhalle Am Moortief

Soweit nicht anders angegeben, findet der Trainingsbetrieb in der Sporthalle Süderneuland statt.

* Teilnahme nur nach vorheriger Rücksprache

Kontakt: M-B-SSV@kabelmail.de

Auskunft:

Mareke Bakker - Abteilungsleiterin -	Tel. 04931 / 97 23 18 M-B-SSV@kabelmail.de
Hannelore Bakker - Stellvertreterin -	Tel. 04931 / 955 26 93

Tischtennis

Dienstag	17:30 – 19:00	Schüler- und Jugendtraining
	19:00 – 22:00	Damen- und Herrentraining
Freitag	17:00 – 19:00	Schüler- und Jugendtraining
	19:00 – 22:00	Damen- und Herrentraining

Der Trainingsbetrieb findet in der Sporthalle Süderneuland statt.

Auskunft:

Torsten Hevemeyer - Abteilungsleiter -	Tel. 0178 8763558
---	-------------------

Bogensport

Dienstag	18:00 – 19:30	Sommertraining – Jugendliche und Erwachsene
	19:00 – 20:30	Wintertraining – Jugendliche und Erwachsene Sporthalle Wildbahn
Mittwoch	18:00 – 19:30	Sommertraining – Jugendliche
	17:30 – 19:00	Wintertraining – Jugendliche Sporthalle Wildbahn
Donnerstag	18:00 – 19:30	Sommertraining – Erwachsene
	20:30 – 22:00	Wintertraining – Erwachsene Sporthalle Wildbahn

* Sommertraining: Mai bis September
auf der Außenanlage Pekelhering: neben dem Fußballplatz Pekelhering

Auskunft:

Gerhard Buchweitz – Abteilungsleiter	Tel. 04931/ 1 64 71
Uda Burmeister – stellvertr. Abteilungsleiterin	Tel. 04931/ 9 71 05 27
Stephan Seidel – Trainer	Tel. 04931/ 1 58 36

Boßeln

Auskunft:

Hermann Fröhling - Abteilungsleiter -	Tel. 04931/ 54 99
Dieter Dannecker - Stellvertreter -	Tel. 04931/ 1 54 95

Badminton

Montag	20:00 – 22:00	Freizeit- und Punktspieler
Mittwoch	17:00 – 19:00	Schüler und Jugend
Donnerstag	19:00 – 22:00	Punkt- und Freizeitspieler

Der Trainingsbetrieb findet in der Sporthalle Süderneuland statt.

Auskunft:

Jörg Däkena - Abteilungsleiter -	Tel. 04931/ 16 77 33
Andreas Exner - Stellvertreter -	Tel. 04931/ 48 63

Tauchsport

Mittwoch	20:00 – 21:15	Konditionstraining Schnorcheln, Gerätetraining Frisia-Bad Norden
----------	---------------	---

Auskunft:

Sven Lüppen - Abteilungsleiter -	Tel. 04931/ 9 83 76 75
Jens Westermann - Stellvertreter -	Tel. 04931/ 9 18 15 63

Sport für Menschen mit Behinderung, Reha- und Gesundheitssport

Montag	16:00 – 17:30	Achtsame Bewegung für Menschen mit chronischen Schmerzen * Gymnastikraum Burggraben – ÜL Iris Uphoff
	18:15 – 19:15	Reha-Wassergymnastik * Dr. Becker-Klinik Norddeich – ÜL Marina Fischer
	18:30 – 19:15	Musiktherapie für erwachsene Menschen mit Behinderung * Schule am Moortief
Dienstag	18:00 – 19:00	Diabetessport * – ÜL Katarzyna Szwagiel Sporthalle der Grundschule Norddeich
	18:30 – 20:00	Tanzen für Menschen mit Behinderung * Schule am Moortief – ÜL Helena Bents
Mittwoch	19:00 – 20:00	Schwimmen für Menschen mit Behinderung Frisia-Bad Norden – ÜL Gabi Schürmanns
Donnerstag	13:45 – 15:00	Fußball für Menschen mit Handicap Sporthalle / Sportplatz Süderneuland
	18:00 – 19:00	Reha-Wirbelsäulengymnastik Sporthalle der Grundschule Norddeich
	19:00 – 20:00	Vitalgruppe Kreisläufer * Jahnhalle Norden – ÜL Tanja Hayunga
Freitag	15:00 – 17:00	Judo integrativ (5 - 99 Jahre) * Sporthalle Süderneuland
	17:00 – 18:00	Gymnastik, Spiel und Spaß für Menschen mit Handicap – Sporthalle Schule am Moortief

*** Teilnahme an der ersten Übungsstunde nach vorheriger Rücksprache!**

Auskunft: Gabi Schürmanns - Abteilungsleiterin - Tel. 04931/ 955 33 70

Fußball

Juniorenbereich

Trainer:

Bambini	Freitag	16:00 – 17:30 Uhr	Holger Daubert (0173 9143378) Markus Veldhuis (0160 96433616)
F I	Montag	16:00 – 17:15 Uhr	Ingo Harms (0173/9809214)
	Mittwoch	16:00 – 17:15 Uhr	Keno Harms (015259804731)
F II Jugend	Dienstag	17:00 – 18:30 Uhr	Tjado Dirksen (015223482692)
	Donnerstag	17:00 – 18:30 Uhr	
E Jugend	Montag	16:30 – 18:00 Uhr	Hauke Dirksen (0151/46403617)
	Mittwoch	16:30 – 18:00 Uhr	Jannik Grönke (015224528336)
D Jugend	Dienstag	17:15 – 19:30 Uhr	Andreas Büscher (01627282137)
	Donnerstag	17:15 – 19:30 Uhr	
C Jugend	Montag	18:00 – 19:30 Uhr	Andreas Büscher (01627282137)
	Mittwoch	18:00 – 19:30 Uhr	

Das Training ist auf dem B-Platz der Sportanlage der Schule Süderneuland

Informationen zum SSV-Jugendfußball: www.ssvfussball.de/mannschaften/

Seniorenbereich

Trainer:

1. Herren	Dienstag + Freitag <i>B-Platz / Pekelhering</i>	Axel Schobelt
2. Herren	Montag + Donnerstag <i>B-Platz / Pekelhering</i>	Björn Iken
Alte Herren	Dienstag <i>Pekelhering</i>	

Das Training beginnt jeweils ab 19.00 Uhr.

Auskunft: Gerald Krömer - Abteilungsleiter - Tel. 04931/ 9 32 71 82

Hinweis

Das aufgeführte Sportangebot des SSV wird derzeit aufgrund der sich ständig ändernden Bedingungen flexibel gehandhabt. Einige Angebote müssen pausieren, andere finden online oder Outdoor statt. Aktuelle Informationen gibt es im Internet unter www.suederneulander-sv.de oder können bei den jeweiligen Ansprechpartnern nachgefragt werden.