

TURN- UND RASENSPORTVEREIN BREMEN E.V.



Postanschrift: TURA Bremen e.V., Postfach 21 01 14, 28221 Bremen
Geschäftsstelle: Lissaer Str. 60, 28237 Bremen, Tel. 0421 / 61 34 10 Fax: 61 34 11
E-Mail: info@tura-bremen.de
www.tura-bremen.de

Geschäftszeiten: Montag bis Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr
Dienstag 17.00 - 20.00 Uhr

Bankverbindung für Mitgliedsbeiträge: Die Sparkasse in Bremen, BLZ 290 501 01, Konto-Nr.: 102 7275

Übungszeiten

Stand:

01.01.2007

Budo-Sport

		Fredi Jeschke, Tel. 35 34 71 und Michael Buhlrich, Tel. 0172/4349659		
Judo	Montag	17:00-18:30	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		17:00-18:30	Kinder Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Kraftübungsraum
		18:30-20:00	Jugendliche/Fortgeschrittene	GSW Gymnastik- + Kraftübungsraum-
		20:00-21:30	Jugendliche/Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Gymnastikraum
Dienstag	Mittwoch	18:30-20:00	Jugendliche/Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		17:00-18:30	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Gymnastikraum
Donnerstag	Freitag	18:30-20:00	Jugendliche Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		18:30-20:00	Jugendliche Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		20:00-21:30	Erwachsene (nur Frauen)	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		16:00-19:30	Leistungstraining	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
		Tobias Nickel		
Karate	Mittwoch	17:00-18:00	Kinder Anfänger ab 7 Jahre (Tobias)	Gesamtschule-West -Kraftraum-
		18:00-19:00	Kinder/Jugendl. Anf.+Fortgeschr. (Tobias)	Gesamtschule-West -Kraftraum-
		Freitag	18:00-19:00	Kinder Anfänger ab 7 Jahre (Tobias)
19:00-20:00	Kinder/Jugendliche Fortgeschr.(Tobias)		Gesamtschule-West -Kraftraum-	
		Roland Klein		
Taekwon-Do	Montag	16:00-17:00	Anfänger Kinder ab-8 Jahre	Pastorenweg -Halle-
		17:00-18:00	Kinder und Jugendliche Grün- u. Rotgurt	Pastorenweg -Halle-
		18:00-20:00	Senioren-Wettkampf Rot- und Schwarzgurt	Pastorenweg -Halle-
		20:00-22:00	Senioren-Blau- und Rotgurt	Pastorenweg -Halle-
Dienstag	Mittwoch	17:30-18:30	Kinder Anfänger	Pastorenweg -Halle
		18:30-21:30	Anfänger Jugendl.+Erw.	Pastorenweg -Halle-
Donnerstag	Freitag	16:30-18:00	Kinder+Jugendl. Gelb- bis Blaugurt	Pastorenweg -Halle-
		18:00-20:00	Wettkampf Poomse und Kampf	Pastorenweg -Halle-
		20:00-21:30	Jugendliche und Senioren Gelb- bis Grüngurt	Pastorenweg -Halle-
		18:30-20:00	Jugendl. + Erwachsene Gelb- bis Blaugurt	Pastorenweg -Halle-
		20:00-21:30	Grün- bis Rotgurt ab 35 Jahre	Pastorenweg -Halle-
		16:00-17:00	Anfänger Kinder bis 12 Jahre	Pastorenweg -Halle-
		17:00-18:00	Kinder Gelb- und Grüngurt bis 14 Jahre	Pastorenweg -Halle-
		18:00-20:00	Jugendl. u. Senioren nur Wettkämpfer	Pastorenweg -Halle-
		20:00-21:00	freies Training	Pastorenweg -Halle-

Badminton Uwe Drewes, Tel. 39 39 36

Dienstag	19:00-22:00	Jugendliche und Erwachsene	Gesamtschule-West -Dreifachhalle-
Mittwoch	17:30-19:00	Kinder und Jugendliche 8-17 Jahre	Gesamtschule West -2/3 Halle-
	19:00-22:00	Erwachsene und Jugendliche	Gesamtschule-West -2/3 Halle-
Donnerstag	18.00-20.00	Kinder und Jugendliche 8-17 Jahre	Gesamtschule-West -2/3 Halle-

Boxen Herwig Claußen, Tel. 39 33 69

Montag	18:00-20:00	Erwachsene	Halmerweg -Halle-
Mittwoch	18:00-20:00	Kinder und Erwachsene	Halmerweg -Halle-
Freitag	18:00-20:00	Kinder, Jugendliche und Erwachsene	Halmerweg -Halle

Fußball	Herren: Dirk Bierfischer, Tel. 616 50 09
	Kinder und Jugendl.: Andreas Westphal Tel. 616 9165

Montag	18:30-21:00	Geschäftsstelle BSA, Tel. 61 34 54 (Herrenbereich) Tel. 616 36 84 (Jugendbereich)
--------	-------------	--

Übungszeiten auf Anfrage, siehe auch Info-Tafel im Eingangsbereich der Bezirkssportanlage

Kanu	Lutz Steenken, Tel. 62 92 60 o. Marco Madera, Tel. 65 86 997
-------------	---

Montag	17:30-19:30	Jugendliche u. Erwachsene Konditionstraining	Bootshaus Lesum -Krafraum-
	19:00-21:00	Kanusport und Konditionstraining	Bootshaus Lesum -Clubaum-
Dienstag	17:00-19:00	Jugendtraining	Kanusportanlage Lesum
	18:00-20:00	Kanukurse	Kanusportanlage Lesum
	18:00-20:00	Volleyball, Badminton, Gymnastik	IUB Sporthalle Bremen-Grohn
	18:30-21:30	Kenter- u. Sicherheitstraining (nach Absprache)	Uni-Bad Bremen
Mittwoch	09:00-10:00	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Bootshaus Lesum -Sportraum-
	10:00-11:30	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Bootshaus Lesum -Sportraum-
	18:00-20:00	Kanukurse	Kanusportanlage Lesum
	18:00-20:00	Kanu-Rodeo	Kanusportanlage Lesum
Donnerstag	10:00-12:00	Tischtennis Erwachsene + Qigong	Bootshaus Lesum -Clubaum-
	17:00-20:00	Kanusporttraining	Kanusportanlage Lesum
	18:00-20:00	Hallentraining Kinder/Jugendliche	Turnhalle Mönchshof
Samstags + Sonntags		Kanuschulungen/Tagesfahrten	Kanu-Lehrstätten

Spieleute-Orchester	Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01
----------------------------	--

Montag	18:30-20:30	Proben/Anfänger und Sondergruppen	Halmerweg -Schulaula-
Donnerstag	18:30-21:30	Orchesterprobe	Halmerweg -Schulaula-

Sportfischen	Werner Balzer Tel. 61 42 88 oder Volker Webner Tel. 396 2927
---------------------	---

Angelmöglichkeiten : See am Mählandsweg (Waller-Feldmark-See)

Tanzen

Sonntag	17:30-18:30	Anfänger	TURA-Vereinszentrum -Halle-
Sonntag	18:30-19:30	fortgeschrittene Anfänger	TURA-Vereinszentrum -Halle-
	19:30-21:00	Fortgeschrittene	TURA-Vereinszentrum -Halle-

Tischtennis	Klaus-Peter Schulz, Tel. 61 73 08 o. Jürgen Lippold, Tel. 61 24 22
--------------------	---

Montag	16:30-18:00	Anfänger (Jugendliche)	Fischerhuder Str. -Halle unten
	18:00-19:30	Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	19:30-21:30	Erwachsene/Freizeitgruppe	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	18:00-21:30	Jugendliche/Erwachsene	Fischerhuder Str. -Halle oben-
Mittwoch	18:00-19:30	Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	18:00-19:00	Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle oben
	19:00-21:30	Erwachsene/Freizeitgruppe	Fischerhuder Str. -Halle oben
	19:30-21:30	Erwachsene	Fischerhuder Str. -Halle unten-
Freitag	17:00-18:15	Anfänger (Jugendliche)	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	18:15-19:45	Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	19:45-21:30	Erwachsene	Fischerhuder Str. -Halle unten-
	18:00-19:00	Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle oben-
	19:00-21:30	Erwachsene	Fischerhuder Str. -Halle oben-
Freitag	19:15-22:00	Punktspiele Erwachsene	TURA-Vereinszentrum -Sporthalle-

Turnen und Freizeitsport

Turnen u. Bewegung für Kinder-	Melanie Bullwinkel
---------------------------------------	---------------------------

Montag	16:00-17:00	Kreativer Kindertanz 6-9 Jahre	Vereinszentrum -kleine Halle
	17:00-18:00	Bewegungsförderung 4-7 Jahre	Vereinszentrum -großeHalle-
Dienstag	15:00-16:15	Kinder 4-6 Jahre	Pastorenweg -Halle-
	16:15-17:30	Kinder 7-9 Jahre	Pastorenweg -Halle-
	16:00-17:30	„Dance and move“	Vereinszentrum –große Halle
Mittwoch	15:00-16:00	Kinder 3-4 Jahre	Vereinszentrum –große Halle
	16:00-17:00	Bewegungsförderung 4-7 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
	17:00-18:00	Fun Kids 8-12 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
	17.30-18.30	Ballspiele in verschiedenen Variationen 10-14 J.	Gesamtschule-West- 1/3 Halle-
Donnerstag	16:00-17:00	Mutter/Vater und Kinder	Pastorenweg -Halle-
	16:00-17:00	Rope Skipping ab 9 Jahre – Auf Warteliste	Vereinszentrum -große Halle
	16:00-17:00	Hip-Hop, Modern Dance ab 10 Jahre	Vereinszentrum –kleine Halle
Freitag	15:00-16.30	Kinder 4-6 Jahre	Vereinszentrum -großeHalle
	16:30-18:00	Kinder 7-9 Jahre	Vereinszentrum -große Halle

Turnen/Gymnastik Erwachsene

Dienstag	10:30-11:30	Gesund und Fit in den Morgen (Sabine Braun)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	20:00-22:00	Gymnastik Damen (Christine Schnatow)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Mittwoch	20:00-22:00	Gymnastik Damen (Helga Wohlers)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	20:00-22:00	Fitness und Kraft Damen (Rodica Schieb)	Halmerweg -Halle-
Donnerstag	17:00-18:00	Rücken in Schwung (Sabine Braun)	TURA-Vereinszentrum – große Halle
	18:30-19:45	Bleib fit – mach mit (Jutta Ackermann)	Halmerweg -Halle-

Turnen Senioren **Jutta Ackermann, Tel. 616 36 19**

Dienstag	08:30-09:30	Gesundheitssport für Senioren	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	09:30-10:30	Gesundheitssport für Senioren	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Mittwoch	09:00-10:00	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Bootshaus Lesum -Sportraum-
	10:00-11:30	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Bootshaus Lesum -Sportraum-
Donnerstag	17:00-18:00	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Pastorenweg -Halle-

Nordic-Walking + Walking + Lauftreff

Montag	ab 18:00	Lauftreff	Treffen vor dem Vereinszentrum
	17:00-17:45	Nordic-Walking für Einsteiger (Udo Long)	Treffen vor dem Vereinszentrum
	17:45-19:00	Nordic-Walking für Fortgeschrittene (Udo Long)	Treffen vor dem Vereinszentrum
Mittwoch	09:00-10:30	Walking mit Entspannung (Gerda Kloke)	TURA-Vereinszentrum+Medienraum
	18:15-19:30	Walking mit Entspannung (Eva Ritter)	Treffen vor dem Vereinszentrum
Donnerstag	ab 19:00	Lauftreff	Treffen vor dem Vereinszentrum

Volleyball **Peter Siemers, Tel. 61 61 616 oder 0170-9232556**

Montag	19:00-21:45	Erwachsene (P. Siemers)	Gesamtschule West - 1/3 Halle-
Mittwoch	17:30-19:30	Jugendliche (Friedrich Kleibert)	Gesamtschule West - 1/3 Halle-
	19:30-21:45	Gem.Gruppe ab 16 Jahre(P. Siemers)	GSW - 1/3 Halle-

Zusätzliche Sportangebote im Gesundheitsbereich: Info Geschäftsstelle Tel. 61 34 10

Autogenes Training (Kurs) **Dipl. Psych. Brigitte Karrasch**

Montag	18:30-20:00		TURA-Vereinszentrum -Medienraum-
Dienstag	08:45-10:15		TURA-Vereinszentrum -Medienraum-

Orientalischer Tanz (Kurs) **Nadine Fernández**

Freitag	17:00-18:30		TURA-Vereinszentrum –kleine Sporthalle-
---------	-------------	--	---

Die sanfte Nackenschule (Kurs) **Sabine Braun**

Donnerstag	09:00-10:15		TURA-Vereinszentrum –kleine Sporthalle-
------------	-------------	--	---

Pilates für Einsteiger (Kurs)

Montag	10:00-11:00	Eva Ritter	TURA-Vereinszentrum –kleine Sporthalle-
Dienstag	17:15-18:15	Sandra Wegeng	TURA-Vereinszentrum –kleine Sporthalle-

Herzsport

Donnerstag	18:45-20:00	S. Braun/B. Honnens/K. Löffler-Rosa + 20.00-21.00 Uhr	TURA-Vereinszentrum –große Sporthalle-
------------	-------------	---	--

Sport für Schlaganfall-Betroffene **Stephanie Bürding**

Montag	18:00-19:00		TURA-Vereinszentrum –Sporthalle-
--------	-------------	--	----------------------------------

Krebsnachsorge

Montag	16:00-17:00	Helma Rumphorst Frauen	TURA-Vereinszentrum –große Sporthalle-
	17:00-18:00	Gesprächsrunde	TURA-Vereinszentrum -Seminarraum-

Aktiv gegen Osteoporose (Kurs) **Jutta Ackermann**

Donnerstag	10:00-11:00		TURA-Vereinszentrum –große Sporthalle-
------------	-------------	--	--

Qigong (Kurs) **Elisabeth Kazenwadel**

Mittwoch	17:15-18:45		TURA-Vereinszentrum -Medienraum-
----------	-------------	--	----------------------------------

Präventives Rückentraining (Kurs)**Eva Ritter**

Montag	19:00-20:00		TURA-Vereinszentrum –große Sporthalle-
--------	-------------	--	--

Aqua-Gymnastik (Kurse)

Donnerstag	07:30-08:15	Jutta Ackermann/Dagmar Röpke Gemischte Gruppe - Jutta	Bad Goosestraße
	17:45-18:45	Gemischte Gruppe - Dagmar	Bad Goosestraße

Yoga

Montag	20:00-21:30	Irmgard Maretzke	TURA-Vereinszentrum -Seminarraum-
--------	-------------	-------------------------	-----------------------------------

Gesundheit – AeroFit (GAF)

Dienstag	18:15-19:00	Step-Aerobic für Fortgeschrittene	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	19:00-19:45	Bauch, Beine, Po (BBP)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Mittwoch	18:15-19:00	Step-Aerobic für Einsteiger	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	19:00-19:45	Fit-Mix	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Donnerstag	09:00-10:00	Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	18:00-18:45	Bodyforming	TURA-Vereinszentrum –kleine Halle-

Öffnungszeiten im Studio, Tel. 61 30 41

Montag	09:00-10:30	Herz in Schwung	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	10:30-13:00	Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	16:00-21:30	Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Dienstag	08:45-10:30	Herren 50 Plus	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	10:30-13:00	Damen/Herren (Kinderbetreuung 10:15-12:15)	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Mittwoch	16:00-21:30	Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	08:30-10:00	Damen	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	10:00-13:00	Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Donnerstag	16:00-21:30	Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	08:30-10:00	Damen	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	10:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	16:00-20:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Freitag	20:00-22:00	Damen	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	10:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
	16:00-20:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Samstag	11:00-16:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Sonntag	10:00-14:00	Damen/Herren	nur von September bis Mai

Aktuelle Mitgliedsbeiträge in EURO

monatlich

Erwachsene	11,50
Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre	7,00
Familien ohne Zusatzbeiträge	23,00
Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwon-Do)	32,00
Familien bei Nutzung aller Sportarten (inkl. Zusatzbeiträge)	51,00
Spielleute-Orchester	7,00
Passive	4,50
Sportfischer	6,00

Zusatzbeiträge:

Tischtennis (Erwachsene)	1,00
Fußball (Erwachsene)	2,00
Fußball (Kinder und Jugendliche)	1,00
Budo-Sport (Kinder)	3,50
Budo-Sport (Erwachsene)	4,50
Herzsport	5,50
Yoga	12,50
GAF für Jugendliche, Schüler + Studenten	5,50
GAF für Erwachsene	8,00
Studio für Jugendliche, Schüler + Studenten	11,00
Studio für Erwachsene	13,50
GAF und Studio für Jugendliche	13,50
GAF und Studio für Erwachsene	16,50

Aufnahmegebühr: Erwachsene/Jugendliche/Kinder 1 Monatsbeitrag = inkl. Zusatzbeitrag

Gebühr für den Nichtbankeinzug **€2,50**

Für nicht eingelöste Lastschriften wird ein zusätzlicher Verwaltungsbeitrag von €2,50 erhoben. Zudem sind die Lastschriftkosten zu ersetzen.

Ermäßigungen: Für Schüler und Studenten bis zur Vollendung des 27. Lebensjahres sowie Wehr- und Ersatzdienstleistende (aktuelle Bescheinigungen erforderlich, keine Rückvergütung). Für Auszubildende gibt es keine Beitragsermäßigung.

Der **Austritt** ist nur zum Schluss des Kalenderhalbjahres (zum **30.06.** und **31.12.**) möglich. Die Abmeldung muss schriftlich spätestens am 19. Mai oder 19. November in der Geschäftsstelle vorliegen. Eine Bestätigung der Kündigung kann aus Gründen der Kostenersparnis und der Arbeitsvereinfachung nicht erwartet werden.