



Postanschrift: TURA Bremen e.V., Postfach 21 01 14, 28221 Bremen

Geschäftsstelle: Bert-Trautmann-Platz/Lissaer Str. 60,
28237 Bremen

Tel. 0421 / 61 34 10

E-Mail: info@turabremen.de

www.tura-bremen.de

Geschäftszeiten: Montag 10.00 - 12.00 Uhr
Dienstag 16.00 - 19.00 Uhr
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr

Telefonzeiten: Montag – Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr, zusätzlich Dienstag 16.00 – 19.00 Uhr

Bankverbindung für Mitgliedsbeiträge: Die Sparkasse in Bremen, IBAN: DE05 2905 0101 0001 0272 75

Übungszeiten

Stand: 01.01.2025

Budo-Sport

Judo

Michael Buhlrich, Tel. 0172/4349659

Montag	17:00-18:30	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
	18:30-20:00	Fortgeschrittene (Techniktraining)	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
	20:00-21:30	Erwachsenentraining	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
Donnerstag	18:00-19:30	Fortgeschrittene (Techniktraining)	Gesamtschule-West -Gymnastikraum

Karate

Tobias Nickel

Dienstag	18:00-20.00	Freies Training nach Absprache	Gesamtschule-West - obere Turnhalle
Mittwoch	17:00-17:45	Minis + Kids	Gesamtschule-West - Gymnastikraum
	18:00-19:00	Kids + Teens	Gesamtschule-West - Gymnastikraum
Donnerstag	18:00-20.00	Freies Training nach Absprache	Gesamtschule-West - 1/3 Halle
Freitag	17:00-18:00	Kids + Teens	Gesamtschule-West - Gymnastikraum
	18:15-19.45	Erwachsene	Gesamtschule-West - Gymnastikraum

Taekwon-Do

Ireneusz Falk

Montag	16.00-17.00	Kinder ab 6 Jahren (ab Weiß-Gurt)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	17:00-18:30	Kinder ab 6 Jahre (ab gelb-grün)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	18:30-20:00	Kampftraining für Alle	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	20:00-21:30	Erwachsene ab 18 Jahre	Grundschule Pastorenweg -Halle-
Dienstag	18:30-20:00	Erwachsene ab 18 Jahre	Grundschule Pastorenweg-Halle-
	20:00-21:30	Taktiktraining für Alle	Grundschule Pastorenweg-Halle-
Mittwoch	17:30-18:30	Anfänger (ab weiß-gelb)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	18:30-20:00	Wettkampftraining Formen - Fortgeschrittene	Grundschule Pastorenweg -Halle-
Donnerstag	18:30-20:00	Erwachsenentraining ab 18 Jahre	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	20:00-21:30	Erwachsenentraining ab 18 J. (freies Training)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
Freitag	16:00-17:00	Kinder (weiß – gelb)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	17:00-18:30	Kinder.(ab gelb-grün)	Grundschule Pastorenweg -Halle-
	18:30-19:45	Kampftraining für alle	Grundschule Pastorenweg -Halle-

Badminton

Uwe Drewes, Tel. 39 39 36

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-

Fußball

Knuth Meier, Abteilungsleiter, Tel. 01573/4332002 ab 18.00 Uhr
Meik Schröder Jugendleiter

Ansprechpartner für Kinder und Jugendliche siehe Homepage unter Fußball-Jugend

Kanu		Stefan Villena-Kirschner, Tel. 6202451	
Montag	17:30-19:30 18:00-20:00	Jugendliche u. Erwachsene Konditionstraining Kanukurse und Erwachsene	Bootshaus Lesum -Sportraum- Kanuanlage in Lesum
Dienstag	17:30-20:30 17:00-19:00 19:00-20:30	Tischtennis Jugendtraining Volleyball	Bootshaus Lesum - Sportraum Kanusportanlage Lesum Jacobs-Universität
Mittwoch	19:00-21:00 10:15-11:15 18:00-20:00	Kenter- u. Sicherheitstraining (nach Absprache) Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte Lauftraining	Uni-Bad Bremen Bootshaus Lesum -Krafraum- Kanuanlage Lesum
Donnerstag	18:00-20:00 17:00-19:00 17:00-19:00 18:00-20:00 18:00-20:00	Paddeltreff für alle oder Paddeltouren Jugendtraining Kanukurs Anfänger Kanukurs Fortgeschrittene Training Kanu-Rennsport	Anmeldung Kanusportanlage Lesum Kanuanlage Lesum Kanuanlage Lesum Sportparksee Grambke
Samstag/Sonntag		Fahrtenangebote für Fortgeschrittene	

Spielleute-Orchester

Donnerstag 18:30-21:30

Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01

Orchesterprobe

Halmerweg -Schulaula-

Sportfischen

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

Daniel Böttcher Tel. 61 62 727 E-Mail Futterlager@t-online.de

Tischtennis

Montag 18:00-22:00
Mittwoch 18:00-22:00
Freitag 18:00-22:00

Birgit Meinke, Tel. 0162-6209392 oder 39 61 892

Training für Alle ab 14 Jahre
Training für Alle ab 14 Jahre
Training für Alle ab 14 Jahre

Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)

Freitag 19:15-22:00

Punktspiele Erwachsene

TURA-Vereinszentrum -Sporthalle-

Volleyball

Montag 19:00-21:45
Mittwoch 19:30-21:45

Kai-Uwe Lubosch, Tel. 0178-4701484 E-Mail volleyball@tura-bremen.de

Erwachsene
Gem. Gruppe für Jung und Alt

Gesamtschule West - 1/3 Halle
Gesamtschule West - 1/3 Halle

Turnen und Freizeitsport

Turnen u. Bewegung für Kinder

Sonja Nonnast

Montag 10.00-11.30
17:00-18:00
Dienstag 16:00-17:00
16:00-17:00
17:00-18:30
Mittwoch 16:00-17:00
Donnerstag 16:00-17:15
Freitag 16:00-17.00
17:00-18:30

Spiel und Spaß für Kleinkinder 9 M.-3 Jahre
Bewegungsförderung 3-5 Jahre
Kinderturnen 3-6 Jahre
Kreativer Kindertanz 4-6 Jahre
Kinderturnen 7-12 Jahre
Bewegungsförderung 3-6 Jahre
Mutter/Vater und Kinder 1 ½ - 3 Jahre
Kinderturnen 3-6 Jahre
Kinderturnen 6-12 Jahre

Vereinszentrum –große Halle-
Vereinszentrum -große Halle-
Grundschule Pastorenweg -Halle-
Vereinszentrum –große Halle-
Grundschule Pastorenweg -Halle-
Vereinszentrum –große Halle-
Grundschule Pastorenweg -Halle-
Vereinszentrum –große Halle-
Vereinszentrum –große Halle-

Turnen/Gymnastik Erwachsene

Dienstag 11:00-12:00
20:00-22:00
Mittwoch 20:00-22:00

Gesund und Fit in den Morgen
Gymnastik Damen (Christine Schnatow)
Gymnastik Damen (Helga Wohlers)

TURA-Vereinszentrum –große Halle-
TURA-Vereinszentrum –große Halle-
TURA-Vereinszentrum –große Halle-

Turnen Senioren

Jutta Ackermann, Tel. 616 36 19

Dienstag 09:00-10:00
10:00-11:00
Mittwoch 10:15-11:45

Gesundheitssport für Senioren
Gesundheitssport für Senioren
Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte

TURA-Vereinszentrum –große Halle-
TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Bootshaus Lesum -Sportraum-

Nordic-Walking + Walking

Montag 16:15-17:15
Mittwoch 09:00-10:30

Nordic-Walking (Ute Wachtendorf) Tel. 613401
Walking mit Entspannung

Treffen vor dem Vereinszentrum
Treffen vor dem Vereinszentrum

Gesundheitswerkstatt: Info Geschäftsstelle Tel. 61 34 10

Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik

Jutta Ackermann

Donnerstag 09:00-10:00

TURA-Vereinszentrum - große Halle

Aktiv gegen Osteoporose (Kurs)

Jutta Ackermann

Donnerstag 10:00-11:00

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

Donnerstag 11:00-12:00

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

Rückenfitness für Alle

Chellie Glatzel

Mittwoch 19:00-20:00

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

Qigong (Kurs)

Elisabeth Kazenwadel

Mittwoch 17:15-18:45

TURA-Vereinszentrum – kleine Halle

REHA-Sport (mit Verordnung):

Krebsnachsorge

Jutta Ackermann

Montag 15:00-16:00

Frauen

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

16:00-17:00

Gesprächsrunde

TURA-Vereinszentrum – große Sporthalle

Lungensport

Mittwoch 11:45-12:30

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum – kleine Sporthalle

Donnerstag 16:00-16:45

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum – große Sporthalle

17:00-17:45

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum – kleine Sporthalle

Sport für Schlaganfall-Betroffene

Montag 18:00-19:00

Stephanie Bürding

TURA-Vereinszentrum – kleine Sporthalle

Stütz- und Bewegungsapparat

Dienstag 10:30-11:15

Roland Klein

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

11:30-12:15

Roland Klein

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

12:00-13:00

Jutta Ackermann

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

13.00 -14.00

Jutta Ackermann

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

18:00-19:00

Chellie Glatzel

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

Mittwoch 08:15-09:15

Jutta Ackermann

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

12:45-13:30

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

17:15-18:00

Chellie Glatzel

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

18:00-19:00

Chellie Glatzel

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

Donnerstag 08:00-09:00

Jutta Ackermann

TURA-Vereinszentrum - große Sporthalle

09:00-09:45

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

10:00-10:45

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

11:00-12:00

Markus Berger

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

18:00-19:00

Roland Klein

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

19:00-20:00

Roland Klein

TURA-Vereinszentrum - kleine Sporthalle

Fitness and Dance

Info Geschäftsstelle Tel. 61 34 10

Montag	18:00-19:15	Fitnessstraining (Rodica Schieb)	TURA-Vereinszentrum – große Halle -
Dienstag	17:00-18:00	Dance and move ab 7 Jahre (Laura)	TURA-Vereinszentrum – große Halle-
	18:15-19:00	Aerobic (Roya Tasmim)	TURA-Vereinszentrum – kleine Halle-
	19:00-20:00	Spaß und Fitness mit den smovey Ringen	TURA-Vereinszentrum – große Halle-
Mittwoch	18:00-19:30	Sportabzeichen Training und Abnahme (von April bis Oktober)	Bezirkssportanlage Gröpelingen

Öffnungszeiten im Studio, Tel. 61 30 41

Montag	08:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
	16:00-21:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Dienstag	08:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
	14:00-21:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Mittwoch	08:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
	14:00-21:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Donnerstag	08:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
	14:00-21:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Freitag	08:00-13:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
	16:00-20:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Samstag	10:00-14:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum - Studio
Sonntag	10:00-14:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum – Studio

Aktuelle Mitgliedsbeiträge

monatlich Euro

Erwachsene	17,50
Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre + Studenten mit Bescheinigung	10,00
Familien (ab 3 Pers.) ohne Zusatzbeiträge	35,00
Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwon-Do)	44,00
Familien (ab 3 Pers.) bei Nutzung aller Sportarten (inkl. Zusatzbeiträge)	63,00
Spielleute-Orchester	10,00
Passive	5,00
Sportfischer	8,00
Rehasport mit VO (Gruppe 60 Min.)	7,00
Zusatzbeiträge:	
Tischtennis (Erwachsene)	2,00
Fußball (Erwachsene)	3,50
Fußball (Kinder und Jugendliche)	1,50
Budo-Sport (Kinder)	3,50
Budo-Sport (Erwachsene)	4,50
Rehasport ohne Verordnungen	7,00
Latin Fitness (Erwachsene)	7,00
Latin Fitness (Studiomitglieder, Erwachsene)	3,00
Studio für Jugendliche, Schüler + Studenten	12,00
Studio für Erwachsene	13,50

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

Sportfischer (Natur- und Umweltschutzabgabe) Euro 60,00 Erwachsene

Ermäßigungen: Für Schüler, Studenten und Auszubildende bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres (aktuelle Bescheinigungen erforderlich, keine Rückvergütung).

Der Beitrag wird im SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen.

Wird kein Lastschriftmandat erteilt, entstehen Kosten in Höhe von € 3,00.

Für nicht eingelöste Lastschriften sind die Lastschriftkosten des Bankinstituts zu ersetzen.

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. Trainer, Übungsleiter sowie Betreuer sind nicht berechtigt, Kündigungen anzunehmen.