

tura

aktuell



TURA organisiert Gesundheitswerkstatt

TURA feiert 110-jähriges Bestehen

11. September 2004, 14 bis 18 Uhr

Tag der offenen Tür bei TURA

www.tura-bremen.de

Jetzt mit Navigationssystem*! Der Opel Zafira 1.6 CNG.



Unser Barpreis:
19.900,- EUR

Unser SmartLease-Angebot:
Laufzeit: 36 Monate
Gesamtfahrleistung: 30.000 km
Leasingsonderzahlung: 4.900,- EUR

Monatliche Leasingrate: **nur 149,- EUR**

Ein Angebot der GMAC Bank.



Opel. Frisches Denken für bessere Autos.

* Jetzt bis 31. 12. 2004 zusätzlich **serienmäßig und ohne Aufpreis:** Navigationssystem NCDR 1100. Damit Sie immer sicher und auf der schnellsten Route ans Ziel kommen!

- 1.6 CNG (Compressed Natural Gas), 71 kW (97 PS), Höchstgeschwindigkeit: 170 km/h
- Drastische Schadstoffreduktion im Erdgasbetrieb – Reichweite ca. 350 km
- Zusätzliche Reichweite von ca. 150 km

durch 14-Liter-Benzin-Reservetank

- Das Antriebskonzept heißt **monovalent**.
Geht der Gasvorrat zur Neige, können Sie das System einfach auf Benzinversorgung umschalten
- Volle Flexibilität des Opel Zafira ohne jede Einschränkung nutzbar: optimiertes Flex7®-Sitzsystem oder bis zu 1.700 Liter Ladevolumen

Informieren Sie sich jetzt bei uns!

Ihr Opel Partner

BURR
DAS AUTOHAUS

Gröpelinger Heerstr. 245
28239 Bremen
Telefon 0421/61 08-0

Fergersbergstr. 8-12
27721 Ritterhude
Telefon 04292/81 49-0

www.burr.de

TURN- UND RASENSPORTVEREIN BREMEN E.V.

GEGRÜNDET 1894 · MITGLIED DES LANDESSPORTBUNDES BREMEN E.V.

Ausgezeichnet mit dem Pluspunkt Gesundheit vom DTB



Geschäftsstelle: Vereinszentrum Lissaer Str. 60, 28237 Bremen, Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11
Postanschrift: TURA Bremen e.V., Postfach 21 01 14, 28221 Bremen
Geschäftszeit: Montag bis Donnerstag 10 - 12 Uhr, zusätzl. Di. 17 - 20 Uhr, Mi. 13 - 15 Uhr
Bankkonto: Die Sparkasse in Bremen (BLZ 290 501 01), Konto-Nr. 11 662 483
Beitragszahlungen Sparkasse Kto.Nr. 102 7275

Ehrenpräsident:	Peter Sakuth	Jugendleiter:	Lars Ackermann	7 94 08 00
Präsident	Dirk Bierfischer	Beisitzer:	Melanie Bullwinkel	6 16 90 18
Vizepräsident:	Ekkehard Lentz		Lutz Steenken	62 92 60
- Liegenschaften	Monika Hattenhauer		Gerd Schweizer	6 19 96 74
- Sportlicher Leiter	Roland Klein		Peter Schwarz	61 34 96
Schatzmeister:	Günter Jörgens	Mitgliederverwaltung:	Marion Schwarz	61 34 10/61 34 96
Schriftführer:	Manfred Wardenberg	Vereinsarzt:	Dr. Björn Ackermann	61 34 10
Jugendleiterin:	Dagmar Röpke	Haustechnik:	Dieter Witkowski	6 16 33 39

Abteilungen und Ansprechpartner:

AeroFit Kerstin Flathmann, Tel. 3 96 86 55
Aqua-Gymnastik Jutta Ackermann, Dagmar Röpke, Tel. 6 16 36 19
Badminton Uwe Drewes, Tel. 39 39 36; badminton@tura-bremen.de
Boxen Herwig Claußen, Tel. 39 33 69; boxen@tura-bremen.de
Fitness-Studio Tel. 61 30 41, Roland Klein; studio@tura-bremen.de
Fußball Auskunft BSA, Tel. 61 34 54, mo. 18:30-21 Uhr; fussball@tura-bremen.de
Jugendabteilung Tel. 616 36 78; fussballjugend@tura-bremen.de
Gesundheit Sabine Braun, Karoline Lentz, Marion Schwarz, Tel. 61 34 10; gesundheit@tura-bremen.de
Sabine Braun, Brigitte Honnens, Tel. 61 34 10
Herzsport
Judo Fredi Jeschke, Tel. 35 34 71; judo@tura-bremen.de
Karate Tobias Nickel, Tel. 16 55 146; karate@tura-bremen.de
Kanusport Lutz Steenken, Tel. 62 92 60; kanu@tura-bremen.de
Krebsnachsorge Helma Rumphorst, Tel. 35 18 87
Lauffreff Frank Witt, Tel. 616 90 81; FrankWitt111@aol.com
Spielleuteorchester Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01; spielleute@tura-bremen.de
Sportfischen Rainer Müller, Tel. 61 34 44; sportfischen@tura-bremen.de
Taekwondo Roland Klein, Tel. 61 34 10; taekwondo@tura-bremen.de
Tischtennis Klaus-Peter Schulz, Tel. 61 73 08 / Jürgen Lippold, Tel. 61 24 22; tischtennis@tura-bremen.de
Turnen/Gymnastik Erw. Roland Klein, Tel. 61 34 10; turnen@tura-bremen.de
 Kinderturnen Melanie Bullwinkel, Tel. 6 16 90 18; kinderturnen@tura-bremen.de
 Senioren-sport Jutta Ackermann, Tel. 6 16 36 19; senioren@tura-bremen.de
Qigong Elisabeth Kazenwadel, Tel. 70 28 65; qigong@tura-bremen.de
Volleyball Peter Siemers, Tel. 6 16 16 16; volleyball@tura-bremen.de
Yoga Irmgard Maretzke, Tel. 38 19 54

Internet	www.tura-bremen.de	e-mail	info@tura-bremen.de
-----------------	--------------------	---------------	---------------------

Redaktion TURA-aktuell: Karoline Lentz, Ekkehard Lentz, Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11; zeitung@tura-bremen.de
Wolfgang Zimmermann, Tel. 23 21 10, (Werbung, Gestaltung); wozi@bremen-werbung.de
Fernsehen: Wilfried Hoberg, Tel. 6 16 04 85; Tobias Nickel, Tel. 1 65 51 46;
Manfred Bertram, Tel. 35 84 15; Ekkehard Lentz, Tel. 396 18 92; tv@tura-bremen.de
Internet: Christoph Zimmermann, chris@wozi.de

Die Redaktion freut sich über jede Einsendung (Artikel, Bilder etc.), behält sich aber Kürzung oder Bearbeitung vor. Bitte die Berichte auf Diskette (ohne Bilder etc.), Texte mit Ausdruck, Bilder, Grafiken als Vorlage einreichen. Eine Telefonnummer für Rückfragen ist hilfreich!

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe 15.10.2004

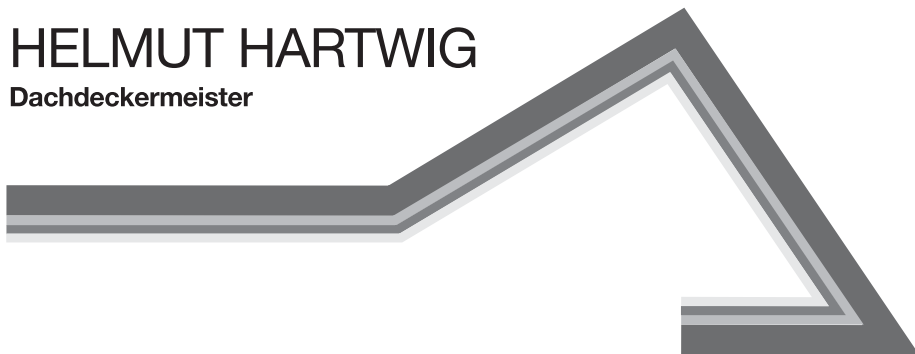
Aus dem Inhalt

Zum Titelbild:
*Kompetenz im Gesundheitssport:
Eine der starken Seiten von TURA Bremen*

Mitgliedsbeiträge	6
Terminkalender	7
TURA-Fortbildungen	9
TURA aktiv beim Gröpelinger Citylauf/Gröpelinger Sommer	12
TURA feiert 110-jähriges Bestehen	15
Badminton	17
Boxen	18
Fussball	21
Fitness-Studio	27
Gesundheitssport	28
Judo	30
Kanu	34
Karate	36
Spielleuteorchester	37
Sportfischen	38
Taekwondo	40
Tischtennis	44
Freizeitgruppen	44
Turnen	45
Gesundheitswerkstatt	47
Lauffreff	48
Senioren	49
Angebote	53

HELMUT HARTWIG

Dachdeckermeister



Dach- + Fassadenbau - Bauklempnerei

Alte Waller Straße 32 · 28219 Bremen

Telefon (0421) 61 19 13 Telefax (0421) 616 35 24

e-Mail: Hartwig-Daecher@dach.net



Auf ein Wort

Hallo liebe Turanerinnen,
hallo liebe Turaner,

ein neues Sportjahr beginnt mit Punktspielen, Wettkämpfen, Grillabenden und gemeinsamen Festen wie dem „Tag der offenen Tür“ am 11. September. Darauf freue ich mich, und es wird sicherlich auch die Gelegenheit für mich geben, viele von euch näher kennen zu lernen. Mein Name ist Monika Hattenhauer. Ich bin 41 Jahre alt und



von Beruf Bilanzbuchhalterin. Von Kindesbeinen an lebe ich in Gröpelingen.

Seit 1998 TURA-Mitglied, trainierte ich bis Ende 2003 Taekwondo, heute bin ich im Fitnessstudio aktiv.

Nach meinem Empfinden stand in den vergangenen Jahren nicht immer der sportliche Leitgedanke im Vordergrund, sondern das Vereinsleben war und ist bis heute geprägt durch Unstimmigkeiten, Misstrauen, Spaltung – alles Eigenschaften, die nicht dazu beitragen, unsere Position und unseren guten Ruf im Bremer Westen und darüber hinaus zu stärken.

Diverse Kampagnen werben für „Fair Play im Sport“ – doch wie soll das im täglichen Sportgeschehen umgesetzt werden, wenn wir als ehrenamtliche, nach allen Seiten offene „Funktionäre“ des Vereins dieses Verhalten nicht vorleben und praktizieren? Als Vizepräsidentin stehe ich für Integration, Vermittlung und Zusammenhalt getreu dem Motto „Gemeinsam sind wir stark“, und ich appelliere an alle „Funktionäre“ und Sportler, in diesem Zusammenhang doch noch mal manche Position und Verhaltensweisen zu überdenken. Auch zukünftig gilt es, immer wieder im Präsidium Entscheidungen zu treffen, die sicherlich nicht den Zuspruch aller finden, die aber im Hauptausschuss eingehend mit den Abteilungsleitern diskutiert und zum Wohle des Gesamtvereins beschlossen werden. Jedes Mitglied, das die Entwicklung des Vereins mitgestalten möchte, fordere ich auf, sich konstruktiv einzubringen, um die Arbeit des Präsidiums zu prüfen und vor allen Dingen die Vereinsgeschicke mit zu len-

ken. Statt Getratsche auf dem Gröpelinger Marktplatz und persönlichem Gerangel aufgrund von irgendwelchen undefinierbaren Animositäten wünsche ich mir für die Zukunft einen offenen Meinungsaustausch innerhalb des Vereins, der auf sachlicher und fachlicher Basis abläuft und der erfolgreichen Weiterentwicklung dient.

Unser Verein ist ein mittelständisches Unternehmen, das kompetent, zielorientiert und innovativ geführt werden muss, um den unterschiedlichsten Ansprüchen gerecht zu werden.

Auf der Jahreshauptversammlung am 17. März habt ihr mich zur Vizepräsidentin für Liegenschaften gewählt. Dazu zählt neben dem Vereinszentrum auch das herrlich gelegene Bootshaus an der Lesum. Dringend notwendig ist es, unser Vereinszentrum zu erweitern. Denn viele TURA-Angebote finden in den Schulsporthallen statt, die zukünftig jedoch vermehrt bis in die frühen Abendstunden genutzt werden. Hinzu kommt, dass Senator Willi Lemke plant, die Hausmeisterdienste, die nach dem Unterricht an den Schulen anfallen, nicht wie bisher zu bezahlen und die Kosten den Vereinen aufzubürden.

Die TURA-Geschäftsstelle mit drei hauptamtlich angestellten Mitarbeiterinnen ist definitiv zu klein, zumal während der Öffnungszeiten ein reges Kommen und Gehen herrscht. Möglichkeiten für eine Besprechung in ruhiger Atmosphäre sind schon gar nicht vorhanden. Auch ein zusätzlicher Raum für weitere Angebote im Gesundheitsbereich fehlt. Des Weiteren ist geplant, durch Anbau von Geräteräumen für eine hundertprozentige Ausnutzung des vorhandenen Gebäudes zu sorgen. Erste Gespräche mit unserem Architekten sind geführt. In Kürze erwarten wir konkrete Vorschläge, die wir detailliert vorstellen werden.

Zu guter Letzt lade ich herzlich zu unserem „Tag der offenen Tür“ am 11. September ein. Die Veranstaltung steht unter dem Motto „110 Jahre TURA“. Schauspielerin Christine Renken schrieb ein Theaterstück, das mit Unterstützung zahlreicher Sportler die Vereinsgeschichte Revue passieren lässt. Ein einmaliges Erlebnis.

Mit sportlichen Grüßen
Monika Hattenhauer

Mitgliedsbeiträge

Erwachsene	10,50 €
Kinder/Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr	6,50 €
Familien	21,00 €
Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwondo)	29,00 €
Familien bei Nutzung aller Sportarten (inkl. Zusatzbeiträge)	48,00 €
Spielmanszug	6,50 €
Passive	4,50 €
Sportfischer	5,50 €

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	10,50 €
Studio für Erwachsene	13,00 €
GAF und Studio für Jugendliche	13,00 €
GAF und Studio für Erwachsene	16,00 €

Ermäßigungen

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

Aufnahmegebühr

Erwachsene/Kinder 1 Monatsbeitrag = incl. Zusatzbeitrag
Gebühr für den Nichtbankeinzug oder nicht eingelöste Lastschriften je 2,50 €
Die Lastschriftkosten sind zu ersetzen.

Beitragszahlungen bitte nur noch auf unser Konto bei der Sparkasse in Bremen
(BLZ 290 501 01) Konto-Nr. 102 7275

Austritt

Laut Satzung ist der Austritt aus dem Verein nur zum Kalenderhalbjahr (zum 30.6. + 31.12.) möglich. Der Austritt muss dem Verein (Präsidium) durch schriftliche Erklärung mindestens 6 Wochen vor Halbjahresende angezeigt werden (Stichtag: 19. Mai + 19. Nov.). Sie erhalten keine Bestätigung. Trainer, Übungsleiter sowie Betreuer sind nicht berechtigt, Kündigungen anzunehmen.

Elektro Gladow GmbH



**Fachgeschäft für E-Installation
elektrische Hausgeräte + Leuchten
Reparatur-Service für Heißwassergeräte**

Telefon 61 14 69

Terminkalender

11. 9.	14-18 h	„Tag der offenen Tür“ im und rund um das Vereinszentrum
17./18.9.		Universität Bremen (Sportturm), Kongress „Kunterbunt geht's rund - Bewegungsräume - Kinderträume“ www.bremer-kongress.de
19.9.	9 h	19. Roland-Cup International/Judo in der Sporthalle der Gesamtschule West
24.9.-5.10.		Urlaubsfahrt der Senioren nach Istrien mit dem Reiseunternehmen PUCKS
25.9.	12 h	„Fit for Fair“, Solidaritätslauf im Rahmen des Ökumenischen Stadtkirchentages, Marktplatz
28.9.	20 h	„TURA aktuell“ live im Offenen Kanal (TV)
10.10.	10 h	Abangeln am Waller Feldmark-Feldmarksee
13.10.	13 h	Knippessen der Senioren im Bootshaus, Am Lesumhafen 26
22.10.	14.30-17 h	Spielenachmittag der Senioren im Medienraum/Vereinszentrum
24.10.		Fahrt der Turnabteilung nach Hamburg mit Besuch des Musicals „Mamma Mia“ mit dem Reiseunternehmen PUCKS
26.10.	20 h	„TURA aktuell“ live im Offenen Kanal (TV)
28.10.		Freimarktfeier der Donnerstag-Turngruppe
5.11.	17.30 h	„Feuerspuren“/ Umzug durch Gröpelingen
13.11.		„Herbstolympiade“ für Kinder, Sporthalle/Vereinszentrum
14.11.	15 h	„Gröpelinger speelt for Gröpelinger“ mit dem Spielleute-Orchester, Gemeindesaal Danziger Straße
19.11.	14.30-17 h	Spielnachmittag der Senioren im Medienraum/Vereinszentrum
23.11.	20 h	„TURA aktuell“ live im Offenen Kanal (TV)
2.12.	15-18 h	1. Gröpelinger Weihnachtsbasar mit verschiedenen Aktionen, Vorplatz der Bibliothek Gröpelingen
3.-8.12.		Adventsfahrt der Senioren nach Groß Arl/Österreich mit dem Reiseunternehmen PUCKS
11.12.	15.30 h	Weihnachtsfeier der Senioren im Vereinszentrum
12.12.		„Weihnachtsbaustelle“ für Kinder, Sporthalle/Vereinszentrum

Öffnungszeiten der Gaststätte im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße: dienstags bis freitags 16 Uhr bis Open End (ca. 23.30 Uhr), samstags und sonntags 18 Uhr bis Open End. Wenn Werder am Wochenende spielt, öffnet „ZUM TURANER“ immer eine Stunde vor Anpfiff!

Räume bis 90 Personen stehen für Feiern zur Verfügung. Bei Reservierungen ist man nicht an die Öffnungszeiten gebunden. Warme Büffets gibt es ab EUR 14,90 pro Person.



„Teamsportausrüster für TURA“

Am Schmiedeberg 6
28832 ACHIM
Tel.: 04202 - 88 17 17

Hemmstraße 357-359
28215 Bremen
Tel.: 0421 - 3 46 46 99

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 9.30 - 18.00 Uhr · Samstag 9.30 - 13.00 Uhr

Waller Geschäftsleute bei TURA-TV

Siegfried Pätch und Ralf Hallerstede vom „Verein der Waller Geschäftsleute“ konnten im Juni und Juli mehrfach über das neu aufgelegte Waller Radrennen „Rund um den Wasserturm“ in der Fernsehsendung „TURA aktuell“ informieren. Weil TURA im Juli nicht live sendete, wurde die Juni-Sendung wiederholt. Und das gleich mehrfach – zu Tag- und Nachtzeit.



Siegfried Pätch (links) und Ralf Hallerstede (Mitte) vom Verein der Waller Geschäftsleute informieren im Gespräch mit Ekkehard Lentz in der Fernsehsendung „TURA aktuell“ mehrfach über das Radrennen „Rund um den Waller Wasserturm“.

Dem aktuellen Fernseheteam von „TURA aktuell“ gehören an: Wilfried Hoberg (Kamera), Gerold Gerdes (Licht und Kamera), Harald Meyer (Kamera), Peter Siemers (Computer), Magnus

Kulwicke (Kamera), Torsten Jonas (Licht und Kamera), Torben Wiedemeyer (Ton), Markus Ernst (Bildregie), Tobias Nickel (MAZ), Stephan Reich (Technik), Traute Brück (Catering, Nachrichtenredaktion, Zeitnahme, Kontaktfrau Regie/Studio, Interviews), Karoline Lentz (Nachrichtenerstellung), Konstanze Kulwicke (Nachrichtensprecherin), Janne Obert (Moderation und Interviews); Elisabeth Kazenwadel (Interviews), Manfred Bertram (Nachrichtensprecher), Fredi Jeschke (Interviews) und Ekkehard Lentz (Interviews).

„TURA aktuell“ wird präsentiert vom Toyota-Autohaus Schneider in der Seewenjestraße.



Am 24. Juli traf sich das Fernseheteam von TURA zur Sommerfete bei Jutta und Wilfried Hoberg im Garten.



Stefan Reich vom TURA-Fernseheteam feierte am 3. August seinen 30. Geburtstag; Anlass für den beliebten Gang durch die Innenstadt zum Domtreppefegen. Am 1. September war Markus Ernst an der Reihe.

Die nächsten Sendetermine:

Dienstag, 28. September, 20 bis 21 Uhr

Dienstag, 26. Oktober, 20 bis 21 Uhr,

Dienstag, 23. November, 20 bis 21 Uhr

Der Offene Kanal wiederholt „TURA aktuell“ in der folgenden Nacht um 3 Uhr und am folgenden Mittwochmittag um 13 Uhr.

über 35 Jahre

*Raumgestaltung
Fassadenbeschichtung
Fußbodenarbeiten*

WEHLERS MALERMEISTER

Ritterhuder Straße 24

28237 Bremen

Telefon (0421) 61 34 41

TURA-Fortbildung: Flüssigkeitsbedarf im Sport

Regelmäßige vereinsinterne Fortbildungen für Abteilungsleiter, Trainer und Interessierte aus allen Abteilungen gehören zum festen Angebot von TURA. Im Juni referierte Vereinsarzt Dr. Björn Ackermann zum Thema „Flüssigkeitsbedarf für Sportler und Senioren“ im Medienraum des Vereinszentrums.



Trinken, trinken, trinken: Dr. Björn Ackermann referierte bei einer TURA-Fortbildung zum Thema „Flüssigkeitsbedarf im Sport“. Für Sportlerinnen und Sportler sind die Mineralstoffe Natrium, Kalium, Calcium und Magnesium unverzichtbar.

„Grundsätzlich gilt die Feststellung, dass jeder Einzelne zu wenig trinkt.

Rund 1,5 Liter Flüssigkeit am Tag verliert der Körper bereits unter normalen Bedingungen – hohe Temperaturen oder Sport steigern den Wasserverlust um das Drei- bis Vierfache. Schwitzen ist eine natürliche und gesunde Reaktion des Körpers, wenn Hitze oder Anstrengung seine Temperatur nach oben treiben. Der Schweiß verdunstet und kühlt die Haut ab. So bleibt der Stoffwechsel im Lot“, erläuterte Ackermann den interessierten Zuhörern.

Voraussetzung sei aber, dass der Mensch ausreichend trinkt. „Dabei kommt es nicht nur auf das Wasser an. Mit dem Schweiß verliert der Körper auch wichtige Mineralstoffe, die unbedingt ersetzt werden müssen. Mineralwasser oder Apfelschorle eignen sich am besten. Sie bieten die Mineralstoffe in gelöster Form. Der Körper kann sie besonders schnell und gut verwerten“, empfahl TURAs Vereinsarzt den Übungsleiterinnen und Trainern.

Wasserdefizit ist gleichbedeutend mit Leistungsdefizit! Der menschliche Körper besteht beim Erwachsenen zu circa 55 bis 60 Prozent

aus Wasser. Wird zuwenig getrunken, trocknet der Körper aus. Oft sind Lustlosigkeit und Leistungsabbau die Folge. Wer sich körperlich anstrengt, verbraucht seine Wasserreserven besonders schnell.

Intensive Belastung kann dem Körper bis zu drei Liter Flüssigkeit in einer Stunde rauben. Schon ein Wasserverlust von etwa 1,5 Litern macht sich nachteilig bemerkbar. Gerade im Sport hat ein Leistungsabbau schmerzliche Folgen. Wasserversorgung kann über Sieg oder Niederlage entscheiden, nicht nur im Profibereich, sondern auch beim täglichen Sport.

Für Sportler sind die Mineralstoffe Natrium, Kalium, Calcium und Magnesium unverzichtbar. Natürliches Mineralwasser liefert diesen Mineralmix: Ein Blick auf das Mineralwasser-Etikett gibt Auskunft: Ein hoher Gehalt an Mineralstoffen – mehr als 1500 Milligramm/Liter – gibt dem Organismus bei sportlicher Anstrengung

den nötigen ‚Kick‘.

Wenn sich der Durst einstellt, ist es bereits zu spät, denn der Flüssigkeitshaushalt im Körper ist bereits aus dem Gleichgewicht geraten. Der Durst ist ein „verspätetes Warnsignal“. Dem kann man vorbeugen: Bereits vor dem Sport die Flüssigkeitsdepots auffüllen. Bis zu einer halben Stunde vor dem Sport etwa einen halben Liter Mineralwasser trinken.

Profis machen es vor: Sie nutzen jede Pause, um einen Schluck zu trinken. Daran sollten sich auch Freizeitsportler ein Beispiel nehmen und während des Sports jede Pause nutzen, um den Flüssigkeits- und Mineralienbedarf auszugleichen. Nach dem Sport kann ruhig mehr getrunken werden, als man selbst für nötig hält (gilt natürlich nur für Mineralwasser oder Apfelschorle!).

Umfangreiches Informationsmaterial rund um die Thematik erhalten Interessierte in der TURA –Geschäftsstelle, Lissaer Straße 60. In den nächsten Monaten wird diese Fortbildung nochmals angeboten. Interessierte können sich bereits jetzt in der Geschäftsstelle unter Telefon 613410 anmelden.

Chinesische Medizin bei Gelenkerkrankungen Kernpunkt ist die Diagnose

Sechzig interessierte Zuhörerinnen und Zuhörer begaben sich am 24. Juni im TURA-Vereinszentrum mit Dr. Ehler Bredenbeck in die Welt der

renziert zwischen Menschen mit zu viel Hitze, Feuchtigkeit oder Trockenheit. Der Charakter jedes Einzelnen lässt Aussagen über den allgemeinen Gesundheitszustand und den verschiedenen Organe zu.

Zum Abschluss seines Vortrages verdeutlichte Dr. Bredenbeck noch einmal, dass auch die Akupunktur beispielsweise eine Arthrose nicht heilen kann. Sie kann aber die Beschwerden in den meisten Fällen stark lindern. Teilnehmer aus dem Publikum, die bereits Kontakt mit der Akupunktur hatten, konnten das bekräftigen. Der Referent zeigte sich begeistert von der Resonanz und dem Interesse und bedankte sich bei den Teilnehmern und den Organisatoren Sabine Braun und Roland Klein.



Dr. Ehler Bredenbeck führte bei TURA in die Welt der Traditionellen Chinesischen Medizin ein.

Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) bei der Behandlung von Gelenkerkrankungen.

Verständlich und spannend referierte Dr. Bredenbeck von den Anfängen der Akupunktur vor circa 5000 Jahren. Er beleuchtete die Vielfältigkeit der TCM, in der neben der Akupunktur die Kräuterkunde und zahlreiche weitere hoch wirksame Behandlungsmöglichkeiten entwickelt wurden. Kernpunkt der TCM ist die Diagnose. Jeder Mensch wird als Individuum betrachtet. Somit rühren auch äußerlich gleich scheinende Krankheitsbilder von unterschiedlichen Ursachen her. Allein bei der Pulsdiagnose werden zum Beispiel 32 Pulse unterschieden. Die TCM diffe-



Am 27. April war Diplom-Betriebswirt Helmut Lotz (rechts) zu Gast bei einer Fortbildung von TURA. Der vereidigte Buchprüfer und Steuerberater referierte zum Thema „Steuerfragen im Verein“.

Seit 1955 ein Begriff für Frische und Qualität

Bäckerei - Konditorei
Rüttinger

Gröpelinger Heerstraße 194 · Telefon 61 21 28
Filiale: Gröpelinger Heerstraße 374 · Telefon 61 44 74

TURA aktiv beim Straßenfest des Nachbarschaftshauses



Boris Marezke bot eine tolle Akrobatik- und Jonglage-show beim Straßenfest des Nachbarschaftshauses.

Dicke Regenwolken bewegten sich mehrfach bedrohlich auf den Festplatz in der Straße Beim Ohlenhof zu und entluden sich auch einige Male. Unter dem Motto „Bitte treffen Sie...“ kamen Menschen verschiedener Kulturkreise zusammen. Mitarbeiter des Nachbarschaftshauses „Helene Kaisen“ (ná) hatten für das Straßenfest am 12. Juni ein umfangreiches Rahmenprogramm auf die Beine gestellt. An Flohmarktständen konnten Schnäppchen geschlagen werden. Produkte aus fairem Handel wie Honig, Sesamriegel oder Schokolade bot die katholische Kirche an. Und auch die Früchte kreativen Schaffens wanderten über Verkaufstische. Auf dem Fest waren Institutionen und Vereine des Stadtteils vertreten. Darunter der Gesundheitstreffpunkt West, der Ortsverein und das Dienstleistungszentrum der Arbeiterwohlfahrt (Awo), der Harmonika-Club „Frohsinn“ und natürlich TURA...

Stelzenmenschen bewegten sich als kuriose Attraktionen durch die Massen. Aber nicht nur auf der Straße herrschte turbulentes Treiben. Im Nachbarschaftshaus sorgten Tanz-, Trommel-, Theater-, Zirkus- und Gesangsgruppen für Stimmung. Mädchen und Jungen erfreuten sich an zahlreichen Geschicklichkeitsspielen. Mit dem Mund wurden Äpfel aus einer mit Wasser gefüllten Wanne gefischt. Wollknäuel galt es, in den Rachen von lustigen Pappfiguren zu werfen. Spannung versprachen die Zaubershow. Die Judogruppe von TURA um Trainer Andreas Kachel sowie das Spielleuteorchester begeisterten das Publikum.

“Ein schönes Fest trotz der regnerischen Unterbrechungen“, bilanzierte Lucyna Bogacki vom Leitungsteam des Nachbarschaftshauses, die für das Fest als Studiogast vorher in der TV-Sendung von TURA geworben hatte.



Beim Straßenfest des Nachbarschaftshauses ‚Helene Kaisen‘ (ná) zeigten Judoka von TURA während des umfangreichen Rahmenprogramms Kostproben ihres Könnens.

Kanzlei für Gewerbetreibende

Kühnel & Piehl

Rechtsanwalts-
gesellschaft mbH



UWE J. PIEHL
Rechtsanwalt

in Bürogemeinschaft mit
Steuerberatersozietät
Kühnel u. Willems

Birkenstraße 16 / 17 · 28195 Bremen
Telefon 0421 - 49 400 15 · Fax 0421 - 49 400 16
www.bremer-kanzlei.de · E-Mail: piehl@bremer-kanzlei.de

TURA aktiv beim Gröpelinger Citylauf/G

Menschenmassen fanden bei teilweise strahlendem Sonnenschein am 26. und 27. Juni den Weg in die für den Verkehr gesperrte Lindenhofstraße in Gröpelingen. Mitmachaktionen, Attraktionen und ein ausgefeiltes Bühnenprogramm lockten Groß und Klein in Scharen. Über 40 Vereine, Organisationen und Institutionen beteiligten sich mit Informations- und Aktionsständen.

Kulinarische Genüsse ließen das Wasser im Mund zusammenlaufen und sorgten für gesättigte Mägen. Bis spät in die Nacht wurde getanzt und gelacht.

Beim 6. Gröpelinger Citylauf siegte am 26. Juni über 5 km Sarischa Bieser (20:40 min./BLT-TvdB) vor Irmela Knütter (21:47 min./LT Sport Ziel Bremen) und Janina Braun (22:32 min./SZ Blumenthal Bremen). Den Männer-Wettbewerb gewann Torsten Naue (16:38 min./LG Bremen-Nord) vor Adrian Quickstern (17:14 min.) und Jan Petermann (17:25 min./beide BLT-TvdB). Die 10 km entschied Joaquim Pedro (34:48 min./Kirchdorf) für sich, auf den Plätzen folgen Gerrit Lubitz (36:23 min./Road Runners/Buntentor Bremen) und Torsten Naue (36:28 min./LG Bremen-Nord). Bei den Damen siegte Fajka Hofmann (37:02 min./Re-



Immer wieder sind die Darbietungen der Kinderturngruppen von TURA schön anzusehen, so auch beim diesjährigen Gröpelinger Sommer.



Samba-Gruppen feuerten die Läuferinnen und Läufer beim 6. Gröpelinger Citylauf an und sorgten in der Lindenhofstraße für eine ausgelassene, südamerikanische Stimmung.



Entspannung pur bei dem bunten Sportprogramm von TURA auf der Bühne an der Bibliothek. Elisabeth Kazenwadel zeigte mit ihrer Gruppe Qigong-Übungen.

gensburg), es folgten Gabriele Thomas (47:27 min./BLT-TvdB) und Marlen Huckschlag (47:42 min./Bremen-Nord). Auch von TURA liefen eine Reihe von Läuferinnen und Läufer mit. Der TURA-Lauftreff war mit eigenen Trikots dabei.

Am Sonntag präsentierte sich TURA mit einem bunten Sportprogramm auf der Bühne auf dem Bibliotheksplatz. Die Qigong-Gruppe um Elisabeth Kazenwadel bot einen Auszug aus ihrem Trainingsprogramm, die Judoka um Trainerin Katja Leese zeigten Kampfsport vom Feinsten, die Kinderturngruppe von Dagmar Röpke trat mit zwei Tänzen auf und Boris Maretzke jonglierte und fuhr auf dem Einrad.

Über beide Tage des „Gröpelinger Sommer“ war TURA mit einem Informationsstand vertreten. Melanie Bullwinkel scharte bei ihrem Aktionsprogramm in der Lindenhofstraße zahlreiche Kinder um sich.

Über das, was an beiden Tagen geboten wurde, fanden die Festbesucher ausschließlich positive Worte: eine gelungene Veranstaltung!

Herzlichen Dank an die Helferinnen, Helfer und Mitwirkenden von TURA!

Gröpelinger Sommer



Ein wichtiger Teil der Öffentlichkeitsarbeit : Am TURA-Informationsstand war immer etwas los. Die Vereinszeitung wird dabei auch von Nichtmitgliedern gern mitgenommen.



Katja Leese und Fredi Jeschke stellten mit einer Gruppe von Nachwuchssportlern Judo vom Feinsten auf der Bühne beim „Gröpelinger Sommer“ kompetent und unterhaltsam vor.

Herzlichen Dank an alle Helferinnen und Helfer beim Citylauf und „Gröpelinger Sommer“ :

Belkassam Hamma, Aljoscha Seiler, Jennifer Nelson, Sandra Nelson, Sidek Ertekin, Kevin Amann, Andreas Becker, Alexander Kruse, Timo Hillebrand, Helmut Becker, Stefan Berger, Christian Janssen, Youness Arib, Ole Ackermann, Horst Bänsch, Juliane Gans, Rolf Latt, Hanna Sawallis, Ina Schäfer, Gerd Schweizer, Monique Bonanni, Anneli Kofalck, Annett Hartwig, Evelyn Sandvoss, Marion Keller, Jochen Apelt, Heike und Klaus Kremling, Gisela und Dieter Witkowski, Monika Hattenhauer, Dirk Bierfischer, Marion Schwarz, Jonny Kähler, Tilman Gothner, Elisabeth Kazenwadel, Dagmar Röpke, Melanie Bullwinkel, Boris Maretzke, Katja Leese, Frank Witt, Hartmut Wiedemeyer, Rudolf Frerichs, Dr. Frank Möster sowie Karoline und Ekkehard Lentz.

Die Adresse und Telefonnummer die jeder kennen sollte!!

Generalagentur Manfred Ehltling

Waller Ring 77 · 28219 Bremen

Telefon 0421/399 39 20

e-Mail Manfred.Ehltling@victoria.de

Besteuerung der Altersvorsorge !

Nur wer jetzt handelt, spart Steuern !!!

Letzte Chance 2004 !

Altersvorsorgung ist wichtiger denn je - treffen Sie jetzt auch schon Vorsorge für Ihre Kinder oder Enkelkinder.

Beratung und Betreuung – alles aus einer Hand

Bremer Schützengilde feierte ihr 100-jähriges Bestehen

1904 gründeten elf Mitglieder im Café Mattfeld die Bremer Schützengilde, und nur zwei Jahre später feierten rund 40 000 Menschen das



Jens Ehmcke belegte im Wettbewerb Kleinkaliber-Sportpistole den ersten Platz.

erste Schützenfest des Traditionsvereins. Anlässlich des 100-jährigen Bestehens strömten viele Gäste vom 9. bis 11. Juli zum Gelände der Bremer Schützengilde an der Bromberger Straße. Bei dem Empfang für geladene Gäste und Mitglieder vertraten Präsident Dirk Bierfischer, Schatzmeister Günter Jörgens und Mitarbeiterin Karoline Lentz die TURA-Farben. Neben Bürgermeister Henning Scherf, Ingelore Rosenkötter, Präsidentin des Landessportbundes Bremen, und Sportamtsleiter Dr. Ulrich Mix gratulierte Dirk Bierfischer zum Jubiläum und hob die guten nachbarschaftlichen Beziehungen hervor. „Des Öfteren fliegen die Fußbälle über den Zaun auf das Gelände der Schützengilde; diese werden von den Sportschützen

nicht zerschossen, sondern nehmen unversehrt den Weg zurück auf den Fußballplatz.“

Das Spielleute-Orchester von TURA trat beim Frühschoppen mit flotten Rhythmen auf. Mitglieder von TURA wurden auch geehrt für ihre sportlichen Leistungen. Jens Ehmcke belegte im Wettbewerb Kleinkaliber-Sportpistole den ersten Platz. Bei TURA ist er begeisterter Volleyballer, besucht das Fitnessstudio und tanzt gemeinsam mit seiner Frau Brigitte im Vereinszentrum.



Präsident Dirk Bierfischer und Schatzmeister Günter Jörgens gratulierten dem ersten Vorsitzenden der Bremer Schützengilde, Walter Reinhardt, herzlich zum 100-jährigen Bestehen.

Norbert Holzappel, Sohn von Horst Holzappel, und im Stadtteil bekannt als Feuerwerker, wurde zum wiederholten Male Vizekönig der Bremer Schützengilde (weitere Erfolge: 1990 und 1994 Vizekönig, 2001 Schützenkönig).

BAU- UND KUNSTGLASEREI

Glasmeister **F. Buchholz**

(0421) 616 22 66

REPARATUR-
NEUVERGLASUNG

GLAS BUCHHOLZ

Inhaber Thorsten Buchholz

Gröpelinger Heerstraße 377

Telefon 6 16 22 66

Fax 61 32 29

E-Mail glasbuchholz@t-online.de

**ISOLIERGLAS und SPIEGEL
SCHALL- und WÄRMESCHUTZGLAS
REPARATURVERGLASUNG**

**SCHLEIFARBEITEN
BILDERRAHMUNG
BLEIVERGLASUNG**

TURA feiert 110-jähriges Bestehen

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Freundinnen und Freunde!

Der Turn- und Rasensportverein (TURA) feiert sein 110-jähriges Jubiläum. Dieses Ereignis wird am Samstag, 11. September 2004, bei dem „Tag der offenen Tür“ gewürdigt, der von 14 bis 18 Uhr rund um das Vereinszentrum an der Lissaer Straße stattfindet.

Die Vereinsgeschichte wird dabei in Form eines unterhaltsamen Theaterstücks, geschrieben von Christine Renken, dargestellt und er-

gänzt durch sportliche Einlagen einiger Abteilungen von TURA.

Wir laden Sie und Euch sehr herzlich zu dieser - mit großem Engagement vorbereiteten - Jubiläumsveranstaltung ein und würden uns freuen, Sie und Euch am 11. September begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen

Dirk Bierfischer
(Präsident)

Ekkehard Lentz
(Vizepräsident)

Erster TURA Inliner-Lauf für Kinder

Trotz wenig einladendem Wetter fanden sich Kinder zwischen acht und 13 Jahren zu der ersten Inliner-Tour von TURA am 3. Juli ein. Start und Ziel für die acht Kilometer lange Strecke war der TURA -Pavillon am Waller Feldmarksee. Der Wendepunkt lag auf der Hälfte der Strecke in der Nähe des Hofes Bavendamm, an



Schwungvoll starteten die Teilnehmer zur ersten Inliner-Tour von TURA.

dem es Getränke und Müsliriegel gab. Acht Helfer aus der Taekwondo-Abteilung sicherten - ausgestattet mit Westen von „Happy Skater“ - den Lauf ab. Nach 1,5 Stunden hatten alle Kids, die natürlich entsprechende Schutzausrüstung (Knie, Ellenbogen, Handgelenke) trugen, das Ziel erreicht. Nach einer erneuten Stärkung im Ziel gab es für alle Kinder eine Teilnehmer-Urkunde sowie kleine Preise.

Die verantwortlichen Organisatoren Melanie Bullwinkel (Jugendabteilung) und Roland Klein (Taekwondo) waren sehr zufrieden mit der Veranstaltung und versprachen den Kindern und deren Eltern eine Neuaufgabe im kommenden Jahr bei hoffentlich sommerlichem Wetter.

Hinweis:

TURA bietet in Kürze einen Inliner-Anfängerkurs (auch für Erwachsene) an. Weitere Informationen erhalten Interessierte in der TURA-Geschäftsstelle, Telefon 613410.

W. Cwiertnia

Tabakwaren
Zeitschriften

LINDENHOFSTR. 2A • Telefon 61 23 16



Gröpelingen lohnt sich – jetzt auch mit eigener Kundenkarte

Unter dem Motto „Gröpelingen lohnt sich“ beteiligen sich über dreißig Unternehmen an dem neuen Projekt „Gröpelinger Karte“. TURA ist auch mit dabei. Die Verbraucher erkennen auf einen Blick welche Vorteile sie direkt vor der Haustür haben. Die einmalige Investition von fünf Euro ermöglicht es den Kunden, individuelle Rabattangebote zu nutzen. Das gilt ebenso für den Einkauf in Gröpelinger Geschäften als auch für Dienstleistungsangebote, Restaurant- und Veranstaltungsbesuche, Kurse und Stadtführungen. Alle beteiligten Unternehmen mit ihren individuellen Rabattangeboten und weitere Informationen zur Gröpelinger Karte sind im Internet unter www.groepelinger-karte.de ver-



zeichnet. Die erste „Gröpelinger Karte“ ist gültig bis Dezember 2005.

Vom Erlös des Verkaufs der Kundenkarte fließen 70% in das Aktionsprogramm „Wir für Gröpelingen“. Es werden Projekte unterstützt, die allen im Stadtteil zu Gute kommen. Ein kleines Straßenfest oder ein Spielgerät, eine neue Bepflanzung oder ein Kunstprojekt - jede Institution, jeder Verein, jede Gruppe kann mit einer Idee Geld aus dem Erlös der Gröpelinger Karte für die eigene Initiative bekommen. Eine unparteiische Jury wird die Gelder vergeben.

Das Projekt „Gröpelinger Karte“ zeigt beispielhaft, wie verschiedene Kräfte gemeinsam positive Veränderungen für den Stadtteil erwirken können.

Kunst im Treppenhaus: Kerstin Flathmann stellt aus

„Kunst im Treppenhaus“ findet zum elften Mal im DRK-Haus in der Wachmannstraße statt. Das triste Treppenhaus ist allerdings schnell vergessen, denn die Fotografien, die Kerstin Flathmann, Übungsleiterin bei TURA, hier ausstellt, lassen den Betrachter in ganz andere Welten abtauchen. Die Bildserie „Straße, Stätte der Begegnungen“ zeigt Menschen auf der Straße in ganz verschiedenen Situationen. Schwerpunkt der Fotografien bildet das einfache Leben auf der Straße. Obdachlose, Straßenkinder und Stra-

ßenverkäufer werden porträtiert oder in ihrem Umfeld gezeigt. Die Bilder dieser Serie sind alle in Schwarzweiß gehalten.

Die zweite Bildserie „Landschaften und ihre Ansichten“ zeigt in Farbe sowohl Landschaften als auch kleine Details. Dabei arbeitet Kerstin Flathmann gerne mit farblichen Kontrasten.

Die Ausstellung im Treppenhaus des DRK-Gebäudes, Wachmannstraße 9, ist bis Ende September täglich von 8.30 bis 17 Uhr und freitags von 8.30 bis 15.30 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Teppich

Teppich

Teppich

Reiss

Reiss

Reiss

Teppichboden massenweise ab 2,- €/m²

PVC zu Fabrik-Preisen

Tapeten ab 3,- €/Rolle

Von-Ossietzky-Str. 6 · Bremen-Oslebshausen · Tel. 0421 - 644 10 33

Badminton: TURA-Senioren im Hanse-Pokal-Finale

Die Badminton-Seniorenmannschaft von TURA erreichte am 5. Juni das Finale des Hanse-Pokals in der Halle Scheve-moor und verlor gegen den TV Oberneuland mit 1:7. Im Halbfinale hatte TURA sich nach einem 4:4-Unentschieden gegen BTS Neustadt III nach Satzwertung mit 10:9 behauptet.



Mit neuen Trikots starten die Badmintonspieler in die Saison. Sandra Drewes führt es für die Leser von „TURA aktuell“ schon einmal vor. Gesponsert hat die Sportkleidung die Gaststätte „Zum TURANER“. Der Treffpunkt im Vereinszentrum hält nach den Sommerferien wieder eine Speisekarte mit leckeren Gerichten bereit. Schaut doch mal rein!



Ihre feine Adresse im Bremer Westen



Kaufpreis ab 159.000 €
Provisionsfrei - direkt vom Bauträger!

In beliebter, ruhiger Lage erstellen wir attraktive Eigenheime in unterschiedlichen Varianten und Größen.

Überzeugen Sie sich selbst und besuchen Sie unser Musterhaus:

Dienstag bis Samstag 14-18 Uhr
und Sonntag 11-18 Uhr
(Zufahrt über Waller Heerstraße 204)

Gebr. Rausch **WOHNBAU** GmbH & Co. KG

Rembertiring 26 A · 28195 Bremen · Telefon 0421 - 32 00 13 · www.rausch-wohnbau.de



Tanzen, neues Schnupperangebot bei TURA

TURA bietet ab 12. September Tanzen jeweils sonntags zwischen 17.30 und 18.30 Uhr in seinem Vereinszentrum, Lissaer Straße, an. Das „Schnupperangebot“ richtet sich speziell an Anfänger. Auch können erste Grundkenntnisse aufgefrischt werden. Im Vordergrund stehen Spaß und Bewegung mit speziellen Angeboten in Standard und Latein wie Walzer, Foxtrott, Dicofox, Jive, Cha-Cha-Cha, Rumba, und Tango. Die Möglichkeit, die gewonnenen Fähigkeiten danach zu erweitern besteht durch die spätere Teilnahme an einem festen Tanzkreis. Nähere Informationen unter Telefon 61 34 10 in der TURA-Geschäftsstelle.

Trauer um Albert Schweigert

Albert Schweigert starb am 12. Juni im Alter von 65 Jahren. 1974 holte er als Kämpfer für den PSV Bremen den Titel als deutscher Meister im Leichtgewicht. Noch nie zuvor hatte jemand in dieser Gewichtsklasse mit 35 Jahren alle anderen geschlagen. Ein Jahr später verteidigte Albert Schweigert seinen Titel. 1977 startete er für TURA. Erst im Finale unterlag er gegen René Weller, mit dem er jahrzehntelang befreundet war ebenso wie mit TURAs Abteilungsleiter Herwig Claußen und Heiko Förster, der für TURA über 130 Kämpfe bestritt. Unser Mitgefühl gehört der Familie von Albert.



Bei der Trauerfeier für Albert Schweigert trafen sich Herwig Claußen (Mitte), René Weller (links) und Heiko Förster, die am 11. September in einem Oldie-Boxkampf im Ring stehen.

Sieg für Florian Nickel in Marßel

Box-Größkampftag herrschte am 26. Juni bei der SG Marßel in der Halle an der Stader Landstraße: Vor 150 Zuschauern hatte im ersten Kampf der Marßeler Schüler Alexander Mentow im Papiergewicht (bis 36 Kilogramm) gegen den TURA-Boxer Florian Nickel keine Chance und gab nach der ersten Runde auf. Olaf Helscher (TURA) fungierte bei der Box-Veranstaltung als Ringrichter und Werner Nowak (TURA) war als Zeitnehmer aktiv.



Florian Nickel (TURA) gewann in der ersten Runde durch RSC gegen Alexander Mentow (Marßel), rechts: Ringrichter Olaf Helscher.

Wann trainieren die TURA-Boxer?

Die TURA-Boxer trainieren montags, mittwochs und freitags zwischen 18 und 20 Uhr in der Schule am Halmerweg. Interessierte Neueinsteiger, vor allem Jugendliche, sind herzlich eingeladen. Auch Frauen können mitmachen. Abteilungsleiter Herwig Claußen ist telefonisch unter 39 33 69 zu erreichen.


BOXEN

TURA-Boxer in Bayern

Hervorragenden Boxsport erlebten die Zuschauer in einem Festzelt in Diessen am Ammersee. Florian Nickel sollte als einziger Turner für den BC Verden am ersten Augustwochenende in Oberbayern starten. Sein Kampf in der Jugendklasse der traditionellen und immer gut besuchten Boxveranstaltung des TSV Peißenberg fiel jedoch wegen Krankheit seines vorgesehenen Gegners aus. Florian Nickel, Jutta und Herwig Claußen wurden jedoch mit einer Tagesfahrt durch das Allgäu mit Klosterbesichtigung und anschließender Bootsfahrt „entschädigt“. Im Mannschaftsergebnis unterlag der BC Verden mit 9:11 Punkten.



Sein vorgesehenener Gegner konnte nicht antreten: Florian Nickel im Festzelt in Diessen am Ammersee.

Neu! Das  FinanzKonzept. Mein Plan für morgen.



++ Termin gemacht ++
Beratungsgespräch geführt ++
90 Minuten gut unterhalten ++
Plan aufgestellt ++ tschüss gesagt ++
ein gutes Gefühl ++

Die Sparkasse **Bremen** 
Finanzdienstleistung

Wenn Sie heute schon wissen wollen, wie Sie Ihre Ziele von morgen erreichen können, vereinbaren Sie doch einfach einen Gesprächstermin. Das Einzige, was Sie mitbringen sollten, ist etwas Zeit. Und dann erstellen Sie gemeinsam mit Ihrem persönlichen Berater Ihr eigenes Finanzkonzept. Rufen Sie uns an. 0421 179-2277. www.sparkasse-bremen.de

Deutscher Kickbox-Meister neues Mitglied bei TURA

Cenk Cenberci verstärkt seit kurzem die Boxabteilung von TURA. Der 1973 in der Türkei geborene Sportler kann auf etliche Erfolge zurückblicken. Im Jahr 2000 wurde er deutscher Meister im Kickboxen. Zu der Zeit leitete er die Integrationsgruppe des Landesportbundes für diese Sportart. Im gleichen Jahr wechselte er in die Boxabteilung der SV Hemelingen und brachte es bis zum nordwestdeutschen Meister im Halbschwergewicht (bis 75



Cenk Cenberci verstärkt die Boxabteilung von TURA.

Kilogramm). Als Ligakämpfer bestritt er beim VfL Wolfsburg-Wolfenbüttel einige Kämpfe, musste aber wegen eines Bandscheibenvorfalles den aktiven Sport beenden. Durch seinen Umzug nach Bremen-Nord und aufgrund seiner Freundschaft zu Trainer Georg Surm führte der Weg von Cenk Cenberci jetzt zu TURA. Er hat sich gesundheitlich erholt und kann wieder am Training teilnehmen - eine Bereicherung für die Abteilung.

Boxvereine: Stärkere Zusammenarbeit angestrebt

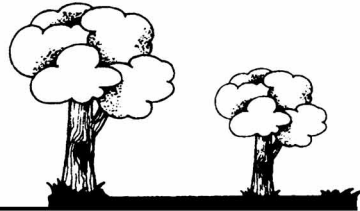


Ralf Carus, Herwig Claußen und Reinhard-Michael Lorenz (von links) vereinbarten eine stärkere Zusammenarbeit von verschiedenen Boxvereinen.

Die Arbeit an einem Konzept für künftige gemeinsame Kleinringveranstaltungen und Überlegungen für eine stärkere Zusammenarbeit von verschiedenen Vereinen standen im Mittelpunkt eines Gesprächs von Boxverantwortlichen. Auf Einladung von Ralf Carus, ehemaliger Spitzenboxer von TURA und heute Trainer und Abteilungsleiter beim TV Jahn Delmenhorst, trafen sich kürzlich Klaus-Dieter Feldmann und Rüdiger Förster vom Boxing 46 Kirchweyhe, Reinhard-Michael Lorenz (Polizei SV) und TURA-Coach Herwig Claußen. Sie vereinbarten, sich gegenseitig mit aktiven Boxern und Kampfrichtern unentgeltlich zu unterstützen. Künftig wollen sie mehrmals im Jahr gemeinsame Veranstaltungen für Nachwuchsfaustkämpfer aus der Region durchführen.

Garten- und Landschaftsbau

HIRSCHHAUSEN



Neuanlagen und Gestaltung · Holz- und Zaunbau · Teichbau · Baum-
u. Heckenschnitt · Rasen- und Anlagenpflege · Fertigrasenneuanlagen
Naturstein- und Pflasterarbeiten · Dach- und Fassadenbegrünung

Heuberg 8 · 27628 Wulsbüttel
Tel. 04746 - 722 42 · Fax 04746 - 322 · Auto 0171 - 41 66 500

Erste Herren gewann vereinsinternes Turnier

Am 26. Juni fand auf der Bezirkssportanlage das vereinsinterne Fußball-Turnier in zwei Gruppen mit je vier Teams statt. Erwartungsgemäß setzte sich die erste Herrenmannschaft vor den zweiten Herren durch. Ein Betreuer team

belegte den dritten Platz vor den dritten Herren, der zweiten Alten Herren, der ersten Alten Herren und der Damenmannschaft, die in der Endrunde das vierte Herrenteam mit 5:3 nach Elfmeterschießen bezwang.

Mahndorf und Polizei gewannen Mädchen- und Damenturnier

Bereits zum siebten Mal ertönte am 3. Juli der Anpfiff zum gemeinsamen Mädchen- und Damenturnier von TURA. Ab und zu musste zwar der Regenschirm aufgespannt werden. Das aber trübte die gute Stimmung nicht. Die Teams lieferten sich spannende Spiele und am Ende setzte sich der Polizei SV bei den Frauen gleich zweimal durch. TURA belegte unter 13 Mannschaften die Plätze vier und fünf. Bei den Mädchen siegte FC Mahndorf vor BTS Neustadt. Hier wurde TURA Siebter. Jede Mannschaft erhielt einen Pokal. Gespielt wurde auf Kleinfeldern der Bezirkssportanlage Gropelingen.



Die Damenmannschaften von TURA und Westwacht Aachen stellten sich gemeinsam zum Foto. Bei Aachen spielt die Turanerin Juliane Jeschke (mittlere Reihe, Dritte von links).

TURAnerinnen in Frauenauswahl erfolgreich

Die U-18-Frauenauswahl des Bremer Fußballverbandes kann mit ihrem Abschneiden bei den Turnieren auf norddeutscher und deutscher Ebene mehr als zufrieden sein: Beim Turnier in Malente glänzten die Spielerinnen von der Weser und belegten den zweiten Rang. Schleswig-Holstein besiegte Bremen im Endspiel mit 2:0

Toren. Von TURA trugen Julia Stolle und Sandra Kettler das BFV-Trikot. Beim DFB-Treff in Duisburg erreichte das Bremer Team von Trainerin Pia Heinrichs den neunten Platz. Daniela Bräuer und Julia Stolle liefen als Spielerinnen auf. Uschi Bräuer betreute die Mannschaft während der Turniere.



Mit uns fahren Sie immer richtig!

Fahrschule **Schinkel GmbH**

Halmerweg 68 · 28239 Bremen
Telefon 6 16 42 12

Kl. A, B + BE - Opel / Golf + Yamaha Virago + Diversion

Öffnungszeiten: Mo. + Mi. 17.30 Uhr - 19.30 Uhr
Di. + Do. 16.30 Uhr - 19.30 Uhr
Theor. Unterricht: Mo. + Mi. 19.30 Uhr - 21.00 Uhr

Dritter Platz für E-Jugend bei TS Woltmershausen

„TURA rettet die Bremer Ehre“, hieß die Überschrift im „Stadteilkurier“ vom 17. Juni. Die erste Fußball-E-Jugend von TURA bezwang beim Turnier des TS Woltmershausen auf der Hanseatenkampfbahn im kleinen Finale um Platz drei die Mannschaft den TuS Sudweyhe mit 2:0 und konnte sich über einen schönen Pokal und Medaillen für jeden Spieler freuen. Nach den Gruppenspielen lag TURA hinter dem punktgleichen Gruppensieger und späterem Turniersieger Hoisbütteler

SV, der mit 1:0 bezwungen wurde, auf Platz zwei. Im Halbfinale hatte die Mannschaft Pech. Nach einem 1:1 nach regulärer Spielzeit gegen den Düneberger SV (Hamburg) musste das Siebenmeterschießen entscheiden - TURA hatte mit 2:3 das Nachsehen.

TURA-Trainer bei Pokalfeier



Klaus Kremling (links), Jugendfußballtrainer bei TURA und Organisator zahlreicher Nachwuchsturniere, konnte an der Feier nach dem Pokalsieg von Werder Bremen am 30. Mai im Rathaus teilnehmen. Dabei kam es auch zu einer kurzen Begegnung mit Sportdirektor Klaus Allofs.

Zweite F-Jugend Meister

Große Freude bei der zweiten F-Jugend von TURA. Die Mannschaft von Trainer André Zeiger und Betreuer Uwe Bückmann wurde nach der Bremer Vizemeisterschaft in der Halle nun Meister in der Staffel 1. Trainer und Betreuer bedanken sich auch an dieser Stelle für die hervorragende Unterstützung durch die Eltern während der gesamten Saison.



Bilder statt Pixel

Wir machen schöne
Bilder* von Ihren
digitalen Aufnahmen

*Auf original Foto-Papier

digiPhoto® world

FOTO STUDIO
PENZ GMBH

Gröpelinger Heerstr. 172, 28237 Bremen
Tel. 0421 / 612112

www.foto-penz.de
e-Mail: labor@foto-penz.de

Vierte Herrenmannschaft verpasste knapp den Aufstieg in die Kreisliga C

Nach einer guten Hinrunde mit neun Siegen, zwei Niederlagen und zwei Unentschieden

Zur Winterpause äußerten sich die Trainer Horst Tilwikas und Andreas Kramer noch sehr optimistisch, das Ziel (Kreisliga C) zu erreichen.



Zum Kader der vierten Herren gehörten: Trainer Horst Tilwikas, Roland Lenzewski, Yildiray Kalayci, Ingo Veit, Michael Heumann, Burak Dogan, Ingo Gastel, Erhan Sevinc, Mesut Simsek und Betreuer Jürgen Meyer (stehend von links) sowie Trainer Andreas Kramer, Dennis Hasche, Andreas Tiwikas, Manuel Bittner, Manfred Gehre, Dirk Heumann (knieend von links). Es fehlen: Marcus Fahrenheit, André Krüger, Senay Özdemir und Hakan Ünal.

lag die vierte Herren auf einem aussichtsreichen Aufstiegsplatz in der ersten Kreisklasse.

Mitte der Rückrunde sorgten jedoch einige unnötige Niederlagen für einen Rückschlag. Außerdem fehlte der Stammtorwart die letzten sechs Spiele durch Verletzung. Sein Platz musste von einem Feldspieler eingenommen werden. Für die nächste Saison hat sich die Mannschaft erneut vorgenommen, vorne mitzuspielen. Die Neuzugänge Patrick Mehrrens, Nico Heumann, Florian Donatiello, Andre Renken Manuel Röder (alle TURA-Jugend) sowie Christian Kludt und André Habeth verstärken das Team. Die Mannschaft haben verlassen: Trainer Andreas Kramer, Dirk Heumann, Michael Heumann (alle zu SGO), André Krüger (2.Flerren TURA), Ingo Veit (Alte Herren von TURA)

Manuel Bittner hat die Schuhe an den berühmten Nagel gehängt. Andreas Tiwikas zog beruflich nach Stuttgart und Dennis Hasche nach Berlin.

TURAs dritte C-Jugend Vizemeister



Jubel bei Trainer Marco Poppe (vorne rechts) und seinem Team über die Vizemeisterschaft von TURAs dritter C-Jugend.

Einen schönen Erfolg erreichten die Nachwuchskicker der dritten C-Jugend von TURA mit der Vizemeisterschaft der Saison 2003/04. Nach anfänglichen Schwierigkeiten in der Hinrunde gelang es TURA, die Rückrunde ohne Niederla-

ge und Punktverlust zu bestreiten und somit den Aufstieg in die Staffel 3 zu sichern.

Das Team von Trainer Marco Poppe und Co-Trainer Belkacem Hama belegte in der Endabrechnung hinter TuS Walle 1 den zweiten Platz mit einem Torverhältnis von 79:52. Zwölf gewonnenen Spielen standen lediglich vier Niederlagen gegenüber. Philipp Meyer, Yasin Tekeli, Efdal Yigitoglu, Arash Solki, Ibrahim Neton, Jonas Quickstern, Orcun Senal Hama, Ömer Bayrak, Ziwar Sado, Hamza Mahfondhi, Phil Wagnenfeld, Stephan Kammel, Björn Pope und Torhüter Ilkay Ayaz gehörten der erfolgreichen Mannschaft an.

„Dieses sehr gute Ergebnis und das Erreichen des Finales der Hallenpunktrunde erlang meine Mannschaft durch Disziplin, Einsatz, Ehrgeiz und Spaß am Spiel“, bilanzierte Marco Poppe, der in der neuen Spielzeit erneut das Training der dritten C-Jugend übernommen hat.

TURAs erste E-Jugend Zweiter im Pokal

Auf eine insgesamt erfolgreiche Saison durch eine geschlossene Mannschaftsleistung



Packende Torszenen boten Werder und TURA im Pokalendspiel der ersten E-Jugend zahlreichen Zuschauern auf dem „Jugendplatz“ der Bezirkssportanlage. TURA verlor trotz guter Leistung mit 1:4 Toren.

Nachwuchskicker zu einer stabilen Einheit zusammen: 12 Siege, 2 Unentschieden und nur vier Niederlagen lautet die Saisonbilanz. In der Hallensaison belegte die erste E-Jugend einen guten vierten Platz hinter Werder, Huchting und OT.



TURAs erste E-Jugend hat eine erfolgreiche Saison 2003/2004 abgeschlossen: Marco Kuschel, Dominic Donatiello, Emre Saylam, Ilyas Baycumann, Trainer Frank Seidler, stehend von links) sowie Nils Westphal, Pascal Meyer, Hasan Yakan, Mutlu und Mert Köseoglu, Volkan Arslan und Elyesa Keskin (hockend).

kann die erste Fußball-E-Jugend von TURA zurückblicken. Auf dem Feld wurde sogar das Pokalendspiel erreicht. Trotz einer guten Leistung reichte es auf der Bezirkssportanlage an der Lissaer Straße jedoch nicht gegen den hohen Favoriten Werder. Individuelle Fehler wurden sofort bestraft. TURA lag Anfang der zweiten Hälfte bereits mit 0:3 Toren hinten. Nach dem Anschlusstreffer des Turaners Volkan Arslan wackelte die gegnerische Abwehr beträchtlich. Nach einem Pfostenschuss vergaben die Gröpelinger aber einige vielversprechende Chancen. Mitten in dieser Drangperiode gelang Werder ein Konter zu seinem 4:1-Pokalsieg.

TURA-Kapitän Dominic Donatiello erhielt für sein Team den Pokal für den zweiten Platz. Nach dem Endspiel feierte TURA. Trainer Frank Seidler bedankte sich bei den Kindern und Eltern für das gute Miteinander. Nach anfänglichen Schwierigkeiten in der Punktrunde fanden die

Schon gehört,

dass der 'Teamsportausrüster für TURA-Bremen', Günter Hermann, am 29. September in Osterholz Scharmbeck in der Osterholzer Straße 1 einen weiteren SPORT-SHOP eröffnen wird.

Die Redaktion von *TURA-aktuell* wünscht viel Erfolg und gutes Gelingen.

Schiedsrichterprüfung bestanden

Die Schiedsrichtergilde arbeitet sehr gut bei TURA. Horst Holzapfel und Ranko Djoric leisten hervorragende Arbeit. Auf dem letzten Schiedsrichter-Lehrgang beim Bremer Fußballverband haben folgende Teilnehmer von TURA die Prüfungen bestanden und werden in der folgenden Saison vom Schiedsrichter-Ausschuss angesetzt: Kenny Tom Addix, Marcel Dybek, Mehmet Egi-

sok, Sinan Eszam, Timo Mehrstens, Dön Numan, Darius Redmerski, Mark-Patrick Tietjen, Max Zank und Oliver Blecke. Die Gesamtzahl der von TURA gemeldeten Schiedsrichter beim Bremer Fußballverband hat sich auf 27 Teilnehmer erhöht. Damit ist das Soll des Bremer Fußball-Verbandes mehr als erfüllt (+7).

Aufstieg für TURA-Schiedsrichter

In der neuen Saison sind bewährte Schiedsrichter von TURA für höhere Aufgaben vorgesehen: Michael Djoric als Assistent in der A-Junioren-Bundesliga bei Thomas Gorniak und als Schiedsrichter in der Verbands- und Landesliga Bremen; André Prieser als Schiedsrichter in der Kreisliga C bis Bezirksliga; Armen Baltadjan und Mustafa Yakac als Assistenten in der Verbandsliga- und Landesliga Bremen bei Uwe Otten und

als Schiedsrichter in der Verbandsliga Bremen der A- und B- Junioren sowie Youness Arib als Assistent in der Verbandsliga Bremen bei Gerd Siebrecht.

„Die regelmäßige Teilnahme an den monatlichen Lehrabenden und die guten Leistungen auf dem Platz haben zu diesem Aufstieg geführt“, erklärt stolz der Schiedsrichterobmann von TURA, Horst Holzapfel.

Zweite Herren von TURA Aufsteiger in die Bezirksliga

Der zweiten Herrenmannschaft von TURA gelang nach zehn Jahren in der Kreisliga A der Aufstieg in die Bezirksliga. Das seit zwei Jahren erfolgreiche Trainer-Team Gunnar Thölken und Stefan Schaade geht jedoch mit gemischten Gefühlen in die neue Saison. Wichtige Spielerabgänge sind zu verkräften. Gleich fünf Stammspieler, Axel Elsner, Tuncay Koc, Daniel Müller, Marius Ostwald und Tobis Döring wechselten in die 1. Herren von TURA. Mit Christian Durlach (VFL 07), Volker Schütz (Karriereende) und Sadmir Okanovic (Ziel unbekannt) verließen weitere Spieler das erfolgreiche Aufstiegssteam. Die neue Mannschaft muss sich erst einmal finden, um das erklärte Ziel Klassenerhalt zu erreichen.

Die Testspiele gaben jedoch Grund zum Optimismus: Die Sportwoche von Eintracht Aumund konnte mit einem dritten Platz abgeschlossen werden. Im letzten Gruppenspiel gegen die ersten Herren von SGO hatten die Turaner beim 2:2-Unentschieden den Sieg vor Augen. Das neue Sturm-Duo Kai Peterßen und Yves Adi traf jedoch nur je einmal und ließ weitere hochkarätige Chancen ungenutzt. Im kleinen Finale gegen Schwachhausens 1. Herren dominierte Tura und ging schnell mit 3:0 Toren in Führung. Kai Peterßen, Yves Adi und Patrik Jarusch hießen Torschützen Schwachhausen



Bezirksliga-Aufsteiger TURA 2. Herren: Trainer Gunnar Thölken, Co-Trainer Stefan Schaade, Yves Adi, Michael Rust, Ersin Bayramcavus, Kai Peterßen, Arek Bzdzion, Timur Özbek, Christopher Göllner (obere Reihe von links), Senol Özdemir, Kivanc Gökce, Andre Krüger, Knuth Meyer, Sultan Al-Zein, Uwe Piehl und Patrik Jarusch (untere Reihe von links). Es fehlen: Andreas Blümig, Dennis Bruns, Nils Jensen, Andre Prieser, Idris Sahantürk und Alexander Squire.

konnte noch zum Endstand von 3:1 verkürzen. Urlaubsbedingt stand in Aumund jedes Spiel eine andere Mannschaft auf dem Feld. Spieler aus anderen TURA-Teams halfen aus. Besonders Dominique Bonanni aus der 1.A-Jugend zeichnete sich aus und zählte zu den Torschützen.



Alljährlich treffen sich im Sommer vier verdiente Fußballer bei Heini Träbing (links) in Ristedt. Hugo Bier (rechts), langjähriger Spieler der ersten Herren von TURA und der Bremer Amateurauswahl ab 1949, legte mit seiner Frau Reni, die er bei TURA kennen lernte, einen Zwischenstopp in Bremen ein. Mit dabei: Ernst Blanke (Zweiter von links) und Horst Holzapfel.

Sommerferien- programm



Andreas Westphal leitete engagiert das Fußball-Programm in den Sommerferien und vermittelte den Gästen Ballgefühl. Der Jugendtrainer hat bei TURA die Aufgabe des „WM-Beauftragten“ übernommen, das heißt er ist Ansprechpartner für den Wettbewerb „Klub 2006“.

Nachwuchsfußballspieler im DFB-Feriencamp

Sechzehn Nachwuchsfußballspieler aus dem E- sowie D-Jugend-Bereich nahmen mit den Betreuern André Zeiger und Peter Schwarz für eine Woche am DFB-Feriencamp in Schönhangen an der Ostsee teil.

Die Freizeit mit einem tollen Rahmenprogramm wurde von der Egidius-Braun-Stiftung des DFB finanziert, die TURA damit neben anderen Vereinen für seine gute Jugendarbeit auszeichnete.

G-Jugend sucht Verstärkung

Das Trainerteam lädt Mädchen und Jungen im Alter von vier und fünf Jahren herzlich ein, beim Training jeweils am Dienstag und Donnerstag von 16 bis 17 Uhr auf dem Fußball-Jugendplatz mitzumachen.

Wir fahren nach Berlin

Peter Penner feiert am 10. September seinen 60. Geburtstag und hat dazu alle Spieler der ehemaligen 5. Herren nach Berlin eingeladen.

Peter Penner, seit dem 1. Januar 1951 Mitglied bei TURA, zeichnete sich in der Jugend als talentierter Fußballer aus. So konnte ihn sein Trainer in der A-Jugend, Horst Holzapfel, dem

Trainer der ersten Herren, Erwin Mill, empfehlen. Peter Penner, immer für einen Spaß gut, spielte noch einige Jahre in der 5. Herren bei Helmut Sauer, bis er sich arbeitsmäßig nach Berlin veränderte. Er blieb aber immer in Kontakt mit TURA und seinen früheren Kameraden der 5. Herren.

KOPIERER, FAX...

OKI
RICOH

☎ 0421-

378460

HANDELSKONTOR
SUHREN
Digitale Kopierlösungen

Neue Herzsport-Übungsleiterin bei TURA

Kornelia Löffler-Rosa hat im Juni ihre Ausbildung zur Übungsleiterin Sport in der Rehabilitation mit dem Profil „Herzsport“ erfolgreich abgeschlossen. Die gelernte Krankenschwester war bei TURA bisher als Trainerin im Sportstudio tätig. Künftig unterstützt sie die Herzsport-Übungsleiterinnen Sabine Braun und Brigitte Honnens.

Kornelia Löffler-Rosa unterstützt als neue Herzsport-Übungsleiterin mit Sabine Braun und Brigitte Honnens den Gesundheitssport bei TURA.



Studiogruppe Männer 50plus auf Radtour

Auch das schlechte Wetter konnte zwanzig eifrige Sportler aus der Studiogruppe „Männer 50plus“ nicht aufhalten. Mit Regenkleidung ausgestattet, starteten sie mit ihren Partnerinnen am 7. Juni vom Vereinszentrum. Der Weg führte sie an den Wümmewiesen vorbei über Dammsiel nach Kuhsiel. Von dort aus ging es in Richtung Universität. Am späten Nachmittag kamen sie in Gröpelingen mit der Gewissheit an, einen schönen Tag gehabt zu haben.



Die Studiogruppe von TURA legte auf einer ausgedehnten Fahrradtour eine Pause in Dammsiel ein.

Neue Fitnessgeräte im Studio

Mit vier neuen Sportgeräten aktualisiert das Studio „Sport plus“ im TURA-Vereinszentrum seinen Fitnesspark. Für den Bereich des unteren Rückens und der Flankenmuskulatur wurde ein 45 Grad - Rückengerät angeschafft. Die Übungen werden im Stand durchgeführt.

Der so genannte Beckenlifter, ein tolles und auf dem Markt neu eingebrachtes Multigerät, ist ebenfalls für den Rücken, für den Beckenbo-

den, den Po und nicht zuletzt für die Beinmuskulatur geeignet. Eine einfache aber sehr wirkungsvolle Maschine für die Beweglichkeit (Rücken, Schulter, Beine) sowie ein neuer „Cross - Stepper“ runden das Studioangebot ab. Die Studionutzer freuen sich über die sinnvolle Ergänzung für die unterschiedlichen Anforderungen und Bedürfnisse.

Studio: Zusätzliche Öffnungszeit am Donnerstag

Seit dem 2. September hat das Studio von TURA wieder in der Zeit von 20 Uhr bis 22 Uhr geöffnet.

Dieser Termin bleibt ausschließlich den Frauen und besonderen Gruppen vorbehalten.

Trainerin der Gruppe „Fitness für Frauen“ ist die Diplom-Psychologin Brigitte Karrasch.

Schon gehört,

dass Kerstin Rohdenburg, Trainerin im Sportstudio, ihre Ausbildung im Bereich „Osteopathie“ bestanden hat. Dazu, und zur Gründung ihrer eigenen Praxis herzlichen Glückwunsch!

immer aktuell: www.tura-bremen.de

Bremer Turnverband und TURA vereinbaren bessere Zusammenarbeit

TURAs Vizepräsident Roland Klein (Sportlicher Leiter) traf sich mit Beate Blanke (Vorsitzende Bildungswerk Bremer Turnverband) und Christian Dirbach (Vizepräsident Öffentlichkeitsarbeit BTV). Schwerpunktmäßig ging es in dem Gespräch um eine noch bessere Zusammenarbeit und die Entwicklung gemeinsamer Projekte. Die Gäste bestätigten, dass TURA im Bereich Gesundheitssport bereits vorbildlich arbeitet. In der näheren Zukunft möchte man die Bewegungsangebote für Kinder und Jugendliche weiter auf- und ausbauen sowie attraktiv und zeitgemäß gestalten.



Beate Blanke (rechts) und Christian Dirbach (links) vom Bremer Turnverband trafen sich mit Roland Klein.

Herzsportler auf Radtour

Am 8. Juli trafen sich die TURA-Herzsportlerinnen und Herzsportler zu ihrer alljährlichen Radtour. Dreißig Aktive und die Übungsleiterinnen Sabine Braun und Brigitte Honnens machten sich auf den Weg nach Dammsiel. Das unbeständige Wetter hatte ein Einsehen mit den Sportlern und ließ sie nach einem schönen gemeinsamen Abend trockenen Fußes nach Hause kommen.



Gute Stimmung herrschte auf der Fahrradtour der Herzsportler. Unser Foto zeigt Holger Nolte, Jürgen Paus, Willi Lautenbach, Ernst Lind, Horst-Dieter Loesche, Manfred Schöttinger und Horst Striegel (von links).

Studiogruppe Männer 50 plus hat noch freie Plätze

Die Studiogruppe unter der Leitung von Sabine Braun nimmt wieder neue Teilnehmer auf. Die Gruppe trainiert immer am Dienstag von 8.45 bis 10.30 Uhr. Wer Interesse hat meldet sich bitte im TURA-Sportstudio Tel. 61 30 41.

TURA: Auszeichnung für Angebote im Gesundheitssport

Zwei weitere gesundheitsfördernde Bewegungsangebote von TURA „Die sanfte Nackenschule“ und „Aktives Rückentraining“ unter der Leitung von Christine Hauer wurden mit den Prädikaten „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ und „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet. Die Qualitätssiegel werden vom Deutschen Turnerbund nur dann vergeben, wenn unter anderem die Übungsleiterin über eine besondere Qualifikation und Ausbildung verfügt. Mit der Tanz- und Bewegungspädagogin und gelernten Kranken-

schwester Christine Hauer hat TURA eine weitere, sehr gut ausgebildete Übungsleiterin gewinnen können. Informationen zu den Gesundheitsangeboten sind in der TURA-Geschäftsstelle, Lissaa Straße 60, Telefon 61 34 10 erhältlich.

Schon gehört, dass TURA regelmäßig einen kostenlosen 'Newsletter' per E-Mail mit den neusten Nachrichten herausgibt. Interessierte fordern ihn unter info@tura-bremen.de an.

Nichts ist unmöglich.  **TOYOTA**

Die Stadt lebt.



Der neue RAV4: jetzt bis zu 2.675,-€ sparen. Aktionsmodelle so lange der Vorrat reicht.

- Als 1,8-l-VVT-i (4x2) mit 92 kW (125 PS)
- Als sportlicher 3-Türer und geräumiger 5-Türer
- CO₂-Emission von 175 bis 224 g/km nach RL 80/1269/EWG
- mit Radio/CD und Metallic-Lackierung
- gegen Aufpreis mit Cobra-Tuning-Paket

JD
POWER REPORT
2004

Sieger der J.D. Power & Associates Kundenzufriedenheitsstudie 2004.*

*mot, Heft 15/2004

Unser Preis

21.500,- €

für den RAV4 5-Türer 1.8 4X2
auch als 3-Türer für 19.900,-€

Aktionsmodelle sind Fahrzeuge
mit Tageszulassung ohne Kilometer.

Autohaus Schneider GmbH
Seewenjestr. 20 • 28237 Bremen-Gröpelingen
Tel. (0421) 611415 • Fax. (0421) 6162902
www.automobileschneider.de
seit 25 Jahren Toyota-Vertragshändler und seit
10/2003 exklusiv für Bremen-Stadt und Bremen-Nord!

Judoka in der Indoor-Erlebniswelt

In den Ferien hatte die Judo-Kampfgruppe wieder viel Spaß auf einem Ausflug. Einen ganzen Tag genossen die Judo-Nachwuchssportler die Indoor-Erlebniswelt ‚Towabu‘ in der Julius-Faucher-Straße direkt am Weserpark. Klettern an der Kletterwand und auf dem Kletterberg, Riesenrutsche, Ballspiele, Trampolin springen, Bullen reiten und vieles mehr ließen den Tag zu einem unvergesslichen Erlebnis werden. Zum Mittag gab es in ‚Toby’s Dschungelbar‘ eine ordentliche Portion Spaghettis.



TURA-Trainer Michael Buhlrich erlebte mit seinen Nachwuchskämpfern Max Schellenberg, Christopher Amann, Torben Reiners, Marcel Jonas, Marco König, Aljosha Seiler, Oliver Hartwig, Saskia Michael, Rebecca Engler, Christopher Nelson, Julian Amann und Trainerin Konstanze Kulwicke (von links) einen interessanten Ferientag in der Indoor-Erlebniswelt ‚Towabu‘.



Die Judoka von TURA traten im Showprogramm des Gröpelinger Sommerfests am 27. Juni auf.

JUDO TURA-Erfolge bei den Landesmeisterschaften

Bei der Landeseinzelmeisterschaft der U 11 am 16. Mai gewann Julian Amann in der Gewichtsklasse bis 35 Kilogramm den ersten Platz. Lena Kruse (- 26 kg), Torben Reiners (- 42 kg) und Julio Shkemi (- 46 kg) belegten jeweils den zweiten Platz und Saskia Michael (- 30 kg), Rebecca Engler (- 24 kg) sowie Thorben Schnitzler (- 42 kg) dritte Plätze. Vanessa Schmitz (- 33 kg), Sascha Mindermann (- 32 kg), Nils Kühn (-

29 kg), Paul Lohmann (- 32 kg), Jarmo Schäfer (- 29 kg), Isabell Busemann (- 44 kg) und Yannik van den Wijngaert (- 26 kg) konnten sich trotz guter Leistungen nicht unter den ersten drei platzieren.

Parallel zu den Landeseinzelmeisterschaften U11 fand die Mannschaftsmeisterschaft der U15 männlich statt. Die Jungen von TURA erkämpften sich trotz Unterbesetzung den dritten Platz.

Vorname	Nachname	Geburtstag	Kyu	Gewicht	Platzierung
Yannick	Van Den Wijngaert	22.11.1996	8	26	teilgenommen
Nils	Kühn	25.09.1996	8	29	teilgenommen
Jarmo	Schäfer	24.06.1996	8	32	teilgenommen
Paul	Lohmann	06.05.1996	8	29	teilgenommen
Vanessa	Schmitz	09.02.1996	8	33	teilgenommen
Sascha	Mindermann	22.12.1995	8	32	teilgenommen
Lena	Kruse	23.06.1995	7	26	2. Platz
Saskia	Michael	19.06.1995	7	30	3. Platz
Rebecca	Engler	12.05.1995	8	24	3. Platz
Torben	Reiners	22.04.1995	7	42	2. Platz
Julian	Amann	23.10.1994	5	35	1. Platz
Julio-Cezar	Shkemi	05.10.1994	6	46	2. Platz
Thorben	Schnitzler	17.05.1994	7	42	3. Platz
Isabell	Busemann	11.03.1994	7	44	teilgenommen

Trainingslager in Dötlingen

50 Kinder und Jugendliche aus der Judoabteilung nahmen vom 7. bis 9. Mai an einem Trainingslager in Dötlingen teil. Nach dem großen

teilt, damit sie sich auf ihre Prüfungen vorbereiten konnten. Für die Größeren gab es auch die Möglichkeit zu joggen. Am Abend fand das

große Abschiedsgrillen statt, das großen Anklang fand. Auch die anschließende Nachtwanderung mit einem kleinen Judo-Quiz wurde ein voller Erfolg. Nach der letzten Trainingseinheit und dem gemeinsamen Mittagessen ging es auf die Rückfahrt. „Dies war nicht die letzte gemeinsame Aktion, wir freuen uns schon auf das nächste Jahr“, betonte Katharina Adamczak gegenüber ‚TURA aktuell‘.



Die Judoka von TURA, hier vor dem Schullandheim Dötlingen, erleben mit ihren Trainern ein ereignisreiches Trainingslager.

Durcheinander des Zimmerbeziehs und dem Abendbrot klang mit einem Spaziergang der Anreisetag ruhig aus. Am Samstagmorgen begann das Training. Die Kinder und Jugendlichen wurden in Altersklassen und Gürtelgraden einge-

Schon gehört, dass Zuschauer sehr willkommen sind beim 19. Roland-Cup am 19. September in der Gesamtschule West.

Dritter Platz bei Ostsee-Cup in Rostock

Der Ostsee-Cup gehört nicht nur wegen der freundschaftlichen Beziehungen zu dem Judoverein Rostock für TURA zum „Pflichtprogramm“. Auch die bekannte Qualität dieses Turniers verspricht immer spannende Kämpfe. Entsprechend motiviert erschienen am 5. Juni Max Schellenberg, Aljosha Seiler, Christopher Nelson (U13) und die 14-jährige Jennifer Nelson morgens um fünf Uhr zum Treffpunkt. Nach drei Stunden Autofahrt erlebte die kleine Bremer Gruppe die erste Enttäuschung: Nur 240 Anmeldungen lagen für den Ostsee – Cup in der Sporthalle Rostock-Marienehe vor – eine enttäuschende Teilnehmerzahl.

Die vier Turaner überzeugten mit guten Leistungen auf der Matte. Christopher Nelson zeigte in der Gewichtsklasse bis 38 Kilogramm hervorragende Leistungen. Er gewann alle Kämpfe souverän und konnte sich gegen seine sechs Konkurrenten als Erster durchsetzen.

Jennifer Nelson tat es in der Altersklasse U17 ihrem Bruder gleich. Sie gab ihre Premiere in der Gewichtsklasse bis 57 Kilogramm und setzte sich ohne Probleme durch. Jennifer ent-

schied alle Kämpfe für sich und bot dabei eine Vielfalt an Kampftechniken. Am Ende kämpfte sie sich auf Platz eins.

In der Gewichtsklasse bis 32 Kilogramm der Altersklasse U 13 verlor Max Schellenberg den ersten Kampf. Dieser schien zunächst für ihn der einzige an diesem Tag zu sein, weil die Konkurrenz in seiner Gewichtsklasse nicht erschien. Doch als die noch fehlenden Teilnehmer verspätet auftauchten, steigerte sich Max Schellenberg. Er gewann die folgenden beiden Kämpfe nach kurzer Zeit und verteidigte den zweiten Platz.

Mit nur knappem Übergewicht musste Aljosha Seiler sich in der nächst höheren Gewichtsklasse bis 35 Kilogramm behaupten. Trotz der körperlichen Unterschiede konnte der Turaner einen von drei Kämpfen gewinnen und belegte somit Platz drei.

Zwei erste Plätze, ein zweiter und ein dritter Rang – alles in allem eine gute Bilanz für die Judoka von TURA. In der Gesamtwertung belegte TURA trotz des nur vierköpfigen Aufgebots Platz drei. Dieser Erfolg wurde ausgiebig bei MC Donalds gefeiert.

„Samurai-Cup“: Starke Leistungen

Einen super Auftritt bot das Judoteam von TURA beim „Samurai-Cup“ am 25. April in der Universität Bremen. 28 Judoka wurden von sechs Trainern begleitet. Die ganz „Kleinen“ durften das erste Mal kämpfen und kamen gleich ganz groß heraus. Felix Engler, Lars Busemann und Marius Kummer (Jahrgang 1997 /U9) belegten jeweils einen dritten Platz. Yannick van den Wijngard, Hendrik Sillmann, und Leon Nonnast (Jahrgang 1996/ ebenfalls U 9) sicherten sich den zweiten Platz. Malik Ouadane und Jarmo Schäfer (ebenfalls 1996/U9) erreichten den dritten Platz. Auch Maurice Bruns ging an den Start. Bei den Mädchen konnte Vanessa Schmitz einen dritten Platz mit nach Hause nehmen.

Die ersten Plätze belegten in der U11 Julian Amann, Julio Shkemi und Thorben Schnitzler (Jahrgang 1994). Sascha Mindermann, Max Raabe, Torben Reiners (1995) und Oliver Hartwig



Auch in der U13 wussten Christopher Nelson, Thomas Sawicki, Lukas Frahm (oben, von links) sowie Christopher Amann und Aljosha Seiler (unten) mit den Trainern Konstanze Kulwicke, Nina Adam und Marius Weinmann zu gefallen.

(1994) erkämpften sich einen dritten Platz. Bei den Mädchen in der U11 belegten Rebecca Engler (1995) einen ersten Platz, Mareike Nelson (1994) einen zweiten sowie Saskia Michael (1995) und Isabel Busemann (1994) einen dritten Platz.

In der U13 gewannen Aljosha Seiler (1993), Christopher Amann und Christopher Nelson (beide 1992) einen ersten Platz. Thomas Sawicki (1992) erreichte einen zweiten und Lukas Frahm und Marco König (beide 1992) jeweils einen dritten Platz. Bei den Mädchen in der U13 belegte Lisa Holler (1993) einen dritten Platz.



Die U11-Kämpfer von TURA zeigten überzeugende Leistungen beim „Samurai-Cup“ in der Universität Bremen: Julio Shkemi, Julian Amann, Thorben Schnitzler mit den Trainern Katharina Adamczak und Jens Lücken (von links).

Schon gehört,
dass bei TURA ausschließlich Trainer, die eine Lizenz des Deutschen Sport-Bundes und des Deutschen Judo-Bundes erworben haben, lehren. Weitere Informationen: Telefon 61 34 10 und im Internet unter www.tura-bremen.de (Angebote/Judo).

Bei uns gibts Bier auf 10er-Karte ...



»Zum Fass«

Das Familienlokal im Bremer Westen
Lindenhofstraße 35b · Telefon 61 32 35

TURA- Judoka in den Ligen des Deutschen Judo-Bundes aktiv

Schon gewusst? Judoka von TURA sind in den drei obersten Ligen des Deutschen Judo-Bundes vertreten.

In den Gewichtsklassen bis 70 Kilogramm und bis 78 Kilogramm kämpfen in dieser Saison Katja Leese und Konstanze Kulwicke für den TV Eiche Horn in der ersten Bundesliga. Kathrin Domigalle ist in der Gewichtsklasse bis 52 Kilogramm für Budokan Lübeck in der zweiten Bundesliga aktiv. Michael Domigalle geht für JCSB 1860 in der Regionalliga der Männer auf Punktejagd.

„Diese Konstellation und Zusammenarbeit ist einmalig für Bremen und beweist einmal mehr, dass TURA Bremen in der Lage, ist hervorragende Sportler auszubilden, die in der Bundesspitze mithalten können“, betont Trainer Michael Buhlrich stolz.

Schon gehört,

dass Judoka von TURA bei der Sportshow anlässlich des Hafenfests am 29. August auf der Bühne am Pier 2 für ihren Kampfsport warben.

Wenn Sie wissen wollen, wie es um Ihre Sehkraft bestellt ist, sollten Sie mal bei uns vorbeischaun.

Bei einem kostenlosen Sehtest überprüfen wir Ihr Sehvermögen. Direkt bei uns vor Ort und ganz unverbindlich. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



gorsemannstrasse 20

tel 0421 820025

- passage kattenturm -



gröpelingener heerstrasse 210

tel 0421 612987

- gröpelingen -

Ihr Augenoptiker



„Tatort“ Grillplatz TURA: Lecker, lecker, was da Torsten Jonas (links) und Michael Buhlrich am 2. Juli bei dem Sommerfest der Judoabteilung auf dem Grill bewegten.

Anfängertraining

Das Judo-Anfängertraining von TURA findet montags, mittwochs und donnerstags von 17 bis 18.30 Uhr im Gymnastikraum der Gesamtschule West an der Lissaer Straße statt. Ein zusätzlicher Anfängerkurs für Frauen wird donnerstags von 20 bis 21.30 Uhr angeboten. „Judo vermittelt außer Fitness, Stärke und Spaß auch noch Hilfsbereitschaft, Respekt, Stärkung des Selbstbewusstseins, Konzentration und Toleranz“, wirbt TURA-Trainer Michael Buhlrich für seine Sportart.

Sommer in Lesmona Tag der offenen Tür bei TURA

Großer Besucherandrang herrschte am 26. Juni beim „Tag der offenen Tür“ der Kanusportabteilung von TURA im Rahmen der elften Burglesumer Kulturtag „Sommer in Lesmona“.



Bunt geschminkt macht der Tag der offenen Tür bei TURA noch mehr Spaß.

Bereits ab 14 Uhr begeisterte die Tanzgruppe des Martinclubs, gefolgt von einer Aufführung der Sprachenschule ‚Akrcadabra‘ mit dem Märchen von den Bremer Stadtmusikanten. Die ‚Kulle‘ sorgte wieder mit ihrem Programm für einen besonderen Höhepunkt. Der Sport-

Das Spielleuteorchester von TURA gehörte auch zu den musikalischen Gästen der Kanusportabteilung.



verein Lesum-Burgdamm bekam für seine rhythmischen Darbietungen viel Beifall und auch der Sportverein Grünweiß Beckedorf sorgte für Aufregung unter den Zuschauern. Die Schülerband vom Schulverbund Lesum schloss das Nachmittagsprogramm ab.

Afrikanische Rhythmen ließen am Abend den Puls höher schlagen. Inge Osterhof bekam für ihre Bauchtanzdarbietung viel Beifall. Und die Showband ‚Biff Bang Pow‘ heizte ordentlich ein. Moderiert wurde das Programm von dem DJ Rainer P.

Der erlebnisreiche Tag endete um Mitternacht mit einem faszinierenden Feuerwerk. 28 Mitglieder der Kanuabteilung beteiligten sich an der Ausrichtung der Veranstaltung. Herzlichen Dank!

Stürmische 22. Weser-Tidenrallye

Trotz widriger Wetter-Bedingungen bedeutete die 22. Weser-Tidenrallye am 22. Mai von Nordenham über Farge bis zum TURA-Vereinsgelände an der Lesum wieder ein tolles Erlebnis für die Teilnehmer. Bei bis zu Windstärke 7 angesagter Sturm mussten sich die Organisatoren ernsthaft Gedanken über eine mögliche Absage machen. Schließlich startete Senator Röwekamp um 12 Uhr von einem Polizeiboot. Der scharf aus dem Norden kommende Sturm hatte nun das auflaufende Wasser geglättet, so dass die Rallye dann mit Schiebewind reibungslos durchgeführt werden konnte. Von den gestarteten rund 250 Paddlern fuhren ein Drittel nur bis zum ‚Silberziel‘ in Farge nach 30,7 Kilometern. Die Mehrheit der Teilnehmer erreichte über Vege-sack und die Lesum nach 44 Kilometern das ‚Goldziel‘ bei TURA.

Hier wurden die Kanuten mit Kaffee und Kuchen, Getränken und Bratwürsten versorgt. Mit der Urkunden- sowie Medaillenausgabe und mit einem gemütlichen Abend bei TURA endete die Veranstaltung. Die Kanuten von TURA bildeten mit 40 Teilnehmern die stärkste Gruppe. Die 23. Weser-Tidenrallye findet im Jahr 2006 statt.

Zum Vormerken: Silvester im Bootshaus

Zum Jahreswechsel 2004/05 laden die Kanusportler von TURA zu ihrer traditionellen Silvesterfeier ein. Die Party steigt im Bootshaus in Lesum, Am Lesumhafen 26. Der Diskjockey wird wieder für viel Schwung und Stimmung sorgen. Ab sofort werden Anmeldungen bei Lutz Steenken, Telefon 0421/ 62 92 60 entgegen genommen.

Erlebnisreiches Sommerferienprogramm 2004



Die Kanusportabteilung von TURA Bremen führte erneut ein umfangreiches Programm in den Sommerferien. Zum Angebot gehörten auch zwei Zelt-Abenteuer-Wochenenden auf der Kanusportanlage in Lesum – eine besondere Herausforderung für die Betreuer, die jeweils gut 40 Kinder und Jugendlichen zu bändigen. Kanu



Ein abwechslungsreiches Sommerferienprogramm bot die Kanuabteilung an der Lesum an.



Immer mit Begeisterung dabei: Lutz Steenken kann sich auf eine aktive Helferschar beim Ferienprogramm verlassen.

fahren, Grillen, Ausflüge, Tischtennis und viel Spaß standen auf dem Programm wie eine Einweisung in den Kanusport. Man konnte sich Fähigkeiten aneignen und am letzten Ferienwochenende mit nach Hildesheim fahren, wo auf der Schulungsstrecke eine Einführung in den Wildwassersport stattfand. Wenn die Lesumtide es zuließ, paddelten die Teilnehmer zur gegenüberliegenden Sandbank und bauten dort Sandburgen. Natürlich durfte auch eine Nachtwanderung nicht fehlen.

Ein wichtiger sozialer Aspekt dieser gemeinsamen Wochenenden ist es, den Beteiligten ein Stück Selbstständigkeit zu vermitteln. Ein besonderes Dankeschön gilt allen 22 Helfern. Stellvertretend seien hier genannt: Wiebke Boerstra, Elke Barth und Sebastian Blume.

Tanzsportangebot

Ab 29. September findet mittwochs in der Zeit von 20 bis 22 Uhr, im Clubraum der Kanusportanlage in Lesum, Am Lesumhafen 26, wieder ein Tanzkurs für Anfänger und auch für Fortgeschrittene statt. Zu dieser Veranstaltung sind Gäste herzlich eingeladen. Weitere Informationen können bei Lutz Steenken, Telefon 0421/62 92 60 erfragt werden.

Terminkalender September bis Dezember 2004

4. bis 5. 9.		Pellkartoffel- und Heringssessen, Info: Klaus Gäbler, Tel. 454445
11. 9.	11 Uhr	8. Kanu-Marathon-Veranstaltung, Info: Ronald Schnor, Tel. 356492
18. bis 27. 9.		Paddeltouren in den Potsdamer Gewässern, Info: Lutz Steenken, Tel. 629260
2. 10.	15.30 Uhr	Lampionfahrt nach Höftdeich, Info: Wiebke Boerstra, Tel. 6367420
9. 10. bis 16. 10.		Herbstfahrt in den Frankenwald, Info: Lutz Steenken, Tel. 629260
17. 10.	ab 9 Uhr	Freimarktsregatta auf der Ochtum, Info: Mike Lochny, Tel. 6363753
23. 10.	9 Uhr	Arbeitsdienst Anleger hereinholen, Info: Enno Büchtmann, Tel. 612518
4. 11.	20 Uhr	Dia-Vortrag 'Paddeltouren in Venedig', Info: Inge Köhler-Vogt, Tel. 353892
7. 11.	9 Uhr	Freimarktsfahrt nach Melcher's Hütte, Info: Claudia Brödys, Tel. 04791/502920
20. 11.	13.30 Uhr	Arbeitsdienst Herbstputz', Info: Gabi Madera, Tel. 6586997
2. 12.	20 Uhr	Dia-Vortrag, Info: Lutz Steenken, Tel. 629260
31. 12.	20 Uhr	Silvesterparty im Bootshaus, Info: Lutz Steenken, Tel. 629260

Gürtelprüfungen

Bei den Gürtelprüfungen in der Karateabteilung von TURA bestanden am 6. Juli Aziz-Mert Yilmaz und Christina Wolf zum Weißgurt sowie Alexandra Willms, Boray Winter und Gökhan Günaydin zum Orangegurt. Die höchste Graduierung erreichte Hatice Odabasoglu zum Grüngurt.

Karate ist eine moderne Sportart mit Ursprungsgeschichte im fernen Asien. Neben allgemeiner Fitness, Selbstverteidigung und Kondition stehen Schnelligkeit, Koordination, und Konzentration auf dem Trainingsprogramm. Dis-

ziplin und Rücksichtnahme ergänzen die dynamische Sportart, die sich auf dem Wege zur olympischen Disziplin befindet.

Das Karatetraining findet für Kinder und Jugendliche im Kraftübungsraum der Gesamtschule West mittwochs von 18 bis 20 Uhr, donnerstags von 17 bis 19 Uhr sowie freitags von 18 bis 20 Uhr statt. Erwachsene Anfänger sind mit mittwochs von 19 bis 20 Uhr sowie donnerstags von 18 bis 19 Uhr willkommen.

KARATE



Sommerferienaktionen

Der Stadtteilbeirat Gröpelingen vergab in diesem Jahr insgesamt 4000 Euro aus Globalmitteln für Angebote in den Sommerferien. Damit sollten Programme für daheimgebliebene Kids und Jugendliche unterstützt werden, um interessante Ferientage zu bieten. Die Fachausschüsse Bildung und Soziales luden zur Auswertung und Information geförderte Kinder-, Jugend- und Sporteinrichtungen ein, ihre Aktionen im Nachhinein im Bürgerhaus Oslebshausen öffentlich zu präsentieren. Das Ferienprogramm von TURA erläuterten am 25. August Jugendleiterin Dagmar Röpke und TURA-Mitarbeiterin Karoline Lentz, unterlegt mit einer Bildershow auf dem Laptop, vielen Fotoabzügen und einem umfangreichen Pressespiegel.

block

Dienstleistungen
rund um den Druck

Leester Straße 121
28844 Weyhe-Leeste

Tel. 04 21 / 80 27 50
Fax 04 21 / 80 29 47

Spielleute immer aktiv

Lampionfest KGV „Mittelwischweg“

Anfang August begann wieder die Zeit der vielen Laternenumzüge, die TURAs Spielleute alljährlich bis Ende Oktober musikalisch begleiten. Bei den Gröpelinger „Gartenfreunden am Mittelwischweg“ ist das TURA-Orchester schon seit etlichen Jahrzehnten gern gesehener Stammgast. Vorbei an zahlreichen geschmückten Kleingärten schlängelte sich am 14. August ein langer, fröhlicher „Lindwurm“ von Kindern, Eltern und Turanern.



100 Jahre Gröpelinger Schützengilde

Anlässlich des 100-jährigen Bestehens der Bremer Schützengilde traten die Spielleute am 11. Juli beim Frühschoppenkonzert im Festzelt auf dem Vereinsgelände an der Bromberger Straße auf. Seit vielen Jahrzehnten ist das Orchester mit der Schützengilde verbunden und freute sich, dass nach fast 20-jähriger Abstinenz wieder ein Schützenfest im großen Rahmen stattfand.

Ernteumzug in Bad Essen

Zum wiederholten Male spielte das TURA-Orchester am 8. August anlässlich des Ernteumzuges in Bad Essen-Hüsedede im Wiehengebirge. Seit 1984 sind die Spielleute dort in regelmäßigen Abständen zu Gast. Der ortsansässige „Verschönerungsverein“ hatte wieder für Temperaturen ab 30°C aufwärts „gesorgt“. So kamen die TURA-Musiker während des fast zweistündigen Festumzuges mächtig ins Schwitzen. Offensichtlich gefiel der Auftritt erneut sehr gut, denn die Einladung für 2006 haben die Spielleute bereits in der Tasche.



Hölzerne Hochzeit von Doris und Stefan Cramm

Zu ihrem zehnten Hochzeitstag am 24. Juli hatten die langjährigen Orchestermitglieder Doris und Stefan Cramm an einem schönen Sonntag zum gemeinsamen Feiern eingeladen. Die „Hölzerne“ wurde mit der musikalischen Umrahmung der Spielleute und lustigen Vorträgen von Familie und Freunden auf Cramm's Gehört standesgemäß bis in die frühen Morgenstunden gefeiert. Doris Cramm spielt seit 1975 die Tenorflöte, Stefan ist seit 1990 an Becken und Basstrommel aktiv.

Sommer – Nachtangeln am Waller Feldmarksee

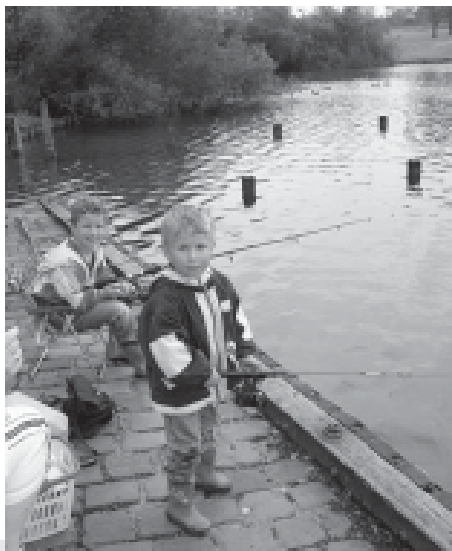


15 Sportfreunde fanden sich am 7./8. August am Waller Feldmarksee ein, um die Nacht am Wasser zu verbringen und einige Nachträuber auf die Schuppen zu legen. Am Abend feuerte Bernhard Dinter seinen Grill an und man stärkte sich erst einmal mit Bratwurst und Getränken. Es Trotz sehr guten Wetters herrschte am See kaum Publikumsverkehr. Das Baden hatte die Behörde auf Grund von vermehrt aufgetre-

tenen Cyano-Bakterien (Blaualgen) untersagt. Auf den Fischbestand hatte die Algenblüte keine Auswirkung. Beim Sommer-Nachtangeln wurden diverse Aale gefangen. Gegen Morgen erwischte der erste Gewässerwart Marco Müller noch einen Hecht. Alles in allem war das Nachtangeln ein großer Erfolg und die Teilnehmer freuen sich bereits auf das nächste Mal.

Kinderangeln machte viel Spaß

Trotz des etwas unbeständigen Wetters kamen am 14. August 17 angehende Sportfreundinnen und Sportfreunde zwischen sechs und 13 Jahren an den Waller Feldmarksee zum alljährlichen Kinderangeln. Unter Aufsicht von erfahrenen Mitgliedern der Sportfischerabteilung von TURA fingen einige den ersten Fisch ihres Lebens. Grillmeister Bernhard Dinter sorgte wie



Das Kinderangeln am Waller Feldmarksee machte viel Freude.

immer für das leibliche Wohl. Alle Teilnehmer konnten sich einen Preis aussuchen. Mit einem gefangenen Barsch holte sich der 13-jährige René Knoche den Hauptpreis. Er gewann einen Gutschein zur kostenlosen Teilnahme an einem



René Knoche freut sich mit Abteilungsleiter Rainer Müller über den Hauptpreis beim Kinderangeln.

Vorbereitungslehrgang zur Sportfischerprüfung beim Landesfischereiverband Bremen e.V. inklusive Prüfung. „Wir wünschen René viel Erfolg auf dem Lehrgang und werden ihn, wenn er das 14. Lebensjahr vollendet hat, in unseren Reihen als aktiven Sportfischer begrüßen“, kündigte TURA-Abteilungsleiter Rainer Müller an.

Ein herzlicher Dank geht an die Sparkasse in Bremen, an den Landesfischereiverband Bremen e.V. sowie an die Angelzeitschrift „Fisch und Fang“ für die gesponserten Preise.

Hinweis:

Rainer Müller bittet zwecks Senkung der Portokosten um Mitteilung über Internet-Adressen oder Faxnummern (eventuell sogar beides) der Abteilungsmitglieder unter E-Mail raimue@freenet.de oder Telefon 0421/61 34 44.

www.tura-bremen.de

Informationen aus dem Landesfischereiverband

Auf der Verbandshauptversammlung am 18. April im Vereinsheim von SFV Bremen – Stuhr, ist der Vorstand einstimmig wiedergewählt worden.

Anträge des Landesfischereiverbandes Bremen e.V. zur geplanten Neuordnung des bremischen Fischereigesetzes sowie der Binnenfischereiverordnung

Zum Fischereigesetz: 1. Setzkescher in stehenden sowie Tiden - unabhängigen Gewässern wieder gestatten (Schonsetzkescher, mindestens drei Meter lang und 0,5 Meter im Durchmesser). 2. Offizielle Fischereiaufseher mit Amtsmarke aus Metall (wie in Niedersachsen) ausrüsten. 3. Die Qualifikation der offiziellen Fischereiaufseher höher setzen (heute langt lediglich ein Fischereischein). Es muss eine Sportfischerprüfung sowie ein Gewässerwartegrundlehrgang vorliegen.

Zur Binnenfischereiverordnung: 1. Die Binnenfischereiverordnung soll auch auf Kleinbeziehungsweise Fischnährtiere ausgedehnt werden, da diese im professionellen Stiel abgefischt werden. 2. Generelles Blinker-, Twister- und Köderfischverbot während der Raubfischschonzeit. 3. Fang des Rapfens dort freigeben, wo er besetzt wurde.

Zum Kormoran: Die bremische Jägerschaft ist nach Aussage des Landesfischereiverbandes gewillt, gezielte Abschüsse zu tätigen, wenn die Gesetzeslage in Bremen dieses wie in Niedersachsen zulässt.

TERMINHINWEIS

Abfischen 10. Oktober, 10 bis ca. 14 Uhr

Der Verband Deutscher Sportfischer (VDSF) hat den Maifisch, auch Alse genannt, zum Fisch des Jahres 2004 gewählt.

Mit dieser Wahl will der VDSF auf eine in vielen deutschen Flüssen als ausgestorben geltende und daher weitgehend unbekannte Fischart aufmerksam machen.

Wie Barbe, Lachs, Stör und andere "Fische des Jahres" zuvor, ist auch der Maifisch ein Wanderfisch, der zum Laichen vom Meer in die Flüsse

aufsteigt. 1883 wanderten noch Schwärme von Maifischen bis in den Hochrhein. Anhand

alter Fischmarkt-Statistiken wurden im Jahr 1886 in den Niederlanden nahezu 270.000 kg Maifisch verkauft. Der Maifisch war damals so häufig, dass er als "Fisch der armen Leute" galt. Der letzte Maifisch wurde 1930 von einem Berufsfischer im Rhein bei Basel gefangen



Service von Anfang an!

AUGUST GAS MEYER
FACHGESCHFT
Sanitäre Anlagen · Gasheizungsbau

August Meyer GmbH
Gröpelinger Heerstraße 97
28237 Bremen

Tel. 0421 - 61 18 47 · Fax 0421 - 616 47 52
www.august-gas-meyer.de | eMail: august-meyer-gmbh@t-online.de

Wettkampferfolge

Imke Turner Zweite bei Internationalen Bayerischen Poomse Meisterschaften

Imke Turner vertrat bei dem Ranglistenturnier der Deutschen Taekwondo Union am 12. Juni im bayerischen Wackersdorf mit Erfolg die Vereinsfarben von TURA. Mit einer überzeugenden Leistung in allen drei Durchgängen belegte sie hinter der Europameisterin Petra Gerber aus Rüsselsheim und vor Österreich den zweiten Platz in der Gesamtwertung. Damit steht sie auch in der Bundesrangliste der DTU auf dem zweiten Platz. Aufgrund ihrer Erfolge lud der ebenfalls anwesende Bundestrainer Hans Vogel sie zum nächsten Kaderlehrgang nach Frankfurt ein.

Imke Turner steht in der Bundesrangliste der DTU auf dem zweiten Platz, hier mit ihrem Partner im Paarlauf, Joannis Malliaros, amtierender deutscher Meister im Synchrolauf.



Gold für Tilman Gothner bei Super-Cup in Hamburg

Vater Bernd Gothner und Sohn Tilman waren am 19. Juni TURAs Vertreter beim Hamburger Super – Cup, einem Traditionsturnier für Formenlauf. Bernd Gothner errang in der Masterklasse die Silbermedaille hinter seinem ewigen Konkurrenten Könecker aus Nieder-

sachsen. Tilman gelang mit einer beeindruckenden Darbietung der Sprung auf das Siegerpodest in der Leistungsklasse der Schwarzgurte. 2003 belegte er noch Platz 5 in der Gesamtwertung. Dieses Mal gab es Gold für den strahlenden Sieger.

Titel für Nadine Bullwinkel und Achmed Arapchanow in Magdeburg

Über 300 Teilnehmer aus sieben Bundesländern gingen am 19. Juni bei den offenen ostdeutschen Kampfmeisterschaften in Magdeburg an den Start. Achmed Arapchanow war der auffälligste Kämpfer. Nach anfänglichen Schwierigkeiten steigerte er sich von Kampf zu Kampf. Im Finale ließ er sich den Sieg über seinen Kontrahenten aus Berlin nicht nehmen, obwohl der Kampf bis zum Schluss ausgeglichen war. Mit 10:9 Punkten ging der Sieg an den sympathischen und fairen Turaner. Einen wei-

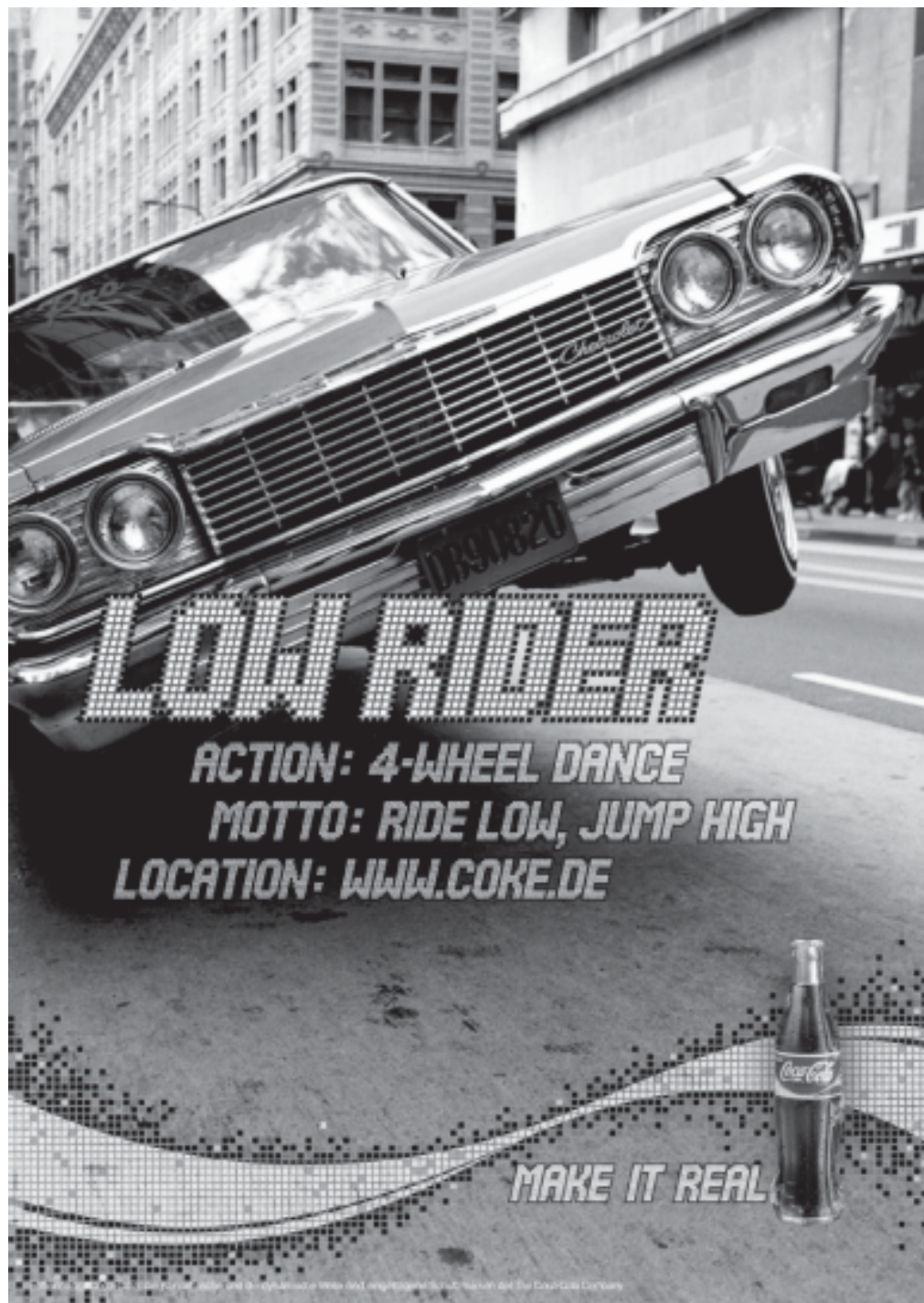


Achmed Arapchanow (links) und Tim Glenewinkel sind zurzeit die erfolgreichsten Wettkämpfer von TURA in der Disziplin Kampf.

teren Titel holte die 22-jährige Studentin und „Medaillengarantin“ Nadine Bullwinkel in der Klasse bis 67 Kilogramm. Überraschend, aber nicht unverdient war der dritte Platz für den 17-jährigen Dimitri Opfer, der erstmalig in der Herrenklasse bis 78 Kilogramm startete und auf Anhieb die Bronzemedaille gewann.



Davy Brinkmann, Marlon Karrasch, Tim Glenewinkel, Achmed Arapchanow und Nadine Bullwinkel heißen die fünf vielseitigen Taekwondo-Sportler von TURA, die immer für eine Medaille gut sind.



LOW RIDER

ACTION: 4-WHEEL DANCE

MOTTO: RIDE LOW, JUMP HIGH

LOCATION: WWW.COKE.DE

MAKE IT REAL



Zweiter Platz bei Internationalen Hessischen Poomse - Meisterschaften

Mit einem zweiten Platz in der Gesamtwertung unter den 61 teilnehmenden Vereinen aus



Stolz präsentiert sich das Poomse-Wettkampfteam von TURA nach dem Gewinn der Silbermedaille in Wiesbaden – zeitgleich mit dem Sieg des SV Werder bei Bayern München.

elf Bundesländern kehrte das Poomse-Wettkampfteam von TURA vom Bundesranglistentur-

Gürtelprüfungen

Traditionell fanden vor den Sommerferien Gürtelprüfungen für alle Graduierungen statt.

Die Prüfer waren Dr. Holger Fischer, Brigitte Karrasch und Roland Klein.

Die Prüfungen bestanden: Narin und Gülay

Training der Nationalmannschaft

Am 21. August trainierte die deutsche Nationalmannschaft Poomse für einen Tag im Vereinszentrum von TURA. Die Sichtungungsmaßnah-



me war notwendig, weil der Taekwondo-Weltverband jüngst die Regeln änderte und international künftig nur noch gleichgeschlechtliche Synchron-Teams zulässt. In der Masters-Klasse

nier am 8. Mai aus Wiesbaden zurück. Vier Mal Gold, zwei Mal Silber, drei Mal Bronze sowie zwei vierte Plätze lautete die Erfolgsbilanz. Die Garantien für diesen Erfolg hießen erneut die amtierenden deutschen Meister im Team- und Synchronlauf Janni und Lisa-Marie Malliaros, Marlon Karrasch, Carina Schmidt und der neu in das Team genommene Emanuel Brinkmann. Janni Malliaros überzeugte mit zwei Mal Gold, ein Mal Silber, Marlon Karrasch mit zwei Mal Gold, Lisa - Marie Malliaros mit ein Mal Gold und ein Mal Silber. Imke Turner und Joannis Malliaros besiegten sensationell und mit deutlichem Abstand die amtierenden deutschen Meister aus Bayern und belegten ebenfalls den ersten Platz. Abgerundet wurde der Medaillenregen durch die Goldmedaille von Monica Kotte sowie die Bronzemedaille von Oliver Martens, Tim Glenewinkel und Davy Brinkmann.

Gün, Martina Baumer (1. Kup), Lena Schmiešek (2. Kup), Karin Heimann und Funda Derya (3. Kup), Oliver Hanussek und Julian Eimer (4. Kup), Linn Eimer, Ricarda Heinzmann, Amine Özcamur und Svenja Olson (5. Kup).

ab 40 Jahre scheinen Imke Turner und Sabine Braun von TURA bereits eine Formation gefunden haben. Daneben können sich auch die Turaner Lisa-Marie und Joannis Malliaros, Carina Schmidt und Marlon Karrasch Chancen ausrechnen, in einem der neuen deutschen Teams unter zu kommen.

Abschied

Janni Malliaros, deutscher Meister im Team- und Synchronlauf und Schüler des Kippenberg-Gymnasiums, verlässt für ein Jahr Bremen zum Austauschprogramm in die USA. Für die Mannschaft ein nicht zu kompensierender Verlust, für ihn sicherlich eine tolle Erfahrung. Die Taekwondo-Abteilung wünscht ihm von dieser Stelle viel Freude in der neuen Umgebung und hofft, dass er mit viel Motivation und entsprechenden Eindrücken im Sommer 2005 wieder in das Training einsteigt.

Poomse Sommerturnier bei TURA

Vier Bremer Vereine und die Sportlerinnen und Sportler aus Parchim kämpften mit ihren NachwuchssportlerInnen in zwei Leistungsklassen um die Medaillen beim Poomse - Sommerturnier für Kup-Grade (10. - 2. Kup) am 26. Juni im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße.



Die zehnjährige Helen-Franka Burghardt belegte den ersten Platz beim Poomse-Sommerturnier von TURA.

Trainer und Kampfrichter hatten alle Hände

voll zu tun, um die zahlreichen Nachwuchssportler entsprechend zu betreuen und zu bewerten. Groß war die Aufregung bei den jüngsten Turnierteilnehmern, aber auch bei den Eltern, die erstmalig die Leistungen ihrer Kinder sahen. Es war schon erstaunlich, wie sicher und souverän auch die Sieben- und Achtjährigen zur Freude der Trainer ihre Formen präsentierten.

Erste Plätze belegten: Gülay Gün, Ulrike Lehmann, Martina Baumer, Uwe Dorpmanns, Marlena Lehmann, Helen-Franka Burghardt, Alina und Marissa Koppe, Derya Funda, Linn Eimer, Susanne Burghardt, Ronja Braun, Nicolas Rümelin, Jan - Niklas Tietjen, Reso Nicolai, Akbar Mehrpouya, Kevin und Dennis Brandstetter, Marco Lehmann, Jan Heinzmann, Dana Klages, Narin Gün. Zweite Plätze belegten: Dennis Kubelka, Jan - Luka Schmidtke, Malte Lehmann, Thomas Lehmann, Sandra Szaukelis, Britta Eimer, Janet Paukner, Amine Özcamur, Jasmin Rütterjott, Ricars Heinzmann, Frank Jänisch, Maik Rickens, Lena Schmiesssek. Dritte Plätze belegten: Karin Heimann, Rabea v. Cölln, Yesim Yilmaz, Franz Schlaffka, Denise Depken, Ursula Kubelka, Robert Willer.

Ein großer Dank geht an die zahlreichen Helfer und Kampfrichter, die dieses Turnier ermöglichten.

Beim Sommerturnier zeigte sich Trainer Roland Klein gut gelaunt mit dem elfjährigen Malte Lehmann.



DTU-Ehrung

Von Heinz Gruber, Präsident der Deutschen Taekwondo Union, erhielt TURA jetzt die Ehrennadel in Bronze im Nachhinein ausgehändigt. Die Nadel stand bei der Verleihung 2003 nicht zur Verfügung. „Ich hoffe und wünsche, dass die Auszeichnung euch mit Stolz erfüllt“, schreibt Gruber.



Große Auswahl - kleine Preise!

- Testen Sie unsere Fahrradwaschanlage
- Motorroller von Piaggio, Vespa, Pegasus, Gilera

Waller Ring 141 (neben Walle-Center)
Tel. 0421 - 61 15 56 · Fax 61 40 27
www.zweirad-dutschke.de
e-mail: fun@zweirad-dutschke.de

Tischtennis-Reform besiegelt

Der Fachverband Tischtennis Bremen hat sich Anfang Mai ein neues Gewand geschnitten. Die wohl wichtigste Änderung: Zum 1. Juli 2004 wird es statt der bisherigen drei Bezirke im Land Bremen vier Kreise geben. Mit 71 Prozent Ja-Stimmen sprachen sich die Delegierten beim FTTB-Verbandstag für die Neuordnung aus, die mit Beginn der neuen Saison auch vier Kreisligen vorsieht: Bremerhaven, Bremen-Nord ein-

schließlich TURA, Bremen-Mitte und Bremen-Ost. Mitte Juni fand die konstituierende Sitzung des neu geschaffenen Kreises Bremen-Nord (13 Vereine) statt. In den Vorstand wurden allein drei Turaner gewählt. Neuer Vorsitzender ist Jürgen Lippold, neuer Sportwart Walter Weber. Zum Delegierten für den neuen Hauptausschuss des FTTB wurde Klaus-Peter Schulz gewählt.

20 Jahre ehrenamtlich im Verband

Für 20-jährige ehrenamtliche Tätigkeit im Fachverband Tischtennis wurde Jürgen Lippold beim Verbandstag am 2. Mai in Bremerhaven geehrt. Präsident Dietrich Milles überreichte ihm die goldene Ehrennadel. Von 1984 bis 1990 war

er als Staffelleiter tätig, von 1990 bis 1996 als Pressewart, 1996 wurde Jürgen Lippold in den Rechtsausschuss gewählt, dessen Vorsitz er seit 1998 inne hat.

Auf Wiedersehen!

Im Herbst 2003 kam Fadzil Mohd Raihan im Auftrag der Firma Siemens zu einer Ausbildung nach Bremen. Er wohnte im Garden Hotel und stieß auf Empfehlung zu der Tischtennis – Freizeitgruppe von TURA. Seine Ausbildung endete im Juni und die Tischtennis-Abteilung verabschiedete am 21. Juni den überaus sympathischen Mann aus Malaysia mit einem Wimpel, zur Erinnerung an seine Zeit bei TURA.



Fadzil Mohd Raihan wurde von Jürgen Lippold, Klaus-Peter Schulz, Klaus-Peter Berg, Meike, Michael Bugiel, Gisbert Hunnenberg und Peter Schalla (von vorne) verabschiedet.



Gisbert Hunnenberg: Künstler aus der Tischtennisabteilung

Gisbert Hunnenberg, aktiver Spieler der Tischtennis-Abteilung, ist in seiner Freizeit begeisterter Maler. Nachdem er im vergangenen Jahr seine Kunstwerke beim „Tag der offenen Tür“ von TURA vorstellte, stellte er jetzt in der Poststelle Apfelallee in Bremen-Oberneuland erneut seine Arbeiten aus.

Freizeitgruppen

Tischtennis in einer Freizeitgruppe können Erwachsene ohne Wettkampfstress montags und mittwochs von 19.30 bis 21.45 Uhr in der Schule an der Fischerhuder Straße spielen. Wer mitmachen möchte, sollte sich bei Jürgen Lippold, Telefon 612422, oder per E-Mail: tischtennis@tura-bremen.de melden.

Terminkalender

24.9.	19 Uhr	Punktspiel 1.Herren – TSV Wulsdorf, Sporthalle/Vereinszentrum
1.10.	19 Uhr	Punktspiel 1.Herren – TuS Huchting 2., Sporthalle/Vereinszentrum
9.10.	14 Uhr	Punktspiel 2. Herren – DJK Arminia Bremerhaven, Sporthalle/Vereinszentrum
30.10.	11.30 Uhr	Punktspiel 1. Jungen – Geestemünder TV, Sporthalle/Vereinszentrum
6.11.	14 Uhr	Punktspiel 2. Herren – TSV Imsum 2., Sporthalle/Vereinszentrum
20.11.	14 Uhr	Punktspiel 2. Herren – TV Grambke, Sporthalle/Vereinszentrum
4.12.	14 Uhr	Punktspiel 2. Herren – TSV Farge-Rekum 4., Sporthalle/Vereinszentrum

Bewegung in der Krebsnachsorge: Ein schöner Tag auf Norderney

Gemeinsame Aktivitäten unternahmen die TeilnehmerInnen der Gruppe „Bewegung in der Krebsnachsorge“ von TURA in den Ferien. Die schönste Tour führte nach Norderney. Bei einem sechsstündigen Aufenthalt hatte die Gruppe Zeit, die Insel mit einem langen Strandspaziergang bei strahlendem Sonnenschein, einem leckeren Essen unter Sonnenschirmen und anschließendem Stadtbummel mit Kaffeetrinken kennen zu lernen. Zurück über die Promenade ging es dann zur Fähre. Eine kleine Seefahrt noch und schon waren die TURA-Reisenden wieder im Zug nach Bremen.

TURA bietet jeden Montag um 16 Uhr in seinem Vereinszentrum an der Lissaer Straße ein Bewegungsprogramm mit gezielter Gymnastik und unterschiedlichen Entspannungsübungen in der Krebsnachsorge an. Ziel dieses Angebotes ist, das Vertrauen in den eigenen Körper wiederzugewinnen und die Leistungsfähigkeit zu verbessern. Im Anschluss an die Bewegung gibt es genügend Zeit für Gespräche und geselliges



Ein Tagesausflug führte die Gruppe „Bewegung in der Krebsnachsorge“ von TURA auf die Nordseeinsel Norderney.

Beisammensein. Neue Mitmacherinnen sind jederzeit willkommen. Telefonisch kann zu Gruppenleiterin Helma Rumphorst Kontakt aufgenommen werden unter der Nummer 35 18 87.

Sommer, Sonne, Ferien und Bewegung

Drei Nachmittage voller Bewegung im Vereinszentrum an der Lissaer Straße veranstaltete die Kinderturnabteilung von TURA im Rahmen des Sommerferienprogramms. Die vorgegebenen Sta-



tionen der „Bewegungsbaustellen“ bauten die Kindern schnell in ihre eigene Turnlandschaft um.

Kästen, Matten und Trampoline wurden zu Klettertürmen, Höhlen, Hindernisparcoursen und Rutschen genutzt. Spiel und Spaß standen dabei im Mittelpunkt. Dem Helferteam gehörten an: Miriam Müller-Russell, Renate Dreier, Sarah Jeschke, Anna Stuhlberg, Dagmar Röpke und Melanie Bullwinkel.

Kinder brauchen Bewegung mehr denn je - auch in den Ferien. Fantasie zeigten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei den „Bewegungsbaustellen“ in den Sommerferien.



Eltern-Kind-Turnen

Die Abteilung Kinderturnen von TURA startet mit einer neuen Gruppe "Eltern-Kind-Turnen" jeden Mittwoch von 15 bis 16 Uhr in der Halle des Vereinszentrums an der Lissaer Straße. Nele Gieth heißt die Übungsleiterin.

Ein aktueller Flyer informiert über zahlreiche weitere Bewegungsangebote von TURA für Kinder. Weitere Informationen: Telefon 61 34 10.

TURA-Volleyballer starteten bei Freizeitturnier in Berlin



TURAs Volleyballer Gudrun Pflüger, Diane Opitz, Alexander Heidschmidt, Steffi Magers, Ralf Zabel, Kai-Uwe Hanke und Marc Stindt (von links) hatten viel Spaß in Berlin.

Eine kleine Gruppe aus der Volleyballabteilung von TURA nutzte die Teilnahme an einem Turnier am 1. Mai in Berlin-Kreuzberg zu einem interessanten Ausflug in die Hauptstadt. Den Freizeitsportlern von TURA war nicht bekannt, welches spielerische Niveau sie erwarten würde: „Das Ziel konnte deshalb nur heißen, uns achtbar zu schlagen und keinesfalls Letzter zu werden“, so Diane Opitz von TURA. Insgesamt traten zehn Mannschaften an, wobei die Turaner die weiteste Anreise hinter sich gebracht hatten.

TURA hielt gut mit, auch wenn die Gröpelinger nur fünf Sätze gewannen und am Ende den achten Platz belegten. „Etwas mehr Turnierfahrung und eine bessere positionale Abstimmung innerhalb unseres Teams, und wir hätten einige eigentlich schon gewonnen geglaubte

Zweiter Platz in Oberneuland

Baggern und Pritschen, was das Zeug hält: 112 Volleyball-Mannschaften kämpften beim Freiluftturnier für Mixed-Teams in Oberneuland am 19. und 20. Juni auf 28 Plätzen in drei Leistungsklassen um die begehrten Pokale. TURAs Volleyballer traten inzwischen zum vierten Mal bei dem Freiluftturnier an, das der TV Oberneuland seit mehr als 20 Jahren veranstaltet.


TURA konnte drei Mannschaften für die Leistungsklasse 3 (Freizeit) melden und belegte den zweiten Platz sowie die Plätze 14 und 15.

Spiele nicht verpatzt“, bilanzierte Diane Opitz nach der Rückkehr aus Berlin.

Im Kulturzentrum „Kulturbrauerei“ fand die Bremer Reisegruppe schließlich alles, was man für einen netten Abend mit Freunden braucht:



Leckeres Berliner Bier, Gegrilltes, Feuerspucker und reichlich musikalische Abwechslung in den Tanz-„Locations“.



CITIZEN
MARINAUT

Citizen Marinaut
- die perfekte Symbiose von Technik, Material und Lifestyle. Die präzise Citizen Technik erfüllt höchste Ansprüche an die moderne Zeitmessung. Überzeugende Materialien wie Edelstahl und Saphirglas garantieren eine dauerhafte Robustheit.

Carl Bullenkamp

Inh. A. Solf · Uhren, Gold und Silberwaren
Gegr. 1926 · Eigene Reparatur-Werkstatt
Gröpelinger Heerstraße 224 · ☎ 0421 - 61 17 32
www.citizenwatch.de

Sportverein TURA organisiert "Gesundheitswerkstatt" Punkten mit Akkupressur

Mit vielen verschiedenen Kursangeboten und Workshops möchte TURA auch bisher eher unспортliche Bremer für gesundheitsförderndes Training begeistern. Aus diesem Grund hat der Verein ein neues Projekt unter dem Namen "Gesundheitswerkstatt" gestartet. Neue und ausgefallene Kurse wie Meridian-Dehnung (eine Art Akkupressur) oder "Venengymnastik" sind genauso im Programm wie das klassische Rückentraining oder die "sanfte Nackenschule".

Außerdem neu ist das so genannte Personal-Coaching. Dabei kann jeder seinen persönlichen Trainer engagieren. "Wir haben eigentlich für jedes Problem den speziell ausgebildeten Übungsleiter", sagt Roland Klein, sportlicher Leiter bei TURA. Auch individuelles Lauftraining oder Stressabbau sind mögliche Angebote.

Der mehrfach wegen seiner gesundheitsorientierten Angebote ausgezeichnete Verein wird bei dem Projekt von der Barmer Ersatzkasse unterstützt. Hintergrund: Im Zusammenhang mit der Gesundheitsreform haben viele Krankenkassen Bonussysteme eingeführt. "Das Sys-

tem ist ganz einfach", erklärt Andreas Feldt, Regionalgeschäftsführer bei der Barmer: "Punkte sammeln und Prämien erhalten". Punkten kann der Versicherte auf mehreren Wegen. Vorsorgeuntersuchungen werden genauso belohnt wie sportliche Aktivitäten. Als Prämien gibt es dann zum Beispiel Sportgeräte, Zeitschriftenabos oder ein Wellness-Wochenende.

Wichtig ist nur die Qualität der Maßnahmen und die Barmer ist sicher, dass die bei TURA hoch ist. Erst vor kurzem wurde das Turaner Fitness-Studio deshalb von der Ersatzkasse mit einem Zertifikat ausgezeichnet.

Die Gesundheitswerkstatt richtet sich ausdrücklich nicht nur an Bewohner des Bremer Westens: "Wir freuen uns auch auf Leute aus Hastedt oder der Neustadt", so Ekkehard Lentz, Vizepräsident von TURA. Insgesamt verfolgt der Verein dabei ein ehrgeiziges Ziel: "Wir wollen in den nächsten zwei Jahren die magische Zahl von 3000 Mitgliedern knacken", sagt Klein.

(Auszug aus WK/BN, 2. September 2004)

Kinderbetreuung

Ab 14. September startet dienstags wieder die Kinderbetreuung von 10 bis 12 Uhr. Von 10.30 bis 12 Uhr können die Mütter ins Studio und von 10.30 bis 11.30 läuft das Angebot "Fit in den Morgen", geleitet von Sabine Braun.



Alles
an einer Stelle.

Baumarkt • Baustoff- und Holzhandel

BUCKMANN
Bauzentrum

Ihr Fachmarkt

Ritterhuder Heerstraße 44
28239 Bremen
Tel. 64 39 50 · Fax 64 39 555
www.buckmann-bauzentrum.de



Neuer Termin zum Lauftreff bei TURA

Unter der Leitung von Frank Witt wird ein neuer Termin zum Anfänger Lauftreff bei TURA angeboten. Laufanfänger treffen sich am Montag um 18 Uhr vor dem Vereinszentrum an der Lissaer Straße. Das Angebot richtet sich an alle

interessierten Menschen, welche im Rahmen des Breitensports die allgemeine Fitness und Ausdauer durch Laufen in einer netten Gruppe trainieren möchten. Besonders Frauen sind angesprochen.



„Wilstedt bei Nacht“: vom Kind bis zum Rentner – alle gemeinsam auf der Piste. Am 4. Juni nahm die Lauftreff-Gruppe von TURA am 22. Wilstedter Abendvolkslauf teil, wo insgesamt 3624 Läufer und Läuferinnen starteten. Ebenfalls aktiv waren die Läufer beim Gröpelinger Citylauf.

Donnerstags: Lauftreff

Fortgeschrittene treffen sich weiterhin am Donnerstag um 19 Uhr. Treffpunkt ist auch hier der Platz vor dem Vereinszentrum.

Walking-Ausbildung

Gerda Kloke und Christine Hauer, Übungsleiterinnen der Walking-Gruppen, nahmen am 19./20. Juni an einer Walking-Treff-Trainerausbildung teil. Walk-Technik pur, Trainingsprinzipien und Basiswissen zum Ausdauersport standen auf dem Programm, ergänzt durch zahlreiche praktische Übungen. Sie erhielten ein Zertifikat „Walking-Trainerin“.

Lauftreff beim Staffellauf im Faulenquartier

Mit rund 120 Staffeln hatten sich für den Staffellauf im Faulenquartier am 20. Mai doppelt so viele Teilnehmer wie bei der Premiere im vergangenen Jahr angemeldet. Bei strahlendem Wetter starteten 600 Läufer zum Lauf über fünfmal 5,5 Kilometer. Neben sportlich ambitionierten Mannschaften werden auch weniger leistungsorientierte Läufer eingebunden, so lautete das Konzept des Veranstalters, (Laufladen „Sport-Ziel“). Rund 400 Zuschauer bildeten am Bauernmarkt eine stimmungsvolle Kulisse. Und auch die Weserpromenade säumten zahlreiche Menschen, die Applaus und Unterstützung spendeten – ein Ambiente, das die Aktiven zusätzlich anspornte.

Neben Startläufer Frank Witt nahmen vom TURA-Lauftreff Jörg Heitmann, Rudolf Frerichs, Hartmut Wiedemeyer und Koffi Doglo teil. Mit ihrem Mannschaftsergebnis Platz 31 (von 42 teilnehmenden Männerstaffeln) in einer Gesamtzeit von 2:08:25,6 Stunden zeigten sie sich rundherum zufrieden. „Interessant ist doch immer der sportliche Vergleich beim Wettkampf“, so Lauftreffleiter Frank Witt, „denn erst dann kann man seine eigene Leistung realistisch einschätzen, woran man beim Training verstärkt



Der TURA-Lauftreff startete im Faulenquartier: Koffi Doglo, Frank Witt, in der Mitte Monika Hattenhauer, die in einer Staffel von Radio Bremen mit Bremen-Eins-Moderator Andreas Schnur im Rahmen der Aktion „KEEP ON RUNNING“ lief, Hartmut Wiedemeyer, Rudolf Frerichs und Jörg Heitmann (von links).

arbeiten muss.“ Zu den Favoriten zählten wieder der TSV Kirchdorf, die Läufer der LG Bremen-Nord und nicht zuletzt der Vorjahressieger, die Bären Oldenburg. Sieger wurde der TSV Kirchdorf vor der Mannschaft des Bremer Leichtathletikteams. Die Damen des LC Hansa Stuhr wiederholten ihren Vorjahressieg.

TURA-Senioren reisten durch Polen

33 Senioren von TURA Bremen lernten auf einer Polen-Reise vom 14. bis 24. Mai Land und Leute kennen. Nach einer Stadtbesichtigung in Szczecin (Stettin) hießen Gdynia (Gdingen) und Gdansk (Danzig) zunächst die Reiseziele. Ein Ausflug nach Hel, dem wohl schönsten Ort der Landzunge in die Danziger Bucht, gehörte zu einem weiteren Höhepunkt der ersten Tage.



Zu den Höhepunkten der TURA-Reise durch Polen gehörte die Besichtigung der Marienburg. Die machtvolle Festung am Ufer der Nogat besteht aus einer Vorburg mit Kapelle und Zeughaus, einer Mittelburg mit angrenzendem Hochmeisterpalast und der Hochburg mit einem Kreuzrippengewölbe verzierten Speisesaal.

Eine sechstägige Rundtour führte anschließend nach Malbork (Marienburg), Olsztyń (Allenstein), Ketrzyn (Rastenburg), Toruń (Thorn), Gniezno (Gnesen) und Poznań (Posen).

In Marienburg besichtigten die TURA-Reisenden die mächtigste Burganlage des europäischen Kontinents. „Man kennt den Panoramablick von der Nogatbrücke zwar von Postkarten her, doch ist die Wirklichkeit noch viel schöner“, äußerte sich Reiseleiterin Jutta Ackermann begeistert.

Die Fahrt durch Masuren weckte Erinnerun-

gen an die Ländlichkeit, die in Westeuropa der Vergangenheit angehört. Auf eichengesäumten Alleen wurden Pferdefuhrwerke in gemächlichem Trott überholt. In dem berühmten Wallfahrtsort Świeta Lipka (Heilige Linde) am Dejnowa-See besuchte die Reisegruppe ein Orgelkonzert. Bei der Besichtigung der Wolfschanze inmitten einer ausgedehnten Wald-Sumpf-Landschaft kamen die Bremer auch an der Tafel vorbei, die an das erfolglose Attentat des Generals von Stauffenberg auf Hitler erinnert.

Masuren von der Seeseite genießen ermöglichte die „Weiße Flotte“. Einen ganz besonderen Reiz übte auch das riesige Waldgebiet der Johannisburger Heide aus. Auf dem wohl schönsten Fluss Ostpreußens, der Krutyna (Krutina) führte eine Stakenfahrt auf floßähnlichen Booten durch eine bezaubernde, oft parkähnliche Landschaft.

Acht Kilometer von der russischen Grenze entfernt, stand der Besuch einer Hengstzucht in der Nähe von Bartenstein auf dem Programm.

Von Masuren setzten die TURA-Senioren ihre Reise über Ostroda und die Oberländische Seenlandschaft nach Thorn und Gnesen fort. In Thorn, der Geburtsstadt von Nikolaus Kopernikus, wurde die Altstadt und in Gnesen der mehrfach umgebaute Dom mit dem Kapellenkranz besichtigt.

Von Posen startete die Rückreise. Gesund, mit vielen neuen Eindrücken und insgesamt 3160 Kilometern „auf dem Buckel“ kehrte die TURA-Gruppe nach Bremen zurück.

Die nächsten Reisen der TURA-Senioren führen vom 24. September bis 5. Oktober nach Porec/Istrien und vom 3. bis 8. Dezember nach Großarl/Österreich. Anmeldungen nimmt Jutta Ackermann unter Telefon 6 16 36 19 oder per E-Mail senioren@tura-bremen.de entgegen.

**Mit modernen Reise-Bussen
Ausflugs- und Gesellschaftsfahrten
zu allen Zielen im In- und Ausland.**

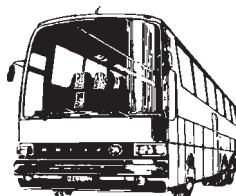
H. PUCKS

Reisedienst - Omnibusbetrieb

28876 OYTEN

Lienertstraße 14

Tel. 04207 - 23 51 · Fax 04207 - 73 09



48 Seniorinnen vergnügten sich bei Modenschau

48 Seniorinnen von TURA unternahmen am 21. April ihre Fahrt zur Modenschau nach Oberlütbe. Gezeigt wurde die neue Frühjahrs-



Gut gelaunt zogen Ingrid Kloke, Hannelore Köppl, Erna Herdler, Inge Hunnenberg und Christel Dunkhase (von links) durch Bad Oeynhausen.

und Sommermode, vorgeführt durch zwei „Models“ aus der Gruppe, Brigitte Loitsch und Jutta Ackermann. Danach hatten alle Teilnehmerinnen ausreichend Zeit, sich neu einzukleiden. Nach einer wunderschönen Fahrt durch das Wiehengebirge gab es ein schmackhaftes Mittagessen in der Landgaststätte Siegmeyer in Bad Oeynhausen-Volkardingingen. Am Nachmittag stand ein ausgiebiger Bummel durch den Kurort Bad Oeynhausen auf dem Programm.



Susi Penne und Hannelore Köppl präsentieren die neue Hutmode bei der Modenschau in Oberlütbe.

SENIOREN Matjessessen im Bootshaus

Zur Eröffnung der Matjessaison trafen sich am 2. Juni 80 Senioren im Bootshaus der Kanu-Abteilung am Lesumhafen, um sich gemeinsam diese besonders leckere und gesunde Delikatesse schmecken zu lassen. Heringe, die zu Matjes verarbeitet werden, dürfen noch keinen Ansatz von Milch und Roggen haben. Das Fleisch ist besonders zart und schmackhaft, der Fettgehalt beträgt mindestens 12 Prozent. Das Fett des Matjes ist reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Diese wirken sich günstig auf den Cholesterinspiegel aus und sind daher gut fürs Herz.



Nach dem Mittagessen spazierten die Teilnehmer an der Lesum. Eine Kaffeetafel rundete den gelungenen Tag ab.

Erna Herdler feierte am 31. Juli in den Centralhallen in Hemelingen ihren 70. Geburtstag. Zahlreiche Gäste von TURA waren dabei und sorgten mit diversen Aufführungen für eine ausgelassene Stimmung.

Erna Herdler wurde nach dem Tod ihres Mannes Gerd im Mai 1999 Mitglied bei TURA. Gerd Herdler kam Ende der 40er Jahre nach Bremen und spielte Fußball unter anderem in der Jungliga



Erna Herdler (mit Mikrophon) feierte ihren 70. Geburtstag. Zahlreiche Gäste von TURA waren dabei.

mit Horst Holzapfel, später mit Heini Träbing, Miki Bockhof und Ernst Blanke sowie in der ersten Herren mit Helmut Schumacher und Hugo Bier. Zu dieser Zeit lernten sich die Eheleute Herdler kennen. Erna Herdler turnt jeden Dienstagvormittag in der Seniorensportgruppe und nimmt an Tagesfahrten und Urlaubstouren teil. Bei Vereinsveranstaltungen ist ihr Butterkuchen bekannt und gern gegessen (*stimmt – die Redaktion*). Zum Spiele-Nachmittag brachte Erna Herdler neue Spiele wie „Rein-raus“ mit, die von ihrem Bruder entwickelt wurden. Obwohl sie in Huckelriede wohnt, ist ihr der Weg zu TURA nie zu weit.

Im „Rosarium“ in Sangerhausen

Mehr als 7000 verschiedene Rosen bekamen am 25. Juni 50 Senioren von TURA im größten „Rosarium“ der Welt in Sangerhausen zu Gesicht. Von Juni bis in den Spätsommer dauert die Blütezeit der Zierpflanzen. Bei dem dreistündigen Aufenthalt konnten Blumenliebhaber viele Tipps aufnehmen, welche Pflanzen als Beiwerk zu Rosen geeignet sind. Der etwa 15 Hektar große Park wird von 27 Gärtnern gepflegt.

Vor der Rückfahrt erwarben die Bremer Reisenden noch zahlreiche Rosen. Nach-



Erna Herdler, Lilo Leidger, Gisbert und Inge Hunnenberg (von links) genießen den Tagesausflug zum „Rosarium“ in Sangerhausen.

dem die Hinreise über Braunlage, Nordhausen und vorbei am Kyffhäuser-Denkmal erfolgte, fuhr der Bus zurück über Osterode nach Bremen zurück. Zum Abendessen erfolgte ein Zwischenstopp in Walsrode-Eckernworth. „Ein schöner Tag voller bunter Eindrücke“, bilanzierten die Teilnehmer am Ende des gut 14-stündigen Ausflugs nach Sangerhausen.



Die Augen können sich satt sehen an wunderschönen Pflanzenanlagen im größten „Rosarium“ der Welt in Sangerhausen.

Zweimal nach Celle

Über 500 alte Fachwerkhäuser konnten jeweils 50 Senioren von TURA am 10. und 17. August in der alten Kreis- und Residenzstadt Celle bewundern. Im Garten der Bierakademie wurde das Mittagessen eingenommen. Nach einem Spaziergang zum Hafen fuhren die TURA-Reisenden mit der „Wappen von Celle“ auf der



Aller bis Winsen. Dabei passierten sie die 1911 gebaute Schleuse Oldau. Bis in das Jahr 1965 befuhren Binnenschiffe mit Getreidelieferungen die Aller von Verden nach Celle. Heute wird die Aller nur noch von Fahrgast- und Sportschiffen genutzt. Nach dem Kaffeetrinken in Hermannsburg hieß der Hermann-Löns-Stein das nächste Wanderziel (unser Foto). Eine schöne Fahrt durch die Südheide und das Abendbrot in Hellwege beendeten die Ausflüge mit zahlreichen neuen Eindrücken und viel Sonne.



Beerdigungs-Institut AM RIENSBERG

Vertrauen Sie unserer langjährigen Erfahrung im Trauerfall und bei der Bestattungsvorsorge.

Beerdigungs-Institut
Bohlken und Engelhardt
AM RIENSBERG

Tel. 21 20 47
Tag und Nacht

Friedhofstraße 16 · 28213 Bremen
www.bohlken-engelhardt.de

TURA trauert um Jan Teerling † 25. Juni 2004

Mit Jan Teerling, geboren am 17. Februar 1933, starb ein Fußballer, der mit viel Herz und Ehrgeiz Aufgaben für seinen Verein erfüllte. Seit dem 1. September 1947 Mitglied bei TURA, wirkte er in den 60er Jahren als Mitarbeiter im Vorstand der Fußballabteilung. Jan Teerling, in Gröpelingen aufgewachsen, war ein geselliger Mensch und stand immer für seine Mitspieler mit Rat und Tat zur Seite. Den Fußball bei TURA verfolgte er auch noch intensiv, als er vor einigen Jahren seinen Wohnort in die östliche Vorstadt verlegte. Mit seiner Karin besuchte er regelmäßig die Veranstaltungen des Vereins. Jan Teerling bleibt unvergessen.

TURA trauert um Dieter Mares † 5. Juli 2004

Dieter Mares, geboren am 27. Juni 1940, trat am 18. August 1975 bei TURA ein. Voraus ging ein intensives Gespräch mit dem damaligen Fußball-Abteilungsleiter Horst Holzapfel, gab es doch Wechselprobleme mit seinem bisherigen Verein. Bei TURA spielte Dieter Mares unter anderem mit Dieter Bänisch und Heinrich Szychta in einer starken Mannschaft mehrfach um die Meisterschaft mit. Im vorgerückten Alter wechselte er zur 5. Herren von Helmut Sauer, wo er noch einige Meisterschaften miterleben konnte. Leider ist es ihm nicht mehr vergönnt, zum 60. Geburtstag von Peter Penner nach Berlin fahren zu können. Dieter Mares bleibt unvergessen.

Theodor Klinger gestorben

Der langjährige Redakteur der Stadtteilumschau der Bremer Tageszeitungen, Theodor Klinger, starb am 17. Juni im Alter von 63 Jahren während eines Genesungsurlaubs auf Mallorca. Theo Klinger hat TURA über viele Jahre journalistisch begleitet. Für die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins war er immer ein engagierter und überaus fairer Partner.



In den letzten Jahren gehörte Theo Klinger zur Sportgruppe im TURA-Studio, die sich jeden Dienstag- und Donnerstagmorgen trifft.

TURA trauert um Theo Klinger.

Ob groß oder klein – für jeden ein Angebot hat unser Verein!

Turnen Judo Hip-Hop Tischtennis Karate Taekwondo Jonglage Einradfahren Badminton Modern Dance Volleyball Boxen Tanz Kanusport Fußball Entspannung Bewegungsförderung Sportfischen Spielleute- Orchester.

**TURA Bremen,
Lissaer Straße 60,
28237 Bremen
Tel. 0421/61 34 10,
info@tura-bremen.de
www.tura-bremen.de**

Verantwortlicher Herausgeber: TURA Bremen e.V.

Anzeigen: Wolfgang Zimmermann, Tel. 2030309, Fax 232119, www.bremen-werbung.de

Fotos und Autorenbeiträge: Jutta Ackermann, Nina Adam, Katharina Adamczak, Manfred Bertram, Sabine Braun, Marina Brumme, Uwe Bückmann, Michael Buhlrich, Jutta und Herwig Claußen, Uwe Drewes, Gerold Gerdes, Hans-Günter Herbst, Horst Holzapfel, Roland Klein, Heike und Klaus Kremling, Konstanze Kulwicke, Katja Leese, Karoline und Ekkehard Lentz, Michaela Leese, Jürgen Lippold, Lars Lücken, Jürgen Meyer, Hans-Hermann Mitzig, Rainer Müller, Diane Opitz, Anne Ossig, Marco Poppe, Stefan Schaade, Peter Schwarz, H.W. Schütte, Frank Seidler, Susan Stahl, Lutz Steenken, Margret Träbing, Bernhard Woikowski

Gestaltung: Wolfgang Zimmermann © 2004 · e-Mail: wozi@bremen-werbung.de

Scans: www.digitaldruck4u.de · e-Mail: wozi@digitaldruck4u.de

Wir danken unseren Inserenten für die nachhaltige Unterstützung unserer Arbeit und empfehlen sie unseren Lesern gern zum Auf- und Ausbau von Geschäftskontakten.

Wir stellen vor: Iris Piechaczek-Moustafa

Seit November 2003 leitet Iris Piechaczek-Moustafa die Hip-Hop Gruppe bei TURA. Jeden Donnerstag, in der Zeit von 16 bis 17 Uhr, treffen sich die Jugendlichen im Alter von 8 bis 12 Jahren, um die neusten Choreographien einzustudieren. Wer Lust hat sollte einfach mal vorbeischaun. Neben dem Hip-Hop hat Iris noch viele weitere Qualifikationen. Sie erwarb die Übungsleiterlizenz „Breitensport und Fitness“ beim Landessportbund und die Lizenz „Sport in der Prävention“ mit dem Schwerpunkt Rücken.



Iris Piechaczek-Moustafa leitet die Hip-Hop Gruppe bei TURA.

Des Weiteren hat sie eine Ausbildung im Bereich Qi-Gong absolviert und ist als naturheilkundliche Ernährungsberaterin tätig. Ihre besondere Leidenschaft gehört dem Tanz. Als Solotänzerin hatte sie mit verschiedenen Musik- und Folkloregruppen diverse Auftritte und stellte ihr Können beim Orientalischen Tanz, Samba oder Flamenco unter Beweis.

Neu: Sport für Menschen mit Behinderungen



Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Behinderung sind die Zielgruppe eines neuen Angebots bei TURA. In Kooperation mit dem Martinsclub stehen Gymnastik und Bewegungsspiele mittwochs in der Grundschule am Halmerweg von 17 bis 18 Uhr auf dem Programm. Übungsleiterin Steffi Bürding begrüßte die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum ersten Mal am 25. August. Weitere Informationen: TURA-Geschäftsstelle, Telefon 61 34 10.

Terminhinweis:

„Gröpelinger speelt for Gröpelinger“ mit dem TURA-Spielleuteorchester, 14.11., 15 Uhr, Gemeindesaal, Danziger Straße

Kursangebote 2. Halbjahr 2004

Aktives Rückentraining Kurs 2	montags, 18. 10. bis 20. 12.	19-20.00 Uhr (10 Termine)
Leitung: Christine Hauer TURA Vereinszentrum		
Autogenes Training	montags, 1. 11. bis 20. 12.	18.30-20.00 Uhr (8 Termine)
Leitung: Brigitte Karrasch (Diplom-Psychologin) TURA Vereinszentrum		
Die sanfte Nackenschule	donnerstags, 14. 10. bis 2. 12.	9-10.15 Uhr (8 Termine)
Leitung: Sabine Braun (Bewegungspädagogin) TURA Vereinszentrum		
Die sanfte Nackenschule	donnerstags, 14. 10. bis 16. 12.	18-19 Uhr (10 Termine)
Leitung: Christine Hauer (Tanz- und Bewegungspädagogin) TURA Vereinszentrum		
Vorbeugung gegen Osteoporose	donnerstags, 23. 9. bis 16. 12.	10-11.00 Uhr (12 Termine)
Leitung: Jutta Ackermann (Kursleiterin Osteoporose) TURA Vereinszentrum		
Qi-Gong	mittwochs, 22. 9. bis 15. 12.	17.45-18.45 Uhr (11 Termine)
Leitung: Elisabeth Kazenwadel (Qi-Gong Lehrerin) TURA Vereinszentrum		

Neu bei TURA: Meridian-Dehnung

Neu in sein Gesundheitssportprogramm hat der Turn- und Rasensportverein (TURA) die „Meridian-Dehnung“ aufgenommen. Die asiatische Heilgymnastik wird donnerstags in der Zeit von 18.30 bis 19.30 Uhr im Medienraum des Vereinszentrums an der Lissaer Straße angeboten. „Meridiane sind Energiebahnen, die den ganzen Körper durchziehen. Ist der Energiefluss in den Meridianen gestört, können körperliche Beschwerden wie Rücken- und Nackenbeschwerden auftreten. Die Heilgymnastik führt zu mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Vitalität“, erläutert Bewegungspädagogin Sabine Braun, die das Angebot leitet. Anmeldungen: Telefon 61 34 10 oder per E-Mail info@tura-bremen.de.

Ballspiele in erschiedenen Variationen

Mädchen und Jungen im Alter von zehn bis 13 Jahren können jeden Mittwoch von 17.30 Uhr bis 18.30 Uhr in der Sporthalle der Gesamtschule West an der Lissaer Straße an dem neuen Angebot „Ballspiele in verschiedenen Variationen“ teilnehmen. Angesprochen sind Kinder, die Spaß am Spiel mit Bällen haben, sich aber nicht nur auf eine Sportart festlegen wollen. Weitere Informationen: TURA -Geschäftsstelle, Telefon 61 34 10, Melanie Bullwinkel 616 90 18, Gudrun Pflüger 616 69 26, Peter Siemers, 616 16 16.

Frauen in Bewegung

„Frauen in Bewegung“ heißt es auf der Website von gesche.online. TURA ist selbstverständlich auch dabei. gesche.online, das Bremer Landesportal und aktuelle Internet-Magazin für Frauen, ist mittlerweile seit über einem Jahr im Netz. Mit bis zu 30.000 Zugriffen pro Monat hat es sich als Informationsmedium für Frauen in Bremen, Bremerhaven und umzu etabliert.

Unter „Frauen in Bewegung“ auf gesche.online finden sich mit mehr als 30 Artikeln interessante Hinweise. Ob im Sportstudio, im Kloster oder in Grönland: Frauen bewegen sich auf vielen Ebe-

Jonglieren stärkt die Koordination

Bei TURA können Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren jeden Dienstag von 16.30 bis 18 Uhr in der Sporthalle des Vereinszentrums an der Lissaer Straße in abwechslungsreichen Übungseinheiten das Jonglieren mit Bällen und Reifen lernen. Mit viel Spaß wird nebenher Konzentration und Geduld gefördert und das Zusammenspiel von Armen, Händen und Beinen verbessert. Übungsleiter Boris Maretzke gibt ebenfalls Tipps zum Fahren mit dem Einrad. Boris Maretzke trainiert bereits seit seinem siebten Lebensjahr und arbeitete schon als Co-Trainer einer Zirkusgruppe in Bremen. Weitere Informationen und Anmeldung in der TURA-Geschäftsstelle unter Telefon 61 34 10.



Langhantel-Workout

Übungsleiterin Tine Flathmann vermittelt ab 25. Oktober jeden Montag von 20 bis 21 Uhr Übungen mit der Langhantel, die auch für Ungeübte und Wiedereinsteiger leicht erlernbar sind. Unterlegt sind die Trainingseinheiten mit fetziger Musik, sodass mit guter Laune durch das variable und intensive Training die Muskulatur gestärkt wird. Anmeldungen ab sofort.

nen. Mit Berichten und persönlichen Erfahrungen lädt gesche.online ein, das breite Spektrum kennen zu lernen: Darf es meditatives Bogenschießen sein, Motorrad fahren, Hochseil klettern? Oder ist eher die spirituelle Bewegung im Kloster gefragt? Was haben die Bremer Sportvereine zu bieten? Wohin wenden sich Mädchen, wenn sie in die Fußstapfen der Bremer Fußball-Nationalspielerin Sarah Günther treten wollen? Das alles - und noch viel mehr - ist im neuen Schwerpunkt „Frauen in Bewegung“ nachzulesen. Schaut doch einmal herein: <http://www.gesche.bremen.de>



Abb.: Zielj. Sonderausstattung

Lust auf Ibiza?
dann geben
Sie uns Ihren
Alten!

Sparen Sie jetzt! Der SEAT Ibiza hat viel zu bieten: aufregendes Design und eine breitgefächerte Motorenpalette. Das macht zusammen: Leidenschaft und Fahrspaß – pur! Und jetzt ganz aktuell: Die Sondermodelle Ibiza Fresh und Ibiza Fresh mit Plus Paket. Steigen Sie um auf den SEAT Ibiza und sparen Sie jetzt – je nach Modell und Ausstattung - bis zu 2000 Euro*!
*im Vergleich zu unserem bisherigen Verkaufspreis

Jetzt Höchstpreise
für Ihren Alten!



Abb.: Ibiza Fresh

WAHNSINN

Ibiza Fresh 1.2i
Tageszulassung

ab **11.990,-**

- ABS mit EBV
- 4 Airbags
- Zentralverriegelung mit Funkfernbedienung
- Fensterheber vorn

**Autohaus
Lübkemann & Benthe
GmbH**

Gröpelinger Heerstr. 325
28239 Bremen
Tel. (0421) 611230
LuB@seatpartner.de



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Lübkemann + Benthe

Gebrauchtwagen-Angebote unter www.seat-bremen.de

Herausgeber: Turn- und Rasensportverein e.V. (TURA), Postfach 21 01 14, 28221 Bremen
Auflage: 3.800 Exemplare · Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten
Umweltfreundlich: gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier



Waller Heerstraße 130
28219 Bremen

Fon: [0421] - 306 21 57
Fax: [0421] - 577 07 37

Die richtige Adresse für

Internetcafe

Internetcafe

**Hardware · Software
Telekommunikation · Handy · Festnetz**

Satellitentechnik

Kabel Deutschland

DigiKabel

e-plus⁺
Klingelt's?

... **T** ... Com

O₂ can do

vodafone live!

... **T** ... Mobile

ARCOR

Internet: <http://www.stardiscounter.de>