

# TURN- UND RASENSPORTVEREIN BREMEN E.V.



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

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

**Tel. 0421 / 61 34 10 Fax: 61 34 11**  
**E-Mail: [info@tura-bremen.de](mailto:info@tura-bremen.de)**  
**[www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de)**

**Geschäftszeiten:** Montag bis Donnerstag  
Dienstag

**10.00 - 12.00 Uhr**  
**16.00 - 19.00 Uhr**

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

## Übungszeiten

Stand: 14.01.2020

### Budo-Sport

		<b>Michael Buhlrich, Tel. 0172/4349659</b>	
<b>Judo</b> Montag	17:00-18:30	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
	17:00-18:30	Techniktraining 7-9 Jahre	Gesamtschule-West -Kraftübungsraum-
	18:30-20:00	Techniktraining U 14	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
	20:00-21:30	Techniktraining U 17 und älter	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
	20:00-21:30	Erwachsenentraining	Gesamtschule-West -Kraftübungsraum-
Dienstag	17:00-18:30	Judo spielend lernen 4-5 Jahre	Gesamtschule-West-Gymnastikraum-
Donnerstag	17:30-19:00	Techniktraining 7-9 Jahre	Gesamtschule-West-Gymnastikraum
	19:30-21:00	Erwachsenentraining/Techniktraining	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-
Freitag	18.30-20.00	Kampftraining U 11, U 14 und älter	Gesamtschule-West -Gymnastikraum-

		<b>Tobias Nickel</b>	
<b>Karate</b> Dienstag	18:00-19:00	Kinder, Jugend Fortgeschrittene	Gesamtschule-West-Kraftraum
	ab 19:00	Freies Training nach Absprache	Gesamtschule-West-Kraftraum
Mittwoch	17:30-18:30	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Kraftraum-
	18:45-19:45	Kinder, Jugendliche Fortgeschrittene	Gesamtschule-West -Kraftraum-
Donnerstag	18:00-19:00	Kinder, Jugend Fortgeschrittene	Gesamtschule-West-Kraftraum-
	ab 19:00	Freies Training nach Absprache	Gesamtschule-West-Kraftraum
Freitag	17:00-18:00	Kinder Anfänger ab 6 Jahre	Gesamtschule-West -Kraftraum-
	18:15-19:45	Erwachsene Anfänger	Gesamtschule-West -Kraftraum

		<b>Tim Glenewinkel</b>	
<b>Taekwon-Do</b> Montag	17:00-18:00	Kinder ab 6 Jahre (ab Gelbgurt)	Pastorenweg -Halle-
	18:00-19:30	Fortgeschrittene von 12-19 Jahre (Grün-Rot)	Pastorenweg -Halle-
	20:00-21:30	Erwachsene Fortgeschrittene (Blau – Schwarz)	Pastorenweg -Halle-
Dienstag	19:00-20:30	Erwachsene Anfänger+Fortgeschrittene	Pastorenweg-Halle-
	Mittwoch	16:30-17:30	Anfänger ab 6 Jahre
17:00-18:30		Kampftraining alle	Pastorenweg -Halle-
18:30-21:00		Poomsae-Wettkampftrainig ab Grüngurt	Pastorenweg -Halle-
Donnerstag	18:30-20:00	Grundlagentraining Erw. ab Gelbgurt	Pastorenweg -Halle-
	20:00-21:30	Erwachsene Fortgeschrittene (Blau – Schwarz)	Pastorenweg -Halle-
Freitag	16:00-17:00	Anfänger Kinder ab 6 Jahre (Weiß – Grün)	Pastorenweg -Halle-
	17:00-18:00	Fortgeschr./Anfänger ab 12 Jahre (ab Gelb)	Pastorenweg -Halle-
	18:30-19:00	Kampftraining für alle	Pastorenweg -Halle-

		<b>Uwe Drewes, Tel. 39 39 36</b>	
<b>Badminton</b> Dienstag	19:00-22:00	Training nur nach Einladung	Gesamtschule-West -2/3 Halle-
Mittwoch	17:30-19:00	Kinder und Jugendliche 8-17 Jahre	Gesamtschule West -2/3 Halle-
	19:00-22:00	Erwachsene und Jugendliche	Gesamtschule-West -2/3 Halle-

### Boxen

Probetraining nur mittwochs

Montag	18:00-20:00	alle Altersgruppen	Halmerweg -Halle-
Dienstag	18:30-20:00	Training nach Absprache	Halmerweg -Halle
Mittwoch	18:00-20:00	alle Altersgruppen	Halmerweg -Halle-
Freitag	18:00-20:00	Aktive Wettkämpfer	Halmerweg -Halle

## Fußball

**Michael Hunold**, Tel. 0151-25777412 ab 18.00 Uhr (Herren)

**Nicole Özdemir**, Tel. 616 36 84 montags zwischen 19.00 – 21.00 Uhr (Jugend)

## Trainingszeiten auf Anfrage

**Keine Anmeldung im Büro möglich, nur über die Abteilung!**

## Kanu

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

## Lutz Steenzen, Tel. 62 92 60 o. Marco Madera, Tel. 65 86 997

## Spielleute-Orchester

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

## Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01

## Sportfischen

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

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

## Tischtennis

Montag	17:00-19:00	Anfänger /Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
	19:00-22:00	Erwachsene / Freizeitgruppe	Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
Mittwoch	17:00-22:00	Offenes Training für Alle, ohne spez. Trainingsangebot	Fischerhuder Str. -Halle (unten)
	17:00-22:00		Fischerhuder Str. -Halle (oben)
Freitag	17:00-19:00	Anfänger / Jugendliche	Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
	19:00-22:00	Erwachsene / Freizeitgruppe	Fischerhuder Str. -Halle (unten + oben)
Freitag	19:15-22:00	Punktspiele Erwachsene	TURA-Vereinszentrum -Sporthalle-

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

## Volleyball

Montag	19:00-21:45	Erwachsene	Gesamtschule West - 1/3 Halle
Mittwoch	19:30-21:45	Gem. Gruppe für Jung und Alt	Gesamtschule West - 1/3 Halle

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

## Turnen und Freizeitsport

### Turnen u. Bewegung für Kinder

### Sonja Nonnast

Montag	10.00-11.30	Spiel und Spaß für Kleinkinder 9 M.-3 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
	17:00-18:00	Bewegungsförderung 3-5 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
Dienstag	16:00-17:00	Kinderturnen 3-6 Jahre	Pastorenweg -Halle-
	16:00-17:00	Kreativer Kindertanz 4-6 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
	17:00-18:30	Kinderturnen 7-12 Jahre	Pastorenweg -Halle-
Mittwoch	16:00-17:00	Bewegungsförderung 3-6 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
Donnerstag	16:00-17:00	Mutter/Vater und Kinder 1 ½ - 3 Jahre	Pastorenweg -Halle-
Freitag	16:00-17:00	Kinderturnen 3-6 Jahre	Vereinszentrum –große Halle-
	17:00-18:30	Kinderturnen 6-10 Jahre	Vereinszentrum -große Halle-

### Turnen/Gymnastik Erwachsene

Dienstag	10:30-11:30	Gesund und Fit in den Morgen	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	20:00-22:00	Gymnastik Damen (Christine Schnatow)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Mittwoch	20:00-22:00	Gymnastik Damen (Helga Wohlers)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Donnerstag	16:45-17:45	Rücken Fitness (Martina Kruck)	TURA-Vereinszentrum –große Halle-

### Turnen Senioren

### Jutta Ackermann, Tel. 616 36 19

Dienstag	08:30-09:30	Gesundheitssport für Senioren	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
	09:30-10:30	Gesundheitssport für Senioren	TURA-Vereinszentrum –große Halle-
Mittwoch	10:15-11:45	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Bootshaus Lesum -Sportraum-
Donnerstag	17:00-18:00	Fit u. aktiv in der zweiten Lebenshälfte	Pastorenweg -Halle-



**Fitness and Dance****Info Geschäftsstelle Tel. 61 34 10**

Montag	18:00-19:15 20:00-21:00	Fitnessstraining (Rodica Schieb) Zumba (Alexej Cordero-Lopez)	TURA-Vereinszentrum – große Halle - TURA-Vereinszentrum – große Halle -
Dienstag	17:00-18:00 18:00-19:00 19:00-20:00	Dance and move ab 7 Jahre (Roya Tasmim) Tanz und Fitness Choreografie (Roya Tasmim) Spaß und Fitness mit den smovey Ringen	TURA-Vereinszentrum – große Halle- TURA-Vereinszentrum – kleine Halle- TURA-Vereinszentrum – große Halle-
Mittwoch	18:00-19:30	Sportabzeichen Training und Abnahme	TURA-Bezirkssportanlage

**Öffnungszeiten im Studio, Tel. 61 30 41**

Montag	08:30-13:00 16:00-21:30	Damen/ Herren Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum -Studio-
Dienstag	08:30-10:00 10:00-21:30	Herren 50 Plus Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum -Studio-
Mittwoch	08:30-10:00 10:00-13:00 16:00-21:30	Damen Damen/ Herren Damen/ Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum -Studio-
Donnerstag	08:30-09:30 09:30-21:30	Damen Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum –Studio-
Freitag	09:00-13:00 16:00-20:00	Damen/Herren Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio- TURA-Vereinszentrum -Studio-
Samstag	10:00-15:00	Damen/Herren	TURA-Vereinszentrum -Studio-
Sonntag	10:00-14:00	Damen/Herren	außer im Juli

**Aktuelle Mitgliedsbeiträge****monatlich Euro**

Erwachsene	<b>15,50</b>
Kinder/Jugendliche bis 18 Jahre + Studenten mit Bescheinigung	<b>9,00</b>
Familien (ab 3 Pers.) ohne Zusatzbeiträge	<b>31,00</b>
Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwon-Do)	<b>40,00</b>
Familien (ab 3 Pers.) bei Nutzung aller Sportarten (inkl. Zusatzbeiträge)	<b>59,00</b>
Spielleute-Orchester	<b>9,00</b>
Passive	<b>4,50</b>
Sportfischer	<b>7,00</b>

**Zusatzbeiträge:**

Tischtennis (Erwachsene)	<b>2,00</b>
Fußball (Erwachsene)	<b>2,00</b>
Fußball (Kinder und Jugendliche)	<b>1,00</b>
Budo-Sport (Kinder)	<b>3,50</b>
Budo-Sport (Erwachsene)	<b>4,50</b>
Rehasport ohne Verordnungen	<b>5,50</b>
Yoga	<b>12,50</b>
Zumba (Erwachsene, außer Studiomitglieder)	<b>5,00</b>
Studio für Jugendliche, Schüler + Studenten	<b>12,00</b>
Studio für Erwachsene	<b>13,50</b>

**Aufnahmegebühr:** Erwachsene/Jugendliche/Kinder 1 Monatsbeitrag = inkl. Zusatzbeitrag  
Sportfischer (Natur- und Umweltschutzabgabe) Euro 60,00

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

**Der Beitrag wird im SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen.**

**Wird kein Lastschriftmandat erteilt, entstehen Kosten in Höhe von € 2,50**

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

Der **Austritt** ist nur zum Schluss des Kalenderhalbjahres (zum **30.06.** und **31.12.**) möglich.

Die Abmeldung muss schriftlich spätestens am 19. Mai oder 19. November in der Geschäftsstelle vorliegen.

Eine Bestätigung der Kündigung kann aus Gründen der Kostenersparnis und der Arbeitsvereinfachung nicht erwartet werden. Trainer, Übungsleiter sowie Betreuer sind nicht berechtigt, Kündigungen anzunehmen.