

Ausgabe I · 1. Quartal 2006

# tura

# aktuell

[www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de)



**Jahreshauptversammlung**  
8. März 2006, 19 Uhr

**Tischtennis WM in Bremen**  
ab 24. April 2006

**Fußball-Erlebnistage**  
9. / 10. Juni 2006

EL MARIACHI



## HAPPY HOUR

Montag - Donnerstag 17 - 20 Uhr

**Alle Cocktails**

3,50 €

Freitag

**Caipiriña & Mojito 0,5 l**

6,50 €

Samstag

**Cocktailtag**

Alle Cocktails 4,00 €

Sonntag

**Mexico Jumbo Night**

Alle Mexico Cocktails 0,5 l 6,50 €

**Bienvenidos en El Mariachi**

Schwachhauser Heerstr. 186 · Tel. 21 30 83

Vor dem Steintor 206 · Tel. 70 40 90

# TURN- UND RASENSPORTVEREIN BREMEN E.V.

GEGRÜNDET 1894 · MITGLIED DES LANDESSPORTBUNDES BREMEN E.V.

Ausgezeichnet mit dem Pluspunkt Gesundheit vom DTB



**Geschäftsstelle:** Vereinszentrum Lissauer 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  
**Bankkonto:** Die Sparkasse in Bremen (BLZ 290 501 01), Konto-Nr. 11 662 483  
Beitragszahlungen Sparkasse Kto.Nr. 102 7275

|                         |                    |            |                       |                              |
|-------------------------|--------------------|------------|-----------------------|------------------------------|
| Ehrenpräsident:         | Peter Sakuth       |            | Lutz Steenken         | 62 92 60                     |
| Präsident               | Dirk Bierfischer   | 6 16 50 09 | Gerd Schweizer        | 6 19 96 74                   |
| Vizepräsident:          | Ekkehard Lentz     | 3 96 18 92 | Peter Schwarz         | 61 34 96                     |
| - Sportlicher Leiter    | Roland Klein       | 3 80 77 47 | Mitgliederverwaltung: | Marion Schwarz 61 34 10      |
| Liegenschaftsverwalter: | Heinz Baumer       | 6 44 86 67 | Vereinsarzt:          | Dr. Björn Ackermann 61 34 10 |
| Schriftführer:          | Manfred Wardenberg | 61 52 62   | Haustechnik:          | Dieter Witkowski 6 16 33 39  |
| Beisitzer:              | Melanie Bullwinkel | 6 16 90 18 |                       |                              |

## Abteilungen und Ansprechpartner:

|                              |   |
|------------------------------|---|
| <b>AeroFit</b>               | Kerstin Flathmann, Tel. 3 96 86 55  |
| <b>Aqua-Gymnastik</b>        | Jutta Ackermann, Dagmar Röpke, Tel. 6 16 36 19  |
| <b>Badminton</b>             | Uwe Drewes, Tel. 39 39 36; badminton@tura-bremen.de   |
| <b>Boxen</b>                 | Herwig Claußen, Tel. 39 33 69; boxen@tura-bremen.de   |
| <b>Fitness-Studio</b>        | Tel. 61 30 41, Roland Klein; studio@tura-bremen.de  |
| <b>Fußball</b>               | Andree Hoberg, Tel. 61 34 54, mo. 18:30-21 Uhr; fussball@tura-bremen.de<br>Jugend: Tel. 6 16 36 84; fussballjugend@tura-bremen.de |
| <b>Gesundheit</b>            | Sabine Braun, Marion Schwarz, Tel. 61 34 10;<br>gesundheit@tura-bremen.de   |
| <b>Herzsport</b>             | Sabine Braun, Brigitte Honnens, Tel. 61 34 10   |
| <b>Judo</b>                  | Fredi Jeschke, Tel. 35 34 71; judo@tura-bremen.de   |
| <b>Jugend</b>                | Dagmar Röpke, Tel. 6 16 41 22, Lars Ackermann, Tel. 7 94 08 00;<br>jugend@tura-bremen.de (Jugendleiter)                           |
| <b>Karate</b>                | Tobias Nickel, Tel. 1 65 51 46; karate@tura-bremen.de   |
| <b>Kanusport</b>             | Lutz Steenken, Tel. 62 92 60; kanu@tura-bremen.de   |
| <b>Krebsnachsorge</b>        | Helma Rumphorst, Tel. 35 18 87  |
| <b>Lauffreff</b>             | Tel. 61 34 10; info@tura-bremen.de  |
| <b>Spielleuteorchester</b>   | Wolfgang Schmidt, Tel. 61 78 01; spielleute@tura-bremen.de  |
| <b>Sportfischen</b>          | Werner Balzer, Tel. 61 42 88, Volker Webner, Tel. 396 29 27;<br>sportfischen@tura-bremen.de                                       |
| <b>Taekwondo</b>             | Roland Klein, Tel. 61 34 10; taekwondo@tura-bremen.de   |
| <b>Tischtennis</b>           | Klaus-Peter Schulz, Tel. 61 73 08 / Jürgen Lippold, Tel. 61 24 22;<br>tischtennis@tura-bremen.de                                  |
| <b>Turnen/Gymnastik Erw.</b> | Roland Klein, Tel. 61 34 10; turnen@tura-bremen.de  |
| <b>Kinderturnen</b>          | Melanie Bullwinkel, Tel. 61 34 10; kinderturnen@tura-bremen.de  |
| <b>Senioren-sport</b>        | Jutta Ackermann, Tel. 6 16 36 19; senioren@tura-bremen.de   |
| <b>Qigong</b>                | Elisabeth Kazenwadel, Tel. 70 28 65; qigong@tura-bremen.de  |
| <b>Volleyball</b>            | Peter Siemers, Tel. 6 16 16 16; volleyball@tura-bremen.de   |
| <b>Yoga</b>                  | Irmgard Maretzke, Tel. 38 19 54   |

**Internet** www.tura-bremen.de · **e-Mail** info@tura-bremen.de

Redaktion TURA-aktuell: Ekkehard Lentz, Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11; zeitung@tura-bremen.de

Wolfgang Zimmermann, Tel. 2 03 03 09, (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. 3 96 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.

**Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe 1.5.2006**

# Aus dem Inhalt

Titelfoto:

Die Bremer Landesmeisterin im Doppel, Lisa-Maria Brock, gehört zu den hoffnungsvollen Nachwuchstalenten der Tischtennis-Abteilung von TURA.

|  |    |
|--|----|
| Mitgliedsbeiträge .....  | 6  |
| Terminkalender .....   | 7  |
| Einladung zur Jahreshauptversammlung von TURA Bremen 2006..... | 9  |
| Klausurtagung.....   | 10 |
| Boxen.....   | 12 |
| Fußball .....  | 13 |
| Gesundheitswerkstatt.....                                      | 20 |
| Karate .....   | 24 |
| Judo.....  | 25 |
| Kanu .....   | 27 |
| Spielleuteorchester.....                                       | 31 |
| Taekwondo .....  | 33 |
| Tischtennis .....  | 34 |
| Turnen.....  | 35 |
| Walking.....   | 36 |
| Sportfischen.....  | 37 |
| Senioren.....  | 38 |
| Sonstiges .....  | 42 |
| TURAJugend .....   | 43 |
| Volleyball .....   | 44 |
| Angebote .....   | 45 |
| Sonstiges .....  | 46 |

## 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

## Liebe Turanerinnen, liebe Turaner,

Mit großen Schritten geht der Verein TURA der Jahresmitgliederversammlung entgegen. Dies ist der Tag, an dem das amtierende Präsidium Rechenschaft legt, über seine Arbeit, seine Erfolge und gegebenenfalls zukünftige Planungen. Gleichzeitig haben die Mitglieder die Gelegenheit, die Arbeit zu bewerten und die Schwerpunkte der zukünftigen Arbeit mit zu beeinflussen. Aus diesem Grund ist der Tag der Mitgliederversammlung am 8. März 2006 ein wichtiges Ereignis, an dem möglichst viele Mitglieder von TURA Bremen teilnehmen sollten. Es kann hier ein Stück Einfluss und Entscheidung durch die Mitglieder selbst wahrgenommen beziehungsweise ausgeübt werden.

Dem Präsidium ist es gelungen, dafür meine ganz persönliche Anerkennung, das lange diskutierte Projekt der Erweiterung des Vereinszentrums nunmehr finanziell und planungsrechtlich festzumachen. Hiermit werden Voraussetzungen geschaffen, TURA Bremen auch für die nächsten Jahre so aufzustellen, dass man sowohl sportlich als auch finanziell den Herausforderungen entsprechen kann.

Dieses ist notwendig, da sich die öffentliche Hand, was die Förderung des Breitensports angeht, auf Grund der bekannten Haushaltsmisere immer zaghafter aufstellt. Von daher ist es richtig, den Verein TURA jetzt so zu strukturieren, aber auch mit seinem Herzstück, dem Vereinszentrum, so zu organisieren, dass ein Optimum an Angeboten aus dem Bereich des Breitensports, des Gesundheitssports und auch im Bereich Fitness verfügbar ist. Dieser Weg ist richtig und das Präsidium hat hierzu gute Vorarbeiten geleistet. Es bleibt abzuwarten, ob die ausgewählten Handwerksbetriebe den hohen Standard, den TURA an sich selbst gelegt hat, auch bei der Ausführung der Bauarbeiten erreichen werden.

Im Stadtteil selbst hat es, bezogen auf die letzten zehn Jahre, eine Vielzahl von Verände-



rungen gegeben. Alle, die mit offenen Augen die Gröpelinger Heerstraße entlang gehen, können feststellen, dass eine Verlagerung der Geschäftsbetriebe und damit der Nahversorgungsangebote erfolgt ist. Auch dieses hat Auswirkungen auf die Angebote eines Sportvereins und seine Attraktivität im Stadtteil. Das Präsidium hat gemeinsam mit dem Hauptausschuss im Rahmen der Klausurtagung auch diese Veränderung sowohl hinsichtlich der Zusammensetzung der Bevölkerung nach Alter, Geschlecht und Nationalitäten und deren Anforderungen an den Sport ausführlich erörtert. Gemeinsam hat man dabei festgestellt, dass TURA sich in bestimmten Angebotsgruppen weiter öffnen muss, um mittelfristig als Verein nicht zu schrumpfen, sondern seine Attraktivität, verbunden mit der jetzigen Größe, beizubehalten oder besser noch auszubauen.

Mit dieser Erkenntnis, dem begonnenen Erweiterungsbau für das Vereinszentrum und einer sich bei der Jahreshauptversammlung komplettierenden Führungsmannschaft, wird TURA Bremen für die nächsten Jahre gut aufgestellt sein. Dies sollten wir uns gemeinsam wünschen und durch unser eigenes Handeln in den Abteilungen, Mannschaften und Gruppen, soweit wir können, unterstützen. Darum bitte ich Sie ganz persönlich.

Mit freundlichen Grüßen

Peter Sakuth  
- Ehrenpräsident -

# Mitgliedsbeiträge

|  |         |
|--|---------|
| Erwachsene.....  | 11,50 € |
| Kinder/Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr.....         | 7,00 €  |
| Familien .....   | 23,00 € |
| Familien Budo-Sport (Judo, Karate u. Taekwondo) .....              | 32,00 € |
| Familien bei Nutzung aller Sportarten (incl. Zusatzbeiträge) ..... | 51,00 € |
| Spilleuteorchester.....  | 7,00 €  |
| Passive.....   | 4,50 €  |
| Sportfischer.....  | 6,00 €  |

## Zusatzbeiträge

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

## 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 ..... je 2,50 €  
Für nicht eingelöste Lastschriften wird ein zusätzlicher Verwaltungsbeitrag von 2,50 € erhoben.  
Zudem sind die Lastschriftenkosten 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. Juni oder 31. Dezember) möglich. Der Austritt muss dem Verein (Präsidium) durch **schriftliche Erklärung** mindestens **6 Wochen** vor Halbjahresende angezeigt werden (Stichtag: 19. Mai oder 19. Nov.). Eine Bestätigung der Kündigung kann aus Gründen der Kostenersparnis und der Arbeitsvereinfachung nicht erwartet werden. Trainer, Übungsleiter sowie Betreuer sind **nicht berechtigt**, Kündigungen anzunehmen.

## In eigener Sache

Zur Pressearbeit: Informationen, Meldungen, Termine, Veranstaltungen, Fotos und weitere Ideen für die Printmedien, Vereinszeitung, Internet und Newsletter werden auch weiterhin bevorzugt als E-Mail an die Adresse [zeitung@tura-bremen.de](mailto:zeitung@tura-bremen.de) erbeten. Nachrichten, Ideen für Drehtermine und Interviews für die Fernsehsendung "TURA aktuell" im Bürgerrundfunk Bremen sind bitte an die Adresse [tv@tura-bremen.de](mailto:tv@tura-bremen.de) zu richten. Natürlich sind auch Benachrichtigungen an die TURA-Geschäftsstelle per Telefon 61 34 10 oder per Fax 61 34 11 möglich.

# Terminkalender

|                     |                     |  |
|---------------------|---------------------|--|
| 28. Februar         |                     | Jahreshauptversammlung der TURA-Senioren, Vereinszentrum   |
| 28. Februar         | 20 Uhr              | „TURA aktuell“, TV live im Bürgerrundfunk Bremen (Kabelkanal 11)   |
| 2. März             | 20 Uhr              | Vortrag von Ulrich Reiter, „DGzRS kenne ich – oder doch nicht?“, TURA-Bootshaus, Am Lesumhafen 26  |
| 4. März             | 14.30 bis 17.30 Uhr | Workshop „Den Augen Gutes tun“, Leitung: Elisabeth Kazenwadel (Augenoptikermeisterin, Sehtrainerin), Vereinszentrum                            |
| 7. März             | 19 Uhr              | TURA-Jugendversammlung, TURA-Vereinszentrum  |
| 8. März             | 19 Uhr              | Jahreshauptversammlung TURA, TURA-Vereinszentrum   |
| 11. März            | 13 Uhr              | Volleyballturnier, Gesamtschule West   |
| 16. März            | 19 Uhr              | Vortrag „Das Leben ist kein Zuckerschlecken...“, Diabetes und Übergewicht, Dr. Manfred Steinkohl (Allgemeinarzt, Sportmedizin), Vereinszentrum |
| 28. März            | 20 Uhr              | „TURA aktuell“, TV live im Bürgerrundfunk Bremen (Kabelkanal 11)   |
| 17. April (geplant) | 15 Uhr              | Fußball: Brinkumer SV – TURA (ODDSET-CUP Halbfinale)   |
| 24. April           |                     | TURA-Stand bei Tischtennis-Weltmeisterschaft im AWD-Dome   |
| 25. April           | 20 Uhr              | „TURA aktuell“, TV live im Bürgerrundfunk Bremen (Kabelkanal 11)   |
| 9./10. Juni         |                     | Fußball-Erlebnistage Möbel Sander in Zusammenarbeit mit TURA, Bezirkssportanlage Gröpelingen   |
| 14. Juni            | 18.30 Uhr           | Vortrag „Wechseljahre? Unverwechselbar!“, Dr. Margret Heider (Frauenärztin), Vereinszentrum  |
| 1. Juli             |                     | 8. Gröpelinger Citylauf  |

Am Waller See



Neubau von attraktiven  
Reihen-Eigenheimen.

Kaufpreise bereits  
ab 154.900 €



Information und Beratung im Musterhaus des benachbarten Baugebietes

„Am Waller Park“:

Dienstag bis Sonntag jeweils von 14-18 Uhr

(Zufahrt über Waller Heerstr. 204)

Rembertiring 26A, 28195 Bremen, Telefon (0421) 32 00 13, [www.rausch-wohnbau.de](http://www.rausch-wohnbau.de)



Gebr. Rausch  
WOHNBAU

Die große Freiheit  
erleben. Ab 04. März.



## Der neue Toyota RAV4 ist da.

Der neue Toyota RAV4 ist da! Feiern Sie mit uns die Premiere eines Autos, das in seiner Klasse neue Maßstäbe setzt: am 04. März 2006 von 10-16 Uhr bei uns.

Erleben Sie am 04. März 2006 die große Freiheit mit dem neuen Toyota RAV4. Auch Ihre Familie und Ihre Freunde sind herzlich dazu eingeladen, sein neues Design, seine clevere Technologie und seine Flexibilität in feierlicher Atmosphäre kennen zu lernen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

- Bei Bestellung bis zum 31.03.2006 erhalten Sie die Metallic-Lackierung und eine Einparkhilfe hinten kostenlos. Sichern Sie sich Ihren Preisvorteil in Höhe von € 920,-



Nichts ist unmöglich. **TOYOTA**

**Autohaus  
Schneider GmbH**

Seewenjestr. 20  
Bremen-Gröpelingen  
Tel. 0421-611415

# Einladung zur Jahreshauptversammlung von TURA Bremen 2006

Liebe Mitglieder,

hiermit laden wir zur Jahreshauptversammlung des Turn- und Rasensportvereins (TURA) Bremen e.V. am Mittwoch, 8. März 2006, um 19 Uhr im Vereinszentrum an der Lissaer Straße 60 in Bremen ein.

Als Tagesordnung ist vorgesehen:

01. Begrüßung und Feststellung der satzungsgemäßen Einberufung und Beschlussfähigkeit
02. Genehmigung der Tagesordnung
03. Genehmigung des Protokolls der Jahreshauptversammlung vom 16. März 2005  
(einsehbar in der Geschäftsstelle)
04. Bericht des Präsidiums
05. Bericht des Schatzmeisters
06. Bericht der Kassenprüfer
07. Aussprache über die Berichte
08. Entlastung des Schatzmeisters und des Präsidiums
09. Genehmigung des Wirtschaftsplans 2006
10. Wahlen
- 10.1. Wahl eines Vizepräsidenten Liegenschaften
- 10.2. Wahl eines(r) Schatzmeisters/Schatzmeisterin
- 10.3. Wahl von drei Kassenprüferinnen/Kassenprüfer
- 10.4. Bestätigung des Vereinsjugendleiters
11. Beschlussfassung über vorliegende Anträge
12. Verschiedenes

Anträge zur Jahreshauptversammlung müssen bis spätestens 5. März 2006 in der TURA-Geschäftsstelle, Lissaer Straße 60, eingegangen sein.

Alle Mitglieder werden gebeten, sich am Tag der Versammlung in eine Anwesenheitsliste einzutragen. Sie erhalten danach eine Stimmkarte.

Wir bitten alle Mitglieder, an dieser Veranstaltung teilzunehmen.

Dirk Bierfischer, Präsident  
Ekkehard Lentz, Vizepräsident  
Roland Klein, Vizepräsident, Sportlicher Leiter

TURA Bremen

## Große Geschenke zum Geburtstag...

neugierig?

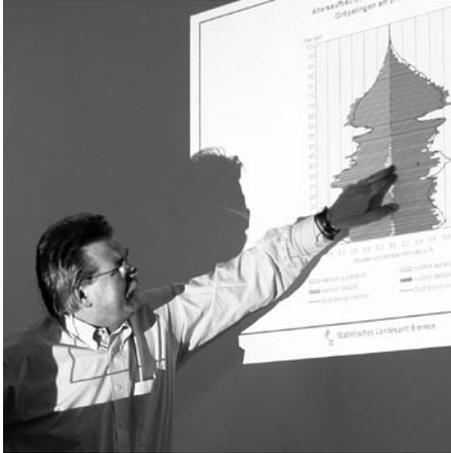
### Neuigkeiten ab 5. März!

**BRILLEN**  
  
**KAISER**

tel. 0421/61 29 87  
28237 bremen  
gröpelinger heerstrasse 210  
**- gröpelingen -**

# TURA-Hauptausschuss traf sich zu Klausurtagung Bevölkerungsentwicklung in Gröpelingen

Intensiv arbeiteten Präsidiumsmitglieder, Abteilungsleiter, Mitglieder des Ältestenrats und hauptamtliche Mitarbeiter des Turn- und Rasensportvereins (TURA) auf einer zweitägigen Klausurtagung am 10./11. Februar im Niels-Stensen-Haus in Worphausen. Gastreferent Jürgen Dinse, Leiter des Statistischen Landesamtes, informierte



über „Eckdaten zur demografischen, ökonomischen und sozialen Entwicklung des Stadtteils Gröpelingen“. Mit seinem Impulsreferat wollte er TURA angesichts veränderter gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Rahmenbedingungen verlässliche Daten und Fakten für die sich wandelnde Aufgabenstellung geben. Dinse hatte bereits kürzlich beim Bremer Sport-Zukunftsforum des Landessportbundes (LSB) zu dem Thema „Stadt(teil)entwicklung durch und mit Sportvereinen“ gesprochen.

Am Vorabend seines 60. Geburtstages (!) präsentierte Jürgen Dinse bei TURA in einem höchst hörenswerten und informativen Vortrag sehr viel konkretes Zahlenmaterial zur demografischen Entwicklung, die durch veränderte Alters- und Sozialstrukturen gekennzeichnet ist. Allgemein gelte: „Weniger, älter, internationaler, weiblicher, dicker.“ Die zunehmende Kinderarmut forcieren den Rückgang der Mitglieder der jüngeren Generationen noch - während es bei den über 60-Jährigen weitere Zuwächse geben werde.

Dinse hob hervor, dass eine sinnvolle Planung aufgrund der unterschiedlichen nachweisbaren

statistischen Daten (Altersstruktur, Bevölkerungszusammensetzung, Einkommensverhältnisse) nur auf Stadteilebene möglich sei. Hier müsse - auch im Sport - kleinteilig gearbeitet werden. Der Stadtteil Gröpelingen stellt laut Jürgen Dinse sechs Prozent der Einwohnerzahl Bremens auf zwei Prozent der Stadtfläche. 50,1 Prozent der Bewohner Gröpelingens sind männlichen Geschlechts. Fast jeder dritte Einwohner muss ein neues kulturelles Umfeld erlernen. Im Stadtteil wurden früher Produkte hergestellt, auf die man stolz war, heute gebe es erhebliche Probleme am Arbeitsmarkt, so Dinse. 1970 wohnten in Gröpelingen noch 16.396 sozialversicherungspflichtige Beschäftigte, im Jahr 2004 zählten die Statistiker nur noch 9.928. 137 Erwerbslose lebten 1970 in Gröpelingen, 2796 im Jahr 2004. Die Lebenserwartung ist zurzeit drei Jahre kürzer als im übrigen Stadtgebietsdurchschnitt, was Jürgen Dinse unter anderem mit den früheren, teilweise sehr schweren körperlichen Arbeitsbelastungen in Zusammenhang brachte. Gröpelingens Attraktivität wachse jedoch in den letzten Jahren. Erstmals seit den 60er Jahren zählte die Statistik im Jahr 2004 wieder mehr Lebendgeborene als gestorbene Menschen. Für das Jahr 2020 prognostizierte Jürgen Dinse, dass die Bevölkerung in Gröpelingen viel jünger als im restlichen Stadtgebiet sein wird, unter anderem durch mehr Kinder und einen höheren Anteil von Menschen mit Migrationshintergrund. Für weitere Informationen über die Bevölkerungsentwicklung in Bremen stehen umfangreiche Informationen des Statistischen Landesamtes im Internet zur Verfügung: <http://www.statistik.bremen.de/>

Jürgen Dinse hatte vor der Klausurtagung das TURA-Vereinszentrum besucht und zeigte sich begeistert vom Engagement des Vereins: „Ihr tut viel für Euren Stadtteil!“ Der Sport schaffe positive Gegen Tendenzen zu manchen negati-



# n im Mittelpunkt der Diskussion

ven Entwicklungen in der Gesellschaft. Im Anschluss an sein Referat erfolgte eine Diskussion, in der die zunehmenden Single-Haushalte und eine drohende Vereinsamung und Isolierung der Menschen angesprochen wurden: Wie und womit können sie verstärkt zum Sport begeistert werden? Die Schwerpunktsetzung von TURA auf den Kinder-, Gesundheits- und Seniorensport werde durch die statistischen Daten über Gröpelingen bestätigt: Veränderte Sportwünsche wie Gesundheit, Fitness, Ausdauer und Wellness erfordern eine angemessene Berücksichtigung. In Zukunft sei es wichtig, zusätzliche Angebote zu schaffen, diese umzusetzen und neue Personengruppen „mit ins Boot zu nehmen“. Aufgrund der negativen materiellen Veränderungen bei zahlreichen Bürgern des Stadtteils thematisierte die Klausurtagung auch die Sorge, bisherige Mitglieder halten zu können und neue aufzunehmen. „Wir sind über Gröpelingen hinaus bekannt und auch aus anderen Stadtteilen sollten Sportler zu uns kommen“, so ein Diskussionsredner. Bereits das Zukunftsforum des LSB wies darauf hin, dass zukünftig von veränderten Sporträumen auszugehen ist. Der Trend gehe schon jetzt zu einer anderen Raumstruktur weg von den Groß-(Dreifach-) Hallen und hin zu Freilufthallen und Turn-Mehrzweck-Hallen. Mit den aktuellen Umbaumaßnahmen an der Lissaer Straße handelt TURA auch hier vorausdenkend.

Liegenschaftsverwalter Heinz Baumer informierte am zweiten Tag der Klausurtagung über die am 6. Februar begonnenen Umbaumaßnahmen innerhalb des Vereinszentrums, die zusätzliche Räume für noch differenziertere Angebote schaffen. In den nächsten Wochen legt TURA eine bewährte Aktion aus den Tagen des Neubaus des Vereinszentrums wieder auf: Dann werden für 250 Euro, 150 Euro und 50 Euro „Bausteine“ verkauft.

Die Mitglieder des Hauptausschusses bereiteten die Jahreshauptversammlung des Vereins am Mittwoch, 8. März, um 19 Uhr, vor. Auf der Tagesordnung stehen unter anderem Wahlen.

Als feste Veranstaltungen in den nächs-



*Statistik muss nicht trocken sein: Jürgen Dinse, Leiter des Statistischen Landesamtes in Bremen, hielt bei der TURA-Klausurtagung in Worphausen einen sehr hörenswerten und informativen Vortrag über die Bevölkerungsentwicklung in Gröpelingen.*

ten Monaten sind im TURA-Terminkalender die Fußball-Erlebnistage des Möbelhauses Sander in Zusammenarbeit mit TURA am 9./10. Juni dieses Mal auf der Bezirkssportanlage, der Gröpelinger Citylauf am 1. Juli, der „Tag der offenen Tür“ am 8. Juli bei der TURA-Kanuabteilung und der „Tag der offenen Tür“ am 9. September an der Lissaer Straße fest vermerkt.

An der Hauptausschuss-Sitzung von TURA in Worphausen nahmen teil: Peter Sakuth (Ehrenpräsident), Wolfgang Schmidt (Spieleuteorchester), Marion Schwarz und Sabine Braun, (Geschäftsstelle), Andree Hoberg (Fußball), Manfred Bertram (Fußballjugend), Heinz Baumer (Liegenschaftsverwalter), Ursula Brings (Finanzen), Dirk Bierfischer (Präsident), Klaus-Peter Schulz (Tischtennis), Peter Siemers (Volleyball), Uwe Drewes (Badminton), Manfred Wardenberg (Schriftführer), Gerd Schweizer (Beisitzer), Fredi Jeschke (Judo und Ältestenrat), Dieter Witkowski (Haustechnik Vereinszentrum), Roland Klein (Taekwondo, Sportlicher Leiter), Jutta Ackermann (Senioren), Julia Pottschmidt und Lutz Steenken (Kanu), Herwig Claußen (Boxen), Walter Weber (Revisor), Wilfried Hoberg (TURA TV) und Ekkehard Lentz (Öffentlichkeitsarbeit, Vizepräsident).

# Herwig Claußen 25 Jahre Abteilungsleiter bei TURA

Herwig Claußen, TURA-„Urgestein“, feiert am 1. März 2006 ein besonderes Jubiläum. Der inzwischen 66-Jährige ist dann insgesamt 25 Jahre als Abteilungsleiter bei den TURA-Boxern ehrenamtlich tätig. Die Kunst des „Fechtens mit der Faust“ erlernte Claußen in den Jahren 1958 bis 1968 unter dem ehemaligen „Meistermacher“ Otto Lindner. Von 1956 bis 1960 kämpfte er für die Boxstaffel des Polizei SV. Mit Lindner, Erich Neumann und Werner Nowak gehörte Claußen 1968 zu den Gründungsmitgliedern der Boxabteilung von TURA. Vor mehr als 35 Jahren erwarb Herwig Claußen bereits die Boxlizenz F. Hinzu kamen 1974 die A-Lizenz beim Landessportbund Bremen und 1988 die B-Lizenz. Seit 1997 trägt er die Ehrennadel in Gold des Norddeutschen Amateur-Boxverbandes. Herwig Claußen kann auf eine lange Zeit im Dienste des bremischen Boxsports zurückblicken.

Lang ist die Liste der Boxer, die Herwig Claußen herausgebracht und zu vielen Meisterschaften führte. Aber nicht nur in der aktiven Zeit holten seine Schützlinge Titel. Claußen begeisterte sie so für den Boxsport, dass sie nach ihrer aktiven Zeit dem Boxsport als Funktionäre treu geblieben sind. Bezeichnend, welch großes Ansehen der TURA-Abteilungsleiter hat: Wenn Startrainer wie Fritz Sdunek in der Nähe oder in Bremen wei-

len, schauen sie immer gern bei Herwig Claußen vorbei. Wie engagiert Claußen auch heute noch bei der Sache ist, zeigt allein die Tatsache, dass er neben dem regelmäßigen TURA-Training seit kurzem auch noch 15 Schüler im Schulzentrum Obervieland (siehe Seite 46) einmal in der Woche das Boxen lehrt. Nach wie vor legt Herwig Claußen besonderen Wert auf die technisch saubere Grundschulung, die Achtung vor dem Gegner und faires Verhalten. Im Wechsel zwischen Konditionstraining, Grundschulung, Partnerübung und leichtem Sparring lässt er die Sportler Sicherheit gewinnen, ihr Selbstbewusstsein stärken und die Wettkampffreie erlangen.

Die Redaktion „TURA aktuell“ wünscht Herwig Claußen weiterhin viel Spaß beim Boxsport und noch den einen oder anderen Kämpfer mehr, der auch zum Wettkampf in den Ring steigt.



*Herwig Claußen repräsentiert als Abteilungsleiter seit 25 Jahren die TURA-Boxer.*

## Boxzeiten bei TURA

Bei TURA trainieren die Boxer 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.

# BELLMANN

Türbeschläge ■ Schließanlagen ■ Sicherheitstechnik ■ Briefkastenanlagen  
Werkzeuge ■ Maschinen ■ Tischlereibedarf ■ Möbelbeschläge

BELLMANN BESCHLAG- UND ELEMENTHANDEL • Hansestraße 10 • 28217 Bremen  
Telefon 0421 - 38 60 80 • Fax 0421 - 39 21 96 • Mo.- Fr. 7:30 - 17:00 • Sa. 9:00 - 12:00 Uhr

# 1. A-Jugend: Mit neuen Trikots den Klassenerhalt sichern

Horst Braakmann und Oliver Heinicke von den Öffentlichen Versicherungen Bremen (ÖVB) überreichten der ersten A-Jugend von TURA einen Satz neuer Trikots. Oliver Heinicke leitet die ÖVB-Vertretung in der Osterfeuerbergstraße 79. TURA-Trainer André Prieser lernte Horst Braakmann bei einem Lehrgang kennen, sprach ihn direkt auf das Sponsoring an – und hatte Erfolg.

Mit dem neuen „Outfit“ möchte die zu Saisonbeginn völlig neu zusammengestellte Mannschaft den Klassenerhalt erreichen. Nach Beendigung der Hinrunde steht TURA auf dem 11. Platz. „Aber wir gehen davon aus, dass wir in der Rückrunde besser aussehen, weil sich mein Team dann wohl endlich finden wird“, verbreitet André Prieser Optimismus.



*TURAs erste A-Jugend freut sich über neue Trikots: Trainer André Prieser, Marc Renken, Marcel Donatiello, Mustafa Kotan, Arash Solki, Ugur Anuk, Trainer Leo Marczewski, Sponsor Horst Braakmann und Oliver Heinicke von der ÖVB (hintere Reihe von links); Faruk Akkus, Mikail Cimenci, Adnan Sator, Emrullah Dogan, Hamsa Buduar, Kenny Addix und Sven Depken (vorne). Auf dem Foto fehlen Nicolas Warszewik, Mavan Sülemann, Amir Muhic und Isa Aggün.*

## Huchting gewinnt Vural-Cup



Schöne Aktion von TURA im Endspiel, aber leider fällt nicht das 2:2.

„Schöne und aufregende Spiele, eine gute Stimmung und viele nette Menschen begleiteten unser Turnier,“ äußerte sich ein rundum zufriedener Organisator Frank Seidler. Die zweite D-Juniorenmannschaft von TURA veranstaltete am 5. Februar ihr Hallenturnier um den „Vural-Elektro-Cup“. Verdient gewann der FC Huchting, der sich im Halbfinale gegen Gastgeber TURA I mit 1:0 und im Endspiel gegen TURA II mit 2:1 durchsetzen konnte. Zuvor bestritt der Turniersieger alle drei Gruppenspiele erfolgreich. Den dritten Platz belegte die zweite D von BTS Neustadt vor TURA I sowie TV Eiche Horn, FC Obern-



Sponsor Altan Vural (hintere Reihe Zweiter von links) mit den Mannschaften des „Vural-Cup“. Kenny Addix (hintere Reihe links), Frank Seidler, Dominique Bonnani und Leo Maczewski (von links) gehörten zum Mitarbeiterteam von TURA.

euland, SC Weyhe, TuSG Ritterhude mit ihren zweiten D-Jugendteams.

Die Pokale überreichte Sponsor Altan Vural von der Firma Vural Elektrogeräte, Rübekamp 54. Ein großes Dankeschön geht an die Eltern der zweiten D-Jugend sowie an die freiwilligen Helfer. Trainer Dominique Bonanni und Frank Seidler betreuten die TURA-Mannschaften, Manfred Bertram und André Prieser gehörten der Turnierleitung an, Leo Maczewski und Kenny Addix leiteten die Spiele als Schiedsrichter.

# TURAs erste E-Junioren gewinnen den „Hadidi-Cup“



Die erste E-Juniorenmannschaft von TURA gewann den „Hadidi-Cup“, den die Büroleiterin des Reisebüros, Muna Hadidi (rechts), stiftete. Unser Foto zeigt von links: Kerim Bothke, Justice Fröhling, Bülent Olgun, Nico Backhaus, Lavdrit Ismajli, Andre Salvador David, Ahmet Davran, Sascha Sanders, liegend Fabian Hemme, dahinter die Trainer Michael Dierks (links) und Jochen Hemme.

Im Finale stand es zwischen TURA I und dem SC Borgfeld am Ende der Spielzeit 1:1. Das Neunmeterschießen konnte das TURA-Team der Trainer Jochen Hemme und Michael Dierks mit 2:1 für sich entscheiden. TURA I spielte in der Besetzung Fabian Hemme, Bülent Olgun, Ahmet Darran, Sascha Sanders, André Salvador David, Lavdrit Ismajli, Justice Fröhling und Nico Backhaus.



Muna Hadidi, Büroleiterin des gleichnamigen Reisebüros in der Gröpelinger Heerstraße sponserte das Hallenturnier der ersten E-Jugend, hier im Interview mit Wilfried Hoberg und Ekkehard Lentz von „TURA aktuell“.

Die erste E-Juniorenmannschaft von TURA gewann am 15. Januar in der Halle der Gesamtschule West das eigene Turnier um den „Hadidi-Cup“, der erstmalig ausgespielt wurde. Im Endspiel bezwang TURA den SC Borgfeld mit 3:2. Nach einem 4:0-Auftaktsieg gegen den SV Baden erreichte TURA mit drei Unentschieden (jeweils 1:1) gegen SC Borgfeld, ATSV Sebaldsbrück und TSV Lesum das Halbfinale.

In Gruppe 2 erzielte auch die zweite E-Jugend von TURA beachtliche Ergebnisse und zog nach Siegen gegen den FC Huchting, Lüssumer TV und OT Bremen sowie einer Niederlage gegen TV Eiche Horn ebenfalls ins Halbfinale ein.

TURA I setzte sich in einem packenden und hitzigen Spiel gegen den FC Huchting mit 1:0 durch und erreichte das Finale. Die zweite E verlor dagegen ihr Halbfinalspiel gegen die sehr starke Mannschaft vom SC Borgfeld mit 0:2. Das kleine Finale um Platz drei wurde vom FC Huchting wiederum sehr hitzig und hart geführt. Die von Sven Nielsen betreute Mannschaft von TURA II musste das Spiel mit drei Feldspielern beenden, da zwei Spieler verletzt ausschieden. TURA II verlor das Spiel mit 0:2.

Die weiteren Plätze belegten: 5. ATSV Sebaldsbrück, 6. TV Eiche Horn, 7. TSV Osterholz-Tenever, 8. TSV Lesum, 9. SV Baden und der Lüssumer TV auf dem zehnten Rang. Als besten Spieler



Spannenden Jugendfußball in der Halle bot der „Hadidi-Cup“ bei TURA.

zeichneten die Veranstalter Christoph Dreeke von Borgfeld und als besten Torhüter Mike Bokelmann von TURA II aus. Die Siegerehrung nahm Muna Hadidi, Büroleiterin des gleichnamigen Reisebüros in der Gröpelinger Heerstraße 155, vor, die sich begeistert über das Engagement der jungen Sportler zeigte.

# TURAs erste F-Jugend in neuen Trainingsanzügen

Freude herrscht bei der ersten F-Jugend von TURA: Mustafa Kondel von der Allianz-Versicherungsagentur sponserte neue Trainingsanzüge. In der Lindenhofstraße 31 eröffnete Mustafa Kondel kürzlich seine neue Agentur. Trainer Andreas Westphal betreut eine echte „Multi-Kulti-Truppe“, die sich jetzt in neuem „Outfit“ sportlich besonders gut präsentieren möchte. Ein Belgier, ein Ghanaer, ein Albaner, vier Türken und vier Deutsche bilden das Team. Zur Mannschaft gehören: Kilian Nonnast, Serhan Celik, Furkan Kural, Jesse Geisler, Enes Sen, Lars Westphal, Gökhan Senkal, Emre Eryörük, Lawrence Atta, Yusa Neumann und Arbnor Brahim.



Mustafa Kondel von der Allianz-Versicherungsagentur in der Lindenhofstraße 31 (hintere Reihe links) sponserte neue Trainingsanzüge für die erste F-Jugend von TURA, daneben Lars Westphal, Gökhan Senkal, Emre Eryörük, Lawrence Atta, Yusa Neumann, Arbnor Brahim und Trainer Andreas Westphal sowie Kilian Nonnast, Serhan Celik, Furkan Kural, Jesse Geisler und Enes Sen (vorne von links).

# KOPIERER, FAX...

**OKI**  
**RICOH**

☎ 0421-  
**37 84 6-0**  
Fax **37 84 6-14**

**/// HANDELSKONTOR**  
**SUHREN**  
Digitale Kopierlösungen

# Vatan Sport gewinnt „Helmut-Hartwig-Cup“

Der „Helmut-Hartwig-Cup“ bleibt im Bremer Westen: Verbandsligist Vatan Sport gewann am 14. Januar in der Gesamtschule West das gut besetzte Hallenfußballturnier von TURA. Im Finale setzte sich der Vorjahresvierte gegen die Überraschungsmannschaft von TuS Heidkrug mit 5:1 Toren durch. Der Bezirksligist aus Delmenhorst besiegte im Halbfinale Vorjahressieger FC Oberneuland in einem packenden Spiel mit 5:3 Toren. Im Spiel um den dritten Platz bezwang Oberneuland den Verbandsligarivalen Blumenthaler SV mit 2:1 nach Penaltyschießen.

Veranstalter TURA belegte mit seinen beiden Teams den fünften



TuS Heidkrug konnte beim Hallenturnier von TURA Bremen überzeugen, hier im Spiel gegen die erste Mannschaft des Gastgebers.



Oliver Hartwig und Horst Tilwikas bei der Siegerehrung



Oliver Hartwig, 12-jähriger Enkel des Pokal-Namensgebers (vorne), und Turnierleiter Horst Tilwikas (hintere Reihe, Dritter von links) von TURA überreichen Vatan Sport den „Helmut-Hartwig-Cup“.



Spannende Szenen bot das Hallenturnier von TURA um den „Helmut-Hartwig-Cup“. Hier scheidet Neuzugang Muhamed Hodzic von TURA am Torhüter des TuS Heidkrug, Andreas Füller, der sich in Topform präsentiert.

und achten Rang. Bezirksligist TuS Walle erreichte den sechsten Platz, während sich der 1.FC Burg mit dem siebten Platz begnügen musste.

Den „Helmut-Hartwig-Cup“ stiftete die gleichnamige Waller Dachdeckerei. Der 12-jährige Enkel des Pokal-Namensgebers, Oliver Hartwig, nahm die Siegerehrung gemeinsam mit Turnierleiter Horst Tilwikas vor. Jürgen Meyer, André Prieser und Andree Hoberg gehörten ebenfalls der Turnierleitung an.

## Elektro Gladow GmbH



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

**Telefon 61 14 69**

# TURA verstärkt sich

Nach eineinhalb Jahren beim Verbandsligisten FC Bremerhaven kehrte Mittelfeldspieler Muhamed Hodzic in seine fußballerische Heimat nach Gröpelingen zurück. Mit Beginn der Rückrunde verstärkt er TURAs erste Herrenmannschaft in der Verbandsliga. „Mit Sicherheit ein großer Gewinn für den Verein“, so Trainer Holger Zander. Kurz vor „Transferschluss“ hat TURA mit Parsya Hadjibaschiri einen weiteren neuen Spieler verpflichtet. Der 23-jährige wechselte vom Tabellendritten der Landesliga Bremen, VfB Komet, und verstärkt künftig TURAs Offensiv-

Mittelfeldspieler Muhamed Hodzic (vorne) kehrte in TURAs Verbandsligamannschaft zurück.



abteilung. Der in der Presse gemeldete Wechsel von Maik Schönijahn zum FC Oberneuland II hat nicht stattgefunden.

## Die nächsten Heimspiele in der Verbandsliga Bremen:

Sonnabend, 25. Februar 2006, 15 Uhr, TURA - Vahr-Blockdiek;  
Sonnabend, 11. März, 15 Uhr, TURA - FC Bremerhaven;  
Sonnabend, 25. März, 15 Uhr, TURA - SAV;  
Sonnabend, 1. April, 15 Uhr, Vatan Spor - TURA;  
Sonnabend, 8. April, 15 Uhr, TURA - Bremer SV;  
Sonnabend, 29. April, 15 Uhr, TURA - Blumenthaler SV;  
Sonnabend, 13. Mai, 15 Uhr, TURA - OSC Bremerhaven;  
Sonnabend, 27. Mai, 15 Uhr, TURA - SC Weyhe

## Terminhinweis:

Montag, 17. April  
(Ostermontag), 15 Uhr,

ODDSET-Cup, Halbfinale,  
Brinkumer SV - TURA

[www.tura-bremen.de](http://www.tura-bremen.de)

# Lüssumer TV gewinnt „Toros-Taverna-Cup“

Der Lüssumer TV gewann am 7. Januar in der Halle der Bezirkssportanlage mit zehn Punkten und 7:2 Toren den „Toros-Taverna-Cup“, den der Imbiss in der Gröpelinger Heerstraße 365 spendete. Gastgeber TURAs zweite E-Jugend belegte den zweiten Platz mit acht Punkten und 7:3 Toren. Am Turnier nahmen auch TSV Grolland, Habenhauser FV sowie TURAs dritte E-Jugend teil. Schiedsrichter Tim Pannwitt leitete das Turnier hervorragend.



## Schon gehört,

dass Sven Nielsen zum 1. Januar als Tischler den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt hat. Sven spielte früher selber aktiv bei TURA Fußball und ist heute Co-Trainer der zweiten E-Jugend, in der sein Sohn Hendrik gegen das runde Leder tritt. Ältere Gröpelinger werden sich sicher noch an Svens Vater erinnern: Werner Nielsen war bis zu seinem Tode 1991 als freundlicher Postbote in der Seewenjestaße unterwegs und fast jeden Sonntag konnte man ihn auf der Bezirkssportanlage treffen.



Die zweite E-Juniorenmannschaft von TURA veranstaltete den „Toros-Taverna-Cup“: Leonard Bank, Kai Spies, Sercan Eyisun, Nils Krause (stehend von links), Ömer Dermirhan, Hendrik Nielsen, Philip Anger, Kubilay Altay (hockend) sowie Torwart Mike Bokelmann. Es fehlt: Emre Sayincan.

# Türkspor II gewinnt „Heidberg-Cup“

Zum dritten Mal veranstalteten die dritten Herren von TURA (Kreisliga B) am 28. Januar ihr Hallenturnier um den „Heidberg-Cup“.

In der Halle der Gesamtschule West gewann die Mannschaft von SV Türkspor II das Finale mit 5:2 gegen Weser 08. Im Spiel um den dritten Platz besiegte FC Burg II mit 3:1 die am weitesten angereisten Gäste des VfB Obertürkheim (Stuttgart). Pokalverteidiger Marienfelder SV 06 (Berlin) belegte den fünften Platz vor dem Lokalrivalen SGO.

Die beiden TURA-Teams folgten auf den weiteren Plätzen vor ATSV Sebaldsbrück III und TSV Ottersberg. Nicole Hattenhauer von der Gaststätte „Heidbergeck“ sponserte das Turnier.



Zehn Mannschaften nahmen am „Heidberg-Cup“ von TURA teil.



Nicole Hattenhauer von der Gaststätte „Heidbergeck“ sponserte das Hallenturnier um den Heidberg-Cup, hier mit Turnierleiter Horst Tilwikas und Murat Apaydin vom Turniersieger SV Türkspor.



Andre Habeth von TURA II glänzte mit einem Fallrückzieher im Spiel gegen SGO.

## Ü 45: Sieger in Obenstrohe

TURAs Ü 45 gewann am 7. Januar das Turnier in Obenstrohe. Im Endspiel wurde der Gastgeber mit 3:2 geschlagen. In der Vorrunde siegte TURA gegen FC Rastede mit

2:1, gegen den Heidmühler FC mit 4:2 und gegen Beckedorf mit 4:1. Im Halbfinale gewannen TURAs Oldies gegen WW Wilhelmshaven mit 3:1.

**GÜNTER HERMANN**  **SPORT-SHOP**

**„Teamsportausrüster für TURA“**

Osterholzer Straße 1  
27711 Osterholz-Scharmbeck  
Tel.: 04791 - 905709

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

[www.sportshop-hermann.de](http://www.sportshop-hermann.de)

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

# VfL 07 gewinnt G-Jugendturnier

Das Hallenfußballturnier der G-Jugend von TURA gewann am 11. Dezember 2005 der VfL 07 vor dem Habenhauser FV, TURA I, FC Oberneuland, TURA II und OT Bremen. TuS Arsten und TSV Hasenbühren erschienen nicht wie angekündigt in der Gesamtschule West, ärgerte sich Organisatorin Nicole Schmidt. Mehr Freude hatte die TURA-Trainerin zu Beginn des Turniers, denn die Firmen „Autofit Oslebshausen“ und „Fun-Gündo-Games“ überreichten neue Sportkleidung an den jüngsten TURA-Nachwuchs.



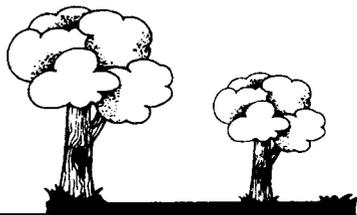
*Turas G-Jugend zeigt sich stolz vor dem eigenen Turnier in neuen Trainingsanzügen: Trainerin Nicole Schmidt, Yavuz-Selim Tufan, Mertcan Eysun, Arian Brahimi, Bisar Bürgün, Berat Asani, Ensar Okay, Dardan Binaku, Joschua, Sponsor Riza Gündogan, Betreuer Flamir Bajralija (hinten von links), Firhat Korkmaz, Maurice Dumkowski, Egzon Bajralija, Ilhan Kurnaz, Emre Sen (vorne) und Torhüter Sedat Özdemir (liegend).*



FUSSBALL

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

# TURAs Gesundheitswerkstatt hat sich et

Die im August 2004 gegründete „Gesundheitswerkstatt“ des Turn- und Rasensportvereins (TURA) bietet eine Vielzahl neuer Kurse und Workshops an. Aktueller Anlass, mit der Leiterin, Sabine Braun, ein Interview zu führen:

**Frage:** Die Gesundheitswerkstatt von TURA arbeitet im zweiten Jahr. Wie sieht Deine persönliche Bilanz aus?

**Sabine Braun:** Die Resonanz auf die Angebote ist sehr gut. Die Gesundheitswerkstatt hat sich etabliert. Mit dem halbjährlich erscheinenden Flyer ist zudem ein sehr guter Überblick über die Angebote der Gesundheitswerkstatt möglich. Die Idee mit Workshops und Vorträgen die Bewegungsangebote zu erweitern wird von Mitgliedern und Nichtmitgliedern gern angenommen. Die zwei- oder dreistündigen Workshops bieten die Möglichkeit, in besondere Themen hinein zu schnuppern. Dabei ist es unser Anliegen, Übungen zu zeigen und Anregungen zu geben, die sehr einfach im Alltag durchgeführt werden

natürlich nur möglich mit qualifizierten, gut ausgebildeten Trainern, einer guten Ausstattung und einem funktionierenden Netzwerk.

**Frage:** Die Philosophie der Vorbeugung von Krankheiten und Haltungsdefiziten, aber auch die Nachsorge zum Beispiel von Herzkranken vertreten auch andere Organisationen. Was ist das Besondere am TURA-Programm?

**Sabine Braun:** Die Vorbeugung, Prävention ist das Wichtigste. Häufig werden die Menschen jedoch erst im Sinne ihrer eigenen Gesundheit tätig, wenn sich eine Krankheit eingestellt hat.

Die Gesundheitswerkstatt bietet vorbeugende Kurse, kann aber mit ihren rehabilitativen Angeboten auch Menschen „abholen“, die bereits erkrankt sind. Ob im Herzsport, beim Sport für Schlaganfall-Betroffene oder zum Beispiel bei Osteoporose. Dem wachsenden Beratungsbedarf entsprechend nimmt dieser Anteil mittlerweile



*Ernst Lind von der Herzsportgruppe bei TURA, bedankt sich bei Sabine Braun, Leiterin der Gesundheitswerkstatt von TURA (rechts), und Brigitte Honens für die kompetente Begleitung durch die Sportprogramme.*

können. Mit den Vorträgen greifen wir aktuelle Themen auf, informieren und ermöglichen auch einen lebendigen Informationsaustausch mit den Ärzten. Für das erste Halbjahr stehen unter anderem Vorträge zu den Themen „Diabetes“ am 16. März und „Wechseljahre“ am 14. Mai fest. Neben den Krankenkassen, die die Bewegungsangebote anerkennen, ist auch die Deutsche Rentenversicherung seit dem Bestehen der Gesundheitswerkstatt unser Kooperationspartner. Das Angebot des Personal-Trainings und der Ganzheitlichen Massage runden das Programm der Gesundheitswerkstatt ab. Dies alles ist

**AUGUST GAS FACHGESCHÄFT MEYER**

Sanitäre Anlagen • Gasheizungsbau

Gröpelinger Heerstraße 97  
28237 Bremen  
Tel.: 0421 / 61 18 47  
Fax: 0421 / 61 64 752  
Internet: [www.august-gas-meyer.de](http://www.august-gas-meyer.de)  
Mail: [august-meyer-gmbh@t-online.de](mailto:august-meyer-gmbh@t-online.de)

einen großen Platz ein, für den die Betroffenen dankbar sind. Dass dies zudem in einem Verein in Gröpelingen, bezahlbar und eingebunden in das alltägliche Leben ermöglicht werden kann, das ist schon etwas Besonderes. Für uns steht

immer der Mensch mit seinem Anliegen im Vordergrund, wir helfen im Rahmen unserer Möglichkeiten und verweisen gegebenenfalls auch an Ärzte oder Therapeuten und andere Institutionen. So verstehen wir uns auch als Teil eines größeren Netzwerkes.

**Frage:** Wie ist die Zusammenarbeit mit Ärzten und Krankenkassen und anderen Einrichtungen im Stadtteil?

**Sabine Braun:** Die Zusammenarbeit mit den genannten Partnern läuft tatsächlich als Partnerschaft sehr gut. Insbesondere auch die Ärzte sind dankbar für unser Engagement und die

## Terminhinweis:

Die Gesundheitswerkstatt startet erstmals mit dem Kursangebot

**Nordic Walking / Walking**

**Termin: 30. März bis 8. Juni 2006**

**Zeit: donnerstags 18 bis 19 Uhr**

Das Angebot ist von den Krankenkassen anerkannt und eine Kostenübernahme ist möglich. Anmeldung und Information: TURA Bremen Tel. 61 34 10 oder mail [info@tura-bremen.de](mailto:info@tura-bremen.de)

vorhandene Kompetenz. Sie empfehlen die Gesundheitswerkstatt und sind froh, dadurch ihren Patienten qualifizierte Bewegungsangebote unterbreiten zu können. Mittlerweile ist die Gesundheitswerkstatt mit 19 qualifizierten Bewegungsangeboten in der demnächst erscheinenden Gesundheitsport-Broschüre des Landessportbundes, unterstützt und empfohlen von der Bremer Ärztekammer, vertreten. Im Stadtteil gibt es diverse Arbeitskreise, in denen wir dabei sind und gemeinsam daran wirken neue Projekte voran zu bringen.

**Frage:** Was versprichst Du Dir vom Umbau des TURA-Vereinszentrums?

**Sabine Braun:** Im Studio werden wir durch die veränderten Räumlichkeiten neue Angebote für spezielle Zielgruppen schaffen. Hier sind bereits Gespräche mit Krankenkassen geführt worden und zu einem positiven Ergebnis gekommen. Nach dem Umbau der Halle können wir die Kurse in besseren, stimmigeren Räumlichkeiten anbieten. Wir werden Parallel-Angebote und somit viel Neues im Bereich Prävention und Rehabilitation starten. Wellness- und Wohlfühl-Themen sollen auf- und ausgebaut werden. Dem Bereich Entspannung wird mehr Bedeutung zukommen.

Das ist unerlässlich, damit wir in unserem anstrengenden Lebensalltag gesund bleiben oder werden. Die Beratungsangebote werden intensiviert, ebenso der Kinderbewegungsbereich weiter ausgebaut. Tanz, HipHop, Dance, Samba, Salsa, Orientalischer Tanz für Kinder..., alles was Spaß und Freude macht hält hält gesund, schafft Lebensqualität und -freude.

**Frage:** An welchen weiteren neuen Programmen arbeitet die Gesundheitswerkstatt?

**Sabine Braun:** Hier geht es zum Beispiel um Kombinations-Kursangebote von Halle und Sportstudio, um die Vorteile von freien Bewegungen in der Halle und gezielten Übungen am Trainingsgerät positiv zusammen zu bringen. Spezifische Kurse zur Herz-Kreislauf-Prävention laufen an. Das Thema Sturzvorbeugung und Gleichgewichtstraining soll vertieft werden. Zudem stehen Integrationsangebote für Bürgerinnen muslimischer Herkunft auf dem Programm, um nur Einiges zu nennen. Auch „feilen“ wir noch an Programmen zum Thema Pilates- und Alexander-Technik.

**CITIZEN**  
**Eco-Drive**  
 FUNKUHREN



- Automatische Zeit- und Datumeinstellung über Funksignal
- Frei wählbare Zeitzone
- Antenne im Edelstahlgehäuse
- Dunkelgangreserve bis zu 2 Jahre
- Wasserdicht bis 20 Bar
- Registerring zur Flugdatenberechnung

€ 499,-

**Carl Bullenkamp**

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

[www.citizenwatch.de](http://www.citizenwatch.de)

# Dr. Ehlert Bredenbeck zu Herz-Kreislauf-Prävention



GESUNDHEITSWERKSTATT

Herzkreislauferkrankungen sind die häufigsten Erkrankungen in unserer Wohlstandsgesellschaft. Sie verursachen mit Abstand die größten volkswirtschaftlichen Kosten und die meisten Todesfälle (Herzinfarkt, Schlaganfall). In 20 Jahren ist jeder dritte Bewohner unseres Landes über 60 Jahre alt, und es ist mit einer enormen Zunahme von Herzkreislauf- und Diabeteserkrankungen zu rechnen.

Eine Hauptsache: Bewegungsmangel!

Der menschliche Körper ist auf Bewegung und körperliche Beanspruchung angewiesen. Der Körper braucht Bewegung – sonst wird er krank (unter anderem Stoffwechsel-, Gefäß-, Gelenkerkrankheiten). Alle wissenschaftlichen Studien sehen im Bewegungsmangel, neben Fehlernährung, Hochdruck, Diabetes und Nikotin, den Krankheitsverursacher Nummer 1 für Herz- Kreislauf-erkrankungen.

Sport und Bewegung zu fördern, Menschen aus ihren Fernsehsfas herauszuholen - ihnen Spaß an der Bewegung und soziale Kontakte in der Gruppe zu vermitteln - ist Teil der nötigen „Gesundheitsmedizin“. Statt vorzugsweise Krankheiten zu kurieren wird es in Zukunft darum gehen, Krankheit zu verhindern und Gesundheit zu fördern. Ausdauer, Kraft und körperliche Koordination zum Beispiel im Rahmen eines Herz-Kreislauftrainings, zur Prävention von Gefäßerkrankungen ist der mit Abstand - wissenschaftlich erwiesen - wirksamste, dokumentierte Parameter!

Eine bessere Koordination und ein Miteinander zwischen Medizinern und Sportvereinen und Reha-Zentren ist dabei unbedingt erforderlich. Viele Krankenkassen unterstützen mittlerweile Präventionsmaßnahmen gesundheitsbewusster Versicherter. Die Teilnahme an zertifizierten Ausdauer-Kursen wird finanziell unterstützt und mit Bonusprogrammen honoriert. Es werden Anreize geschaffen, gesünder zu leben.

Sportvereinen kommt jetzt und in der Zukunft eine sehr wesentliche Rolle in der Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankung zu. Wir Ärzte sollten wichtige Kooperationspartner sein.

*Dr. Ehlert Bredenbeck*

Allgemeinmedizin, Traditionelle Chinesische Medizin, Sportmedizin, Bremen Gröpelingen



*Iris Schulze betreut die Kinder jeden Dienstag in der Zeit von 10.15 bis 12.15 Uhr, damit die Mütter in Ruhe dem Sport bei TURA nachgehen können. Kinder und Mütter bedankten sich bei ihr für die freundliche und liebevolle Betreuung ihrer Kinder.*



*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

# Deutsche Rentenversicherung unterstützt TURA

Durch den Umbau im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße werden auch erweiterte Angebote der Gesundheitswerkstatt im Bereich Rehabilitationssport, Funktionstraining und Muskelaufbautraining (MAT) geschaffen. Die Deutsche Rentenversicherung Oldenburg/Bremen unterstützte jetzt einen Projektantrag finanziell. Neben einer Vielzahl von Kleingeräten für die Sporthalle konnte TURA vier neue Fahrrad-Ergometer für das Sportstudio angeschaffen. TURA möchte zusätzliche Möglichkeiten schaffen, kranke und von Krankheit bedrohte Menschen auf Dauer besser in die Gesellschaft und das Arbeitsleben zu integrieren.

Die Angebote haben das Ziel, die Herz-Kreislauf-Ausdauer und die Kraftausdauer der Betroffenen zu stärken, ihre Koordination und Flexibilität zu verbessern. Schmerzlinderung und die Verbesserung der Beweglichkeit durch ein spezielles Training sind ebenso von Bedeutung. Im Sinne von Hilfe zur Selbsthilfe steht die Stärkung der Eigenverantwortlichkeit der Betroffenen für seine/ihre Gesundheit ebenso im Vordergrund.



Im Rahmen der Woche „Älter werden im Bremer Westen“ gab Jutta Ackermann ein „Schnupperangebot“ zum Thema Osteoporose. Zwölf Teilnehmerinnen informierten sich in der Volkshochschule in der alten Feuerwache, Gröpelinger Heerstraße.

Zu den Zielgruppen gehören Menschen mit Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems ebenso wie solche mit Bandscheiben-Problemen und/oder Funktionseinschränkungen des Stützapparates, zum Beispiel mit Schulter-, Hüft- und Knieproblemen. Kraftaufbau, Gleichgewicht, Koordination und Sturzvorbeugung sind wichtige Inhalte für die Angebote, die in den neuen Räumen der Sporthalle durchgeführt werden.

**Die Adresse und Telefonnummer, die jeder kennen sollte!!**

*Zahnersatz noch finanzierbar?*

**Seit 2005: nur noch geringe Festkostenzuschüsse durch die Gesetzliche Krankenversicherung!**

**Durch uns kommen Sie auf 85% Erstattung für Zahnersatz !!**

**Außerdem bekommen Sie Erstattung für Brillen/Kontaktlinsen und Heilmittel.**

**Sie sind im Ausland weltweit bei Urlaubsreisen versichert !**

**Ihr Beitrag: nur zwischen 9,97 u. 15,79 € / Monat (21 bis 70 Jahre)**

**Fordern Sie unverbindlich ein persönliches Angebot bei mir an.**

*Ihr guter Berater in allen  
Versicherungsfragen!*

**Generalagentur Manfred Ehling**

**Waller Ring 77 • 28219 Bremen**

**Telefon 0421 / 399 39 21**

**e-Mail: Manfred.Ehling@victoria.de**

**Beratung und Betreuung – alles aus einer Hand**

# „Den Augen Gutes tun“

Unsere Augen erfüllen täglich viele Anforderungen und sind dadurch oft überlastet, die Folge ist, dass sich Beschwerden einstellen. Dieser Workshop richtet sich an all diejenigen, die ihren Augen mehr Aufmerksamkeit schenken möchten. Zudem sollen Menschen angesprochen werden, die kurz-, weit- oder alterssichtig sind und deren Augen am Arbeitsplatz hohen Belastungen ausgesetzt sind zum Beispiel durch Bildschirmarbeit.

Im Rahmen des Workshops werden Übungen vorgestellt, die das Sehen verbessern und den Augen gut tun. Sehtraining fördert die Fähigkeit zu scharfem Sehen, den flexiblen Wechsel zwischen fern und nah und das gute Zusammenspiel von beiden Augen. Es werden vielfältige Anregungen gegeben, um im Alltag entspannter und bewusster zu sehen.



Termin: Samstag 4. März 2006  
 Zeit: 14.30 bis 17.30 Uhr  
 Ort: TURA Bremen, Vereinszentrum  
 Leitung: Elisabeth Kazenwadel (Schlehrerin)  
 Kosten: 15,- Euro Mitglieder  
 20,- Euro Nichtmitglieder  
 Anmeldung in der Geschäftsstelle:  
 Lissaer Str. 60,  
 Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11

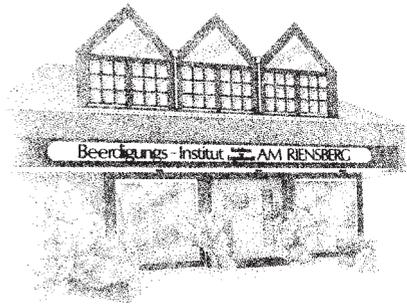
## Trainingszeiten der Karate-Abteilung von TURA in der Gesamtschule West, Kraftraum:

Mittwoch,  
 18 bis 19 Uhr, Kinder Anfänger ab 7 Jahre,  
 19 bis 20 Uhr, Jugendliche/Erwachsene Anfänger und Fortgeschrittene,

Freitag,  
 18 bis 19 Uhr, Kinder Anfänger,  
 19 bis 20 Uhr, Kinder Fortgeschrittene;



*In der Novembersendung von „TURA aktuell“ demonstrierten die Karatesportler Alina Lipinski und Aziz Yilmaz Partnerübungen zum Orangegurt sowie Angriff- und Abwehrtechniken zum Kopf und Bauch, hinten links Trainer Tobias Nickel, rechts Moderatorin Janne Obert von TURA TV.*



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](http://www.bohlken-engelhardt.de)

# Zweiter Dan für Katja Leese und Konstanze Kulwicke



*Claus Dierks(4. Dan), Hannes Schweser(6. Dan) und Matthias Glasbrenner(5. Dan) prüften die JudoSportlerinnen von TURA, Katja Leese (vorne links) und Konstanze Kulwicke (2. Dan).*

Die JudoSportlerinnen Katja Leese und Konstanze Kulwicke von TURA legten ihre Prüfung zum zweiten Dan erfolgreich ab. Unter den kritischen Augen von Claus Dierks (4. Dan), Hannes



*Konstanze Kulwicke (links) und Katja Leese (TURA) legten die Prüfung zum zweiten Dan erfolgreich ab.*

Schweser(6. Dan) und Matthias Glasbrenner (5. Dan) wurden alle Stand- und Bodentechniken, die im Judo bekannt sind, abgefragt.

„Ein schöner Erfolg für die Judo-Abteilung von TURA“, stellt Abteilungsleiter Fredi Jeschke erfreut fest. „Gerade zwei so erfahrene Kämpferinnen und Trainerinnen sind für die Kinder als Vorbild wichtig.“

## TURA stellt vier Landesmeister

Ganz vorn präsentierten sich TURAs Judoka bei den Landeseinzelmeisterschaften der unter 17- und unter 20-Jährigen am 21. Januar. Waren es in der U 17 männlich die Titel von Christopher Nelson und Jens Kruse, die die Trainer stolz machten, so sorgten die Titel von Tabea Fuhst und Jeanette Böse in der U 17 weiblich für Aufsehen. Christopher Nelson gewann als jüngster Jahrgang nach seiner letztjährigen Meisterschaft in der U 14 auf Anhieb auch den Bremer Titel in der U 17. Tabea Fuhst besiegte überraschend im Finale der Gewichtsklasse bis 48 Kilogramm die Kaderkämpferin und Besucherin der Schule an der Ronzelenstraße (Sport-Profil Judo), Nancy Erbert.

Neben den vier Landestiteln erreichten Manusch Schäfer, Christopher Amann und Alex Kruse Silbermedaillen sowie Michaela Dosin, Stefan Berger und Benjamin Abeln jeweils dritte Plätze. Alle TURA-Teilnehmer platzierten sich in der U 17 unter den ersten drei.



*Die Turaner Christopher Amann, Jeanette Böse, Tabea Fuhst, Jens Kruse, Christopher Nelson, Manusch Schäfer, Stefan Berger, Alexander Kruse, Michaela Dosin und Benjamin Abeln (von links) überzeugten bei den Landeseinzelmeisterschaften in der U 17.*

Bei der Landeseinzelmeisterschaft der U 20 errangen Patrick Suchy und Christian Janssen Silbermedaillen. Timo Höwener belegte den fünften Platz.

# Erfolge beim Blumenthaler Nikolausturnier

Zahlreiche Judoka von TURA „räumten so richtig ab“ beim Nikolausturnier in Blumenthal am 4. Dezember, freute sich Trainerin Konstanze Kulwicke.

Lena Kruse und Saskia Michael kämpften in der U 11 souverän wie immer. Sie gewannen alle



*Helge Neisser, Trainerin Sandra Nelson, Leon Nonnast, Torben Reiners, Saskia Michael, Haktan Kaplan, Sascha Mindermann, Lena Kruse, Caner Pieper, Malik Ouadane, Kevin Gloistein, Jarmo Schäfer, Jana Gressmann, Ariana Maxhuni und Trainerin Konstanze Kulwicke (von links) stellten das erfolgreiche TURA-Team in der U 11 beim Turnier in Blumenthal.*

## Kohlessen der Judo-Eltern



*Eltern und Mitarbeiter der Judoabteilung freuen sich auf das Kohl- und PINKEL-Essen in der Gaststätte „Zum Turaner“: Reinhard Lücken, Sabine Lücken, Annett Hartwig, Susanne Seiler, Ingrid Buhlrich, Anne Enkel, Sylvia Becker, Norbert Becker, Udo Enkel, Fredi Jeschke, Regina Jeschke, Gudrun Kruse, Torsten Sochatzki, Petra Gunkel, Harald Gunkel (von links).*



*Trainerin Konstanze Kulwicke coachte in Blumenthal in der U 14 Christopher Nelson, Max Schellenberg, Christopher Amann (stehend von links) und Julian Amann (sitzend).*

Kämpfe und konnten auf ihre Goldmedaille stolz sein. Gold ging ebenfalls an Torben Reiners, der in einem guten Kampf seinen Gegner bezwang, sowie an Caner Pieper. Sascha Mindermann und Jarmo Schäfer starteten in der gleichen Gewichtsklasse. Jarmo siegte in allen Kämpfen. Die beiden holten einen ersten und dritten Platz. Leon Nonnast und Helge Neisser belegten jeweils einen zweiten Platz. Haktan Kaplan und Ariana Maxhuni errangen bei ihrem ersten Turnier in der U 11 einen dritten Platz. Malik Ouadane kämpfte sehr gut und erreichte einen fünften Platz. Auch Jana Greßmann und Kevin Gloistein waren das erste Mal bei einem Turnier in der U 11 dabei. In der U 14 kämpfte sich Julian Amann durch und gewann Gold. Lisa Holler belegte in ihrer Gewichtsklasse ebenfalls den ersten Platz. Christopher Nelson verlor einen Kampf und erreichte Silber. Max Schellenberg und Christopher Amann verdienten sich eine Bronzemedaille.



Weihnachtsfeier der Judo

# Mehr als 30.000 Kilometer in den Fahrtenbüchern

Lutz Steenken, Leiter der Kanuabteilung von TURA, konnte auf der gut besuchten Jahreshauptversammlung am 2. Februar im Bootshaus auf ein erfolgreiches Jahr zurückblicken. Die Mitgliederzahl erhöhte sich auf inzwischen mehr als 300. Vor allem im Jugendbereich wurden durch die interessanten Angebote im Sommerferien- und Winterprogramm Zuwächse erreicht. Auch am Winterwandertag in den Harz beteiligten sich am 4. Februar erneut zahlreiche Jugendliche. Zu den erfolgreichen Aktionen gehörten laut Lutz Steenken die



*Zu den attraktiven Veranstaltungen der Kanuabteilung von TURA gehören die regelmäßigen Wildwasserkurse in Hildesheim.*

Wildwasserkurse in Hildesheim und in den Ardennen. An der Großgewässer-Veranstaltung in Mecklenburg nahmen mehr als 50 Kanuten teil. Im Wander- und Breitensport wiesen die TURA-Kanuten mehr als 30000 Kilometer in ihren Fahrtenbüchern nach. Diese Leistung reichte erneut, um mit weitem Abstand die Spitzenstellung im Landesvergleich einzunehmen. Der für diesen Bereich verantwortliche Volker Zimny zeichnete die erfolgreichen Kanuten mit Urkunden und Anstecknadeln aus. Zahlreiche Kanuten nahmen an der Freimarkts-Regatta auf der Ochtum teil, und Sportwart Ronald Schnor organisierte verantwortlich die zehnte Kanu-Marathon-Veranstaltung auf der Lesum. TURA beteiligte sich erneut an der Kulturveranstaltung „Sommer in Lesmona“. Den eigenen „Tag der offenen Tür“ nutzten mehr als tausend Bürger aus Bremen-Nord, um sich über das vielfältige Angebot von TURA zu informieren. Bereits jetzt laufen die Vorbereitungen für die nächste Veranstaltung am 8. Juli auf dem Kanusportgelände von TURA. Die neu aufgebaute Volleyballgruppe festigte sich in den vergangenen Monaten unter der Leitung von Jörg Mekelburg mit 30 Mitgliedern. Für die Erhaltung der Kanusportanlage von TURA investierten die Mitglieder 1200 Arbeitsstunden. Auch der Kanuschulsport

nutzt inzwischen vermehrt das wunderschöne Gelände: Neben den Schulzentren Bördestraße und Alwin-Lonke-Straße, der Gesamtschule West und der Universität bietet künftig auch das Schulzentrum Lerchenstraße Kanusport bei TURA an. Lehrer-Fortbildungen finden dort ebenfalls regelmäßig statt. Von TURA-Seite aus unterstützt Trainerin Julia Pottschmidt fachlich den Kanu-Schulsport.

Bei den Wahlen gab es eine Veränderung in der Jugendleitung: Als Nachfolgerin von Wiebke Boerstra, die außerhalb Bremens ein Studium beginnt, sprachen die Teilnehmer einstimmig Katrin Müller ihr Vertrauen aus. Ronja Pake, Elke Barth, Svenja Maschke, Lars Grawunder und Klaus Gerken unterstützen die neue Jugendleiterin. Neuer Kassenprüfer ist Dieter Hansen. Der Vorstand der Kanuabteilung wurde einstimmig entlastet.

## TURA anerkannter Kanu-Ausbilder



TURA gehört zu den Vereinen, denen der Deutsche Kanu-Verband für die Jahre 2006 und 2007 erneut die Anerkennung als „DKV-anerkannter Kanu-Ausbilder“ ausgesprochen hat. Die Auszeichnung „DKV-anerkannter Kanu-Ausbilder“ wird für jeweils zwei Jahre vergeben. Mit entsprechenden Aufklebern kann sich TURA auch öffentlich als Ausbildungseinrichtung ausweisen.

# Rückblick: Winterprogramm 2005/06

Die Kanuabteilung von TURA beteiligte sich mit interessanten Angeboten am Winterprogramm des KSB. Auf eine erstaunlich gute Beteiligung blickt die TURA-Jugendleitung, Katrin Müller, Ronja Pake und Svenja Maschke, dieses Mal zurück.

Das Üben der Kenterrolle fand großes Interesse, ebenso der Schwimm-Nachmittag im Freizeitbad Osterholz-Scharmbeck. Mit mehr als 20 Teilnehmern fand das Waffelbacken eine

so große Resonanz, dass die Zutaten nicht ausreichten. Zum vertonten Dia-Vortrag „Vom Königsstuhl zum Königstein – eine Reise von Rügen durch den Spreewald in die Sächsische Schweiz“, untermalt mit interessanten Kommentaren von Wilco Jäger, konnten 80 Teilnehmer begrüßt werden. Aufgrund dieser guten Resonanz beteiligt sich TURA im Winterhalbjahr 2006/07 erneut am Winterprogramm und plant eine Erweiterung der Angebote.

## Kanufahrten in Brandenburg

Als Ziel der Großgewässerfahrt mit etwa 50 Teilnehmern haben sich die Kanuten von TURA vom 23. bis 30. September die Gewässer um die Stadt Brandenburg ausgesucht. Eine Unterkunft ist bereits gebucht, das Seecamp „Malge“, unweit von Brandenburg. In der Freizeitanlage stehen Bungalows zur Verfügung. Dort können auch Wohnwagen und Zelte aufgestellt werden. Bei Bedarf sind auch Übernachtungen in einer Pension mit Restaurant möglich. TURA plant Paddeltouren durch den von zahlreichen Inseln geprägten Breitlingsee sowie durch Brandenburg in die Havel hinein. Eine Lampionfahrt gehört ebenso zum Programm wie Abstecher nach Potsdam und Berlin und gemütliche Grillabende. Der Standort bietet so viele differenzierte Möglichkeiten,

dass die Fahrzeuge gar nicht unbedingt bewegt werden müssen.

Ab sofort werden Anmeldungen angenommen. Die Buchung muss rechtzeitig erfolgen.



## Terminkalender

|                 |           |  |
|-----------------|-----------|--|
| 25. März        | 9 Uhr     | Arbeitsdienst Anleger, Nils Burmester, Telefon 9 60 95 89                      |
| 1. bis 9. April |           | Osterfahrt ins Gästehaus 'Lampaden' bei Trier, Lutz Steenken 62 92 60          |
| 2. April        |           | Anpaddeln auf der Aller von Rethem bis Verden, Volker Zimny, 04792/39 24       |
| 14. April       | 9 Uhr     | Lesum und Weser bis zum BKW, Nils Burmester, 9 60 95 89                        |
| 17. April       | 9 Uhr     | Paddeltour zur Wümme, Lutz Steenken, 62 92 60                                  |
| 22. April       | 13.30 Uhr | Frühjahrsputz im Bootshaus, Gaby Madera, 6 58 69 97                            |
| 30. April       |           | Teufelsmoor-Rallye auf der Hamme, Ute Fritz, 04791/5 95 27                     |
| 5. bis 7. Mai   |           | Weser-Marathon-Fahrt, Volker Zimny, 04791/39 24                                |
| 25. Mai         | 9 Uhr     | Himmelfahrt, Hans-Jürgen Garms, 59 19 04                                       |
| 27. Mai         |           | Weser-Tidenrallye von Nordenham über Farge bis TURA, Volker Zimny, 04792/39 24 |
| 3. Juni         | 9 Uhr     | 2-Seen-Fahrt nach Bederkesa mit Grillen, Christian und Dagmar Retat, 64 76 74  |
| 9. bis 11. Juni |           | WW- und Sicherheitskurse in Hildesheim, Lutz Steenken, 62 92 60                |

# Sicherheits- und Wildwasserkurse

TURA bietet in diesem Jahr zwei Wochenenden auf der Kanu-Lehrstrecke in Hildesheim/Bischofsmühle an. Neulinge können sich die Paddeltechniken im Kanusport aneignen, Fortgeschrittene die bereits vorhandenen Fähigkeiten vertiefen. Für die Übernachtung steht ein Zeltplatz beim Kanuverein in Hildesheim zur Verfügung. Wohnwagen können dort ebenfalls aufgestellt werden. Die Teilnahmekosten einschließlich Zeltplatzgebühren betragen für ein



Wochenende 22 Euro pro Person. Der erste Wochenend-Kurs findet vom 9. bis 11. Juni statt, der zweite vom 25. bis 27. August. Für eine Teilnahme sind die Grundbegriffe des Kanusportes erforderlich, die bei den Kanukursen von TURA erworben werden.



## 23. Internationale Weser-Tidenrallye

Am 27. Mai startet die 23. internationale Weser-Tidenrallye gegen 11 Uhr beim WSV Nordenham. Mit dem Flutstrom paddeln die Teilnehmer die Weser aufwärts bis zum „Silberziel“ in Farge. Für diejenigen, die das „Goldziel“, das Vereinsgelände von TURA an der Lesum, nach 44 Kilometern erreichen möchten, geht es weiter in Richtung Vegesack am Schulschiff Deutschland vorbei. Alle Teilnehmer erhalten einen Aufkleber und gegen einen Aufpreis eine Medaille, auf der das Lotsenversetzschiff „Kapitän Stoewahse“ abgebildet ist. Die Teilnehmer, die am „Goldziel“ angekommen sind, erhalten für ihre besondere Leistung zusätzlich eine Urkunde. Die Schirmherrschaft dieser Veranstaltung hat die Präsidentin

des Landessportbundes Bremen, Ingelore Rosenkötter, übernommen. Für das Rahmenprogramm organisiert Volker Zimny Paddeltouren nach Brake und die Umrundung der Inseln Harriersand und Strohhauer Plate. Eine Teilnehmerliste wird im TURA-Bootshaus ausgehängt. Weitere Informationen: [www.weser-tidenrallye.de](http://www.weser-tidenrallye.de).

### Sicherheitskurs im Unibad Bremen:

dienstags, 19.30 bis 21.00 Uhr

### Ökologieschulung

vom 21. bis 28. Oktober im Rahmen einer Kanuschulung in den Ardennen

# Winterwandertag in den Harz



dergruppe von Torfhaus trennte sich am Dreieckigen Pfahl. Eine Gruppe wanderte jetzt durch das Bodetal nach Schierke, legte dort eine Mittagspause ein und lief in Richtung Braunlage. Die zweite Gruppe steuerte direkt den Wurmberg in Braunlage an. Alle Teilnehmer waren zufrieden und freuten sich über einen wunderbaren Tag mit guten Schneebedingungen. Zahlreiche Mitfahrer haben sich bereits zum nächsten Winterwandertag angemeldet, der am 3. Februar 2007 stattfindet. Bilder vom Winterwandertag, der besonders bei der TURA-Jugend großen Anklang fand, zeigt die vereinseigene Fernsehsehung „TURA aktuell“ am 28. Februar.

Mit 150 Teilnehmern startete die Kanuabteilung von TURA am 4. Februar zu ihrem traditionellen Winterwandertag in den Harz. Pünktlich um 6 Uhr fuhren drei Busse mit den Verantwortlichen Volker Zimny, Marco Madera und Lutz Steenken in der Hindenburgstraße ab. In Oslebshausen, Gröpelingen, Findorff und an der Universität stießen weitere Teilnehmer hinzu. In Torfhaus stiegen die Wanderer und Ski-Langläufer aus. Am Wurmberg in Braunlage fanden die Kinder und Jugendlichen gute Rodelbedingungen vor.

Mehrere Mädchen nutzten die guten Bedingungen auch zum Snowboard fahren. Die Wan-



KANU

## Kanukurse

TURA führt im Frühjahr mehrere Kanukurse für Erwachsene und Jugendliche durch. Der erste Kurs beginnt am 24. April, von 18 Uhr bis 20 Uhr. Ein weiterer Kurs beginnt am 10. Mai, von 18.45 Uhr bis 21.15 Uhr. Ein dritter Kurs ist ab dem 14. Juni, ebenfalls von 18.45 Uhr bis 21.15 Uhr geplant.



## Kanuschulungen:

Wildwasserschulung in Lampaden bei Trier, 1. bis 9. April,  
Großgewässerschulung in Brandenburg, 23. bis 30. September,  
Wildwasserschulung in den Ardennen, 21. bis 30. Oktober



# TURA-Musiker gestalten abwechslungsreichen Konzertabend - Ära der Lyra-Spielerinnen beendet

Das Abschlusskonzert des Spielleuteorchesters von TURA Bremen hat sich zu einem echten Höhepunkt im Gröpelinger Kulturleben ent-

wickelt. von Pop, Marschmusik, Swing bis Klassik, durch den Moderator Klaus Hawranek bereits zum 14. Mal führte.



Martina Sölter (links) und Edith Schmidt wurden herzlich als Lyra-Spielerinnen vom TURA-Spielleuteorchester verabschiedet.

wickelt. Acht Flötistinnen und Trommler Sascha Suso eröffneten am 16. Dezember mit dem amerikanischen Weihnachtslied „The Little Drummer Boy“ das inzwischen 30. musikalische Abschlusstreffen nach einem arbeits- und auftrittsreichen Jahr. Die TURA-Künstler boten im voll besetzten Nachbarschaftshaus „Helene Kaisen“ ein abwechslungsreiches Programm



Aktiv wie immer: TURAs Trommler beim 30. Jahresabschlusskonzert

Aus dem umfangreichen Repertoire von 80 Titeln konnte das begeisterungsfähige Publikum sowohl den Klängen des Bossa Novas „Quando, quando“, des Rock-Mambos von Herbert Grönemeyer als auch der Ouvertüre zur Oper „Carmen“ von Georges Bizet lauschen. Orchesterleiter Wolfgang Schmidt stellte mit seinem Ensemble auch neue Titel vor, darunter den African-Shuffle „The lion sleeps tonight“. Hier begeisterte vor allem Michael Lucht im Bast-Röckchen an der Djembe-Trommel.

Fehlen durfte nicht der amerikanische Marsch „Blaze away“ von Abe Holzmann, mit dem das Spielleuteorchester beim Internationalen Deutschen Turnfest den Vizemeistertitel errang. Der Auftritt des TURA-Orchesters im Mai 2005 in Berlin wurde in einer kurzen Videovorführung dokumentiert

SPIELLEUTEORCHESTER

W. Cwiertnia  
M. Cwiertnia & N. Litke GbR

Tabakwaren  
Zeitschriften

LINDENHOFSTR. 2A • Telefon 61 23 16



und auch im Nachhinein noch einmal mit prasselndem Beifall belohnt.

In der unter zehn Titeln zu wählenden Hitparade belegten der alte Frank-Sinatra-Klassiker und von Nicole Kidman und Robbie Williams neu aufgelegte Song „Something stupid“, dahinter „Can can“ und „Rocking all over the world“ die ersten drei Plätze.

Wolfgang Schmidt zeichnete gemeinsam mit TURA-Vizepräsident Ekkehard Lentz Susanna



*Das 30. Jahresabschlusskonzert begeisterte die Zuhörer im voll besetzten Nachbarschaftshaus.*



*Jörg Plate und Susanna Wolle wurden von TURA-Vizepräsident Ekkehard Lentz und Orchesterleiter Wolfgang Schmidt für ihre 25-jährige Mitgliedschaft bei TURA ausgezeichnet.*

Wolle, Jörg Plate und Edgar Sölter für ihre 25-jährige Mitgliedschaft bei TURA aus. Emotionaler Höhepunkt des Konzerts war jedoch die Verabschiedung der langjährigen Lyra-Spielerinnen Martina Sölter (33 Jahre dabei) und Edith Schmidt (37 Jahre dabei).

Anlässlich ihres letzten Auftritts ehrte sie der Dachverband des Bundes deutscher Musikverbände. Mit dem Ausscheiden der beiden langjährigen Orchestermitglieder, die dem Betreuungstab der Musiker erhalten bleiben,



*Wolfgang Schmidt dirigierte das 30. Abschlusskonzert der TURA-Spielleute; rechts an der Djembe-Trommel: Michael Lucht.*

endet zugleich die Ära der Lyra-Spielerinnen bei den TURA-Spielleuten. Ihnen folgen die Nachwuchskräfte an Glockenspielen. Die liegenden Plattenspiele eignen sich für schnellere Sequenzen und erreichen einen größeren Tonumfang.

Weitere Informationen über das TURA-Spielleuteorchester sind im Internet unter <http://www.sz-tura.de> abzurufen.

**über 35 Jahre**

*Raumgestaltung  
Fassadenbeschichtung  
Fußbodenarbeiten*



Ritterhuder Straße 24  
28237 Bremen  
Telefon (0421) 61 34 41

# Helen-Franka Burghardt überragende Einzel-Wettkämpferin

Die zwölfjährige Helen-Franka Burghardt (TURA) ragte mit ihrer Leistung beim traditionellen Weihnachtsturnier des Taekwondo-Nachwuchses (acht bis 17 Jahre) heraus. Bei dem vom TV Lilienthal und von TURA veranstalteten Sportereignis am 2. Dezember erreichte sie eine rekordverdächtige Punktezahl. Einen starken Eindruck hinterließen im TURA-Vereinszentrum auch die Turaner Jan-Niklas Tietjen und Ronja Braun mit je vier Erfolgen, Jan Heinzmann mit drei Siegen, Sandra Szaukellis mit zwei Siegen und einem zweiten Platz.

Bei den Jugendlichen belegten erste Plätze: Roman Weiß (Lilienthal), Stephan Sobei (Lilienthal), Sarah-Lena Tietjen (TURA) und Ina Schäfer (TURA).

Bei dem Poomse-Turnier haben sich die Teilnehmer in den Disziplinen Einzel, Paarlauf, Synchron- und Teamlauf auf zwei Wettkampfflächen gemessen, eingeteilt in Kinder- und Jugendklassen in den Leistungskategorien 10. bis 7. Kup und 6. bis 3. Kup.



Glückliche Gewinnerinnen beim Weihnachtsturnier: Helen - Franka Burghardt, Tanja Paukner, Sandra Szaukellis, Ronja Braun (von links).

Den Kampfrichtern, bestehend aus den Trainern und mehreren deutschen Meistern, fiel es nicht immer leicht, eine Entscheidung zu finden. Die Leistungsunterschiede waren zum Teil so minimal, dass oft nur ein Zehntel über die Platzierung der einzelnen Wettkämpfer entschied.

Bevor Brigitte Karrasch, Irek Falk, Nadine Bullwinkel und Tim Glenewinkel von der Wettkampfleitung den Teilnehmern die Medaillen überreichten, boten die amtierenden deutschen Meister Tim Glenewinkel und Davy Brinkmann einen kleinen Einblick in die hohe Kunst der Selbstverteidigung, der alle Teilnehmer und Zuschauer begeisterte.

## Schon gehört,

dass bei den jüngsten Dan-Prüfungen des Taekwondo-Landesverbandes sämtliche Anwärter von TURA erfolgreich abgeschnitten haben. Die Nachwuchssportler Stefanie Imhoff, Len Busch, Gülay Gün und Dimitri Opfer dürfen erstmals den Schwarzen Gürtel tragen.

## NIELSENTISCHLER Sven Nielsen

An der Finkenau 207 · 28239 Bremen  
Fon 0421- 64 46 850 · Fax 0421- 64 46 900  
Mobil 0177- 44 31 429 · sven@nielsentischler.de

Möbeltischlerei  
Innenausbau  
Fussbodenbau  
Türen  
Fenster  
Restaurierung  
Aufarbeitung



# Lisa-Maria Brock Landesmeisterin

Bei den Tischtennis-Landesmeisterschaften am 3./4. Dezember 2005 gewann TURAs B-Schülerin Lisa-Maria Brock in der Uni-Halle mit ihrer Partnerin Neda Rahbar vom OSC Bremerhaven nach einem spannenden Finale über fünf Sätze die Bremer Landesmeisterschaft im Doppel. In der Einzel-Konkurrenz unterlag die junge Turanerin im Halbfinale knapp der neuen Landesmeisterin Laura Dreckmeyer vom Geestemünder TV. Lisa Brock durfte auch in der A-Schülerinnen-Klasse starten. Hier erreichte sie mit ihrer Partnerin Kathrin Tietje vom Geestemünder TV einen hervorragenden dritten Platz.



*Nachwuchshoffnung Lisa-Maria Brock spielt seit 2 1/2 Jahren Tischtennis bei TURA und gehört dem Bremer Landeskader an. Das hoffnungsvolle Nachwuchstalents gibt neben dem Tischtennis auch Fußball, Schwimmen, Basketball und Eislaufen als Hobbys an. Die elfjährige Schülerin der St.-Marien-Schule zeichnet außerdem gern und spielt in ihrer Freizeit Gameboy. Sie lernte TURA im Sommerferienprogramm 2003 kennen.*

TISCHTENNIS

**Schon gehört,** dass die erste Tischtennis-Jungenmannschaft von TURA mit Joscha Krell, Konstantin Leidermann, Tobias Dammeier, Faruk Efe, Kevin Steinbiß und Daniel Duffner zurzeit die Tabelle in der Kreisklasse Nord anführt.



Malik Bekoe, Lisa Maria-Brock, Steffen Behrend und Björn Veit spielen in der ersten Schülermannschaft von TURA Bremen in der Kreisliga Nord.

**Letzte Meldung**

Die Tischtennis-Mannschaft von TURA II in der Besetzung Timo Hillebrand, Torsten Holstein und Dennis Biller schlug im Kreisliga-Pokal die zweite Mannschaft vom TV Mahndorf 2 mit 4:0 und erreichte damit das Viertelfinale, wo Ende Februar die Mannschaft des TuS Vahr III der Gegner ist.

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



## »Zum Fass«

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

24. April - Beginn der Tischtennis-Weltmeisterschaft in Bremen, AWD Dome. Am ersten Tag präsentiert sich TURAs Tischtennisabteilung mit einem Informationsstand.

## Gerda Kniefs seit 25 Jahren in Mittwochsgruppe

Seit 25 Jahren turnt Gerda Kniefs in der Mittwochsgruppe von TURA. Aus diesem Anlass überreichte Präsident Dirk Bierfischer während der Übungsstunde im Vereinszentrum die silberne Ehrennadel. Übungsleiterin Helga Wohlers leitet die Turngruppe am Mittwoch seit mehr als 30 Jahren. Nach einer Laudatio stieß die Gruppe mit einem Glas Sekt an.

*Seit 25 Jahren turnt Gerda Kniefs in der Mittwochsgruppe von TURA, rechts: Präsident Dirk Bierfischer.*



## Gruppen beim Kinderturnen unter neuer Leitung

Susanne Meseke heißt die neue Leiterin der TURA-Gruppen beim Kinderturnen am Dienstag in der Zeit von 15 bis 16.15 Uhr und von

16.15 bis 17.30 Uhr. Susanne Meseke ist 47 Jahre alt und von Beruf Arzthelferin. Zur Zeit arbeitet sie in einer stationären Einrichtung mit behinderten Erwachsenen. Außerdem studiert sie Sport und Pflegewissenschaft an der Uni. Susanne Meseke verfügt über Lizenzen als

Übungsleiterin in Psychomotorik sowie Haltung und Bewegung. Sie wird unterstützt von Elke Schlesier-Chitula.



*Neue Gesichter beim Kinderturnen: Übungsleiterin Susanne Meseke und Elke Schlesier-Chitula*



*Susanne Meseke heißt die neue Leiterin der TURA-Gruppen beim Kinderturnen am Dienstag.*

Damit Sie den richtigen Durchblick haben!

Ihre Brille  
mit Chic von



28239 Bremen · Oslebshauer Heerstraße 59 · Tel. 64 08 58

# Sportabzeichen bestanden

Einen harmonischen Jahresabschluss feierten 38 Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Walking-Gruppe, die sich jeden Mittwochmorgen trifft. Beim Brunch in der Gaststätte „Zum Turaner“ wurden nach dem ausgezeichneten Essen Gedichte aufgesagt und Lieder gesungen. Die Gruppe besteht im März zwei Jahre und läuft bei jedem Wetter. Nach einem 15-minütigen Aufwärmen walken die Teilnehmer eine gute Stunde. Eine Viertelstunde mit Stretching und Dehnen folgt.

Zum Ausklang entspannen sich die Sportler im Medienraum des Vereinszentrums bei leichter musikalischer Untermalung. Da im Sommer der Entspannungsteil im Raum ausfiel, fanden sich auf Initiative von Übungsleiterin Gerda Kloke einige Mitglieder der Walking-Gruppe, um das Sportabzeichen abzulegen. Gerda Kloke und Herwig Claußen (Lizenz für Abnahme des Sportabzeichens) haben zum zehnten Mal das Sportabzeichen bestanden.

Beim Brunch überreichten sie weiteren fünf Teilnehmern die Urkunde. Auch Volkhard Kämena, Petra Wittmann-Richter, Inge Röttgers, Wolf-



Prüfer Herwig Claußen konnte beim Brunch in der Gaststätte „Zum Turaner“ Volkhard Kämena, Petra Wittmann-Richter, Gerda Kloke, Inge Röttgers, Wolfram Szepanski und Angelika Poster das Sportabzeichen überreichen.

ram Szepanski und Angelika Poster stellten ihre sportliche Leistung und Fitness unter Beweis. In diesem Jahr sollen noch einige Teilnehmer dazu kommen.

Zum Sportabzeichen gehört: Laufen über 100, 400 und 3000 Meter, Schwimmen über 50 oder 200 Meter, Hoch- und Weitsprung, Sprung aus dem Stand, Kugel- oder Steinstoßen, Werfen mit Schleuder- oder Medizinball.

WALKING

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 [glaserei.buchholz@arcor.de](mailto:glaserei.buchholz@arcor.de)

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

**SCHLEIFARBEITEN  
BILDERRAHMUNG  
BLEIVERGLASUNG**

## Termine:

Arbeitsdienst: 19. März, 10 Uhr  
Anangeln: 7. Mai, 10 Uhr  
Sommer-Nachtangeln: 5./6. August, 19 Uhr  
Kinderangeln: 26. August, 18 Uhr  
Mitgliederversammlung: 29. September, 19 Uhr,  
Gaststätte „Zum Turaner“  
Abangeln: 1. Oktober, 10 Uhr  
Arbeitsdienst: 5. November, 10 Uhr

Die Treffen sind an der Slipanlage am Wal-  
ler Feldmarksee.

Für Anregungen, Informationen oder Kritik  
kann der Vorstand immer am letzten Mittwoch  
im Monat ab 19 Uhr in der Gaststätte „Zum Tu-  
raner“, Lissaer Straße 58, erreicht werden. Der  
Vorstand wünscht für 2006 PETRI HEIL und ein  
erfolgreiches Jahr.

## Neuer Vorstand

In der Sportfischer-Abteilung von TURA hat  
sich ein neuer Vorstand gebildet. Für alle die nicht  
zur Jahreshauptversammlung kommen konnten,  
noch einmal die wichtigsten Änderungen:

Der neue Abteilungsleiter heißt Werner Bal-  
zer, Nordenhamer Str.18, Telefon 61 42 88, sein  
Stellvertreter ist Volker Webner, Fleetstr.27, 3  
96 29 27. Neuer Kassenwart ist Daniel Böttcher,  
Schwarzer Weg 28, 6 16 27 27. Bei den anderen  
Ämtern hat es keine Änderungen gegeben.

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](http://www.buckmann-bauzentrum.de)



## Frauen, Glaube und Sport

Nachdem im September letzten Jahres in der  
Fatih-Moschee eine Kick-off-Veranstaltung für  
Mädchen- und Frauen erfolgreich durchgeführt  
wurde, organisierte nun erneut die Integrations-  
abteilung des Landessportbundes (LSB) am 18.  
Februar einen Bewegungsnachmittag für Mäd-  
chen und Frauen im Bremer Westen.

Drei Stunden bestand die Möglichkeit, in un-  
terschiedliche Sport- und Bewegungsangebote

kostenlos hineinzuschneppen. Neben gesund-  
heitsorientierten Angeboten wie Rücken- und  
Funktionsgymnastik sowie Entspannung standen  
auch Trendsportarten wie HipHop oder Kardio-  
Kickboxen auf dem Programm.

Die Veranstaltung wurde in Kooperation mit  
der evangelischen Gemeinde Gröpelingen, Grö-  
pelingener Marketing e.V., Mevlana-Moschee und  
TURA durchgeführt.

# Mit Bauchtanz unter dem Weihnachtsbaum

Schon traditionell hatte TURA zur Weihnachtsfeier eingeladen und 80 verdiente Seniorinnen und Senioren verlebten am 10. Dezember 2005 schöne Stunden in der Sporthalle des TURA-Vereinszentrums an der Lissaer Straße. Dirk Bierfischer dankte den Teilnehmern für ihre jahrelange Treue zum Verein und informierte sie über den bevorstehenden Umbau der Sporthalle: „Im nächsten Jahr feiern wir Weihnachten in veränderten Räumlichkeiten.“



Anita Duse und Erna Herdler eröffneten den Tanzreigen.

Die Senioren tauschten in besinnlicher Stimmung vielfältige Erinnerungen aus. Neben einer Kaffee- und Kuchentafel bot Alleinunterhalter Horst Half ein großes Repertoire von Weihnachtsliedern bis zur Tanzmusik. Großen Anklang fanden

die Überraschungsgäste Nadine Fernández mit Frauen des Kurses „Orientalischer Tanz bei TURA“, die mit viel Charme gleich zu Beginn für frischen Wind sorgten.

## Herzlicher Dank an alle Helferinnen und Helfer:

Elfi Loock, Elfi Brüning, Helga Beulke, Annelore Raven, Elke Fischer, Hanna Saße, Hanna Sawalies, Edelgard Wittig, Edeltraut Werde, Jutta Ackermann, Edda Reinsch, Regina und Fredi Jeschke



Bauchtanz unter dem Weihnachtsbaum bei TURA mit Nadine Fernández



Festliche Liederstimmung herrschte bei TURAs Seniorenweihnacht.

**Dienstag, 28. Februar  
Jahreshauptversammlung  
der Senioren, 10 Uhr,  
Vereinszentrum TURA**

## Workshop Venengymnastik

Einen zweistündigen Workshop der Gesundheitswerkstatt von TURA leitete Sabine Braun zum Thema „Venengymnastik - einfache Übungen für fitte Beine“ am 13. Februar im Vereinszentrum. Die Teilnehmerinnen lernten Übungen kennen, die im Alltag eine Erleichterung bringen und zur Vorbeugung von Venenschwäche einge-

setzt werden können. Außerdem wurden Kräftigungsübungen zur Unterstützung der natürlichen Venentätigkeit durchgeführt.

**Schon gehört,** dass Dr. Björn Ackermann einen Workshop „Aktiv gegen Osteoporose“ am 23. Februar bei TURA leitete.

# Reise in das Kirnitzschtal

40 Seniorinnen und Senioren von TURA Bremen reisten am 3. Dezember 2005 für fünf Tage in die Mittelndorfer Mühle im wunderschönen Kirnitzschtal ([www.kirnitzschtal.de](http://www.kirnitzschtal.de)).

Ausflüge führten nach Meißen in die Porzellanmanufaktur (echt Meißner Porzellan) und nach Dresden zum ältesten Weihnachtsmarkt Deutschlands („Striezelmarkt“).

Auch der Besuch eines Orgelkonzerts in der wieder aufgebauten Frauenkirche stand auf dem Programm. Eine Fahrt durch das Elbsandsteingebirge mit einem Abstecher auf die Bastei sowie ein Ausflug in das Handwerkerdorf Seiffen im Erzgebirge rundeten die Kurzreise ab. In dem berühmten Ort der Räuchermänner- und Nussknacker-Produktion



*TURA-Senioren in Bad Schandau vor der Kirnitzschtal-Bahn, einer der ältesten Straßenbahnen in Deutschland*

tion kam Räuchermännchen-Sammlerin Jutta Ackermann (besitzt mittlerweile 82 Exemplare) voll auf ihre Kosten.



*Die TURA-Senioren wohnten in der Mittelndorfer Mühle im wunderschönen Kirnitzschtal.*



*In Seiffen/Erzgebirge gab es zahlreiche Nussknacker und Räuchermänner zu bestaunen.*

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

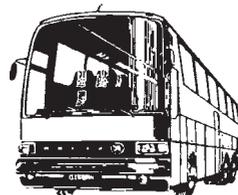
## H. PUCKS

Reisedienst - Omnibusbetrieb

**28876 OYTEN**

Lienertstraße 14

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



# Seniorenfahrten 2006

27. März Fahrt zur Deku Modenwelt in Lemförde, Modenschau und Osterausstellung, Abfahrt: 10 Uhr Vereinszentrum TURA, Kosten: 28€ , Busfahrt, Mittag=Bauernbüffet, Kaffee und Kuchen

24. April Fahrt ins Salz- und Zuckerland und Orchideenschau nach Stuckenbrock, Abfahrt: 9.00 Uhr Vereinszentrum TURA, Kosten: 35€, Busfahrt Mittag sowie Kaffee und Kuchen

24. Mai, Matjesessen im Bootshaus, Treffen: 11 Uhr, Depot Gröpelingen oder mit dem Rad am Grünstreifen Ohlenhof. Essen: 13 Uhr, Kosten: Umlage

1. bis 12. Juni, erste Schottlandreise, Rundfahrt mit Orkneys, Abfahrt: 13 Uhr, Vereinszentrum TURA, über Rotterdam nach Hull (Fahrt ist ausgebucht – Interessenten nur noch auf Warteliste)

14. bis 25. Juni, zweite Schottlandreise, Abfahrt: 7 Uhr Vereinszentrum TURA über Zeebrügge nach Hull, Kosten: im DZ sowie DZ Kabine innen 1250€ (außen pro Person 30€ Aufschlag), EZ sowie EZ Kabine 1545,00 innen (außen 82€ Aufschlag) Reiserücktrittversicherung im DZ 32,50, EZ 40,25€. Ausschreibung bei Jutta Ackermann oder bei TURA erhältlich, Anzahlung 200,00€ bei Anmeldung, Rest bis 26.04.

26. Juli, Fahrt auf die Hallig Hooge, Abfahrt: 5 Uhr Vereinszentrum TURA, Kosten 58€, Busfahrt, Schifffahrt, Planwagenfahrt, Frühstück sowie Mittagessen. Abendpause in Nenndorf

26. August, Auf den Spuren des Landarztes „ Kappeln a. d. Schlei“, Abfahrt: 7 Uhr Vereinszentrum TURA, Kosten: 32€, Busfahrt, Reiseleitung , Kaffeepause sowie Dorfmuseum. Mittag in Kappeln Freizeit

18. bis 27. September, Urlaub im Schwarzwald „Menzenschwand“, Abfahrt: 5 Uhr, Vereinszentrum TURA, Kosten: DZ 660€, EZ-Zuschlag 110€, Schwarzwaldrundfahrt, Bodensee mit Insel Mainau, Freiburg, Rheinfall und Titisee, Frühstück in Aua, Anzahlung 100€ bei Anmeldung, Rest bis 14. August, Reiserücktrittversicherung DZ 19,80€, EZ 23,10€

25. Oktober, Knippessen im Bootshaus TURA, Treffen: 11 Uhr, Depot Gröpelingen oder mit dem Rad am Grünstreifen Ohlenhof, Essen 13 Uhr Kosten: Umlage

1. bis 4. Dezember, Ilshofen „Flair Hotel“, Fahrt zum Weihnachtsmarkt Rotenburg o.d. Tauber, Schwäbisch Hall sowie Weinprobe in Dinkelsbühl, Abfahrt: 6 Uhr, Vereinszentrum TURA, Kosten: DZ 325€, EZ 365€ ( Hotel mit Sauna und Hallenbad), Anzahlung 50€ bei Anmeldung, Rest bis 1. November

15. Dezember, Fahrt nach Ohrwege zum Entenessen, weiter zum schwimmenden Weihnachtsmarkt auf der „Emden“, Abfahrt: 10 Uhr, Vereinszentrum TURA, Kosten: 33€, Busfahrt und Entenessen

9. Dezember, Weihnachtsfeier der Senioren

Alle Fahrten halten den Preis bei einer Teilnehmerzahl von 40 Personen.

Bei Urlaubsreisen Zahlungen auf das Konto: Jutta Ackermann, Commerzbank, Konto Nr. 20 60 093, BLZ 290 400 90, bitte Geburtsjahr mit angeben! Anmeldungen bei Jutta Ackermann, Telefon 61 63 619 oder in der Geschäftsstelle TURA, 61 34 10 oder per E-Mail senioren@tura-bremen.de

## Entspannung für Schulter und Nacken

„Entspannung für Schulter und Nacken“, dafür sorgt TURA jeden Donnerstag von 18 bis 19 Uhr in seinem Vereinszentrum an der Lissaer Straße. Die Teilnehmer beschäftigen sich mit den Themen Körperwahrnehmung, dem Erkennen belastender Bewegungsmuster, der Kräftigung abgeschwächter Muskeln des Schultergürtels und sanften, entspannenden Dehnübungen.

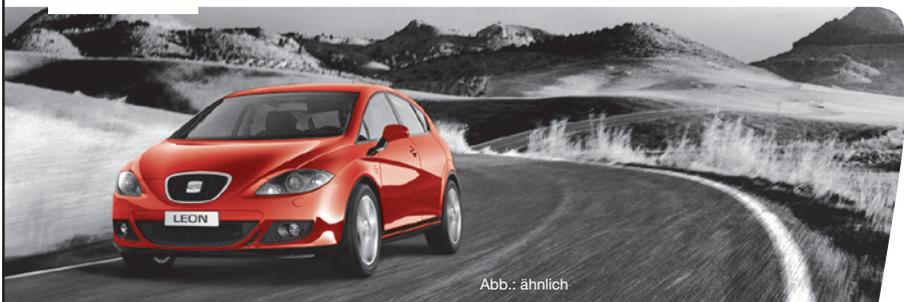


Abb.: ähnlich

# 4 Jahre sorgenfrei!

## Jetzt mit **2 + 2 Garantie** für alle finanzierten Neufahrzeuge!<sup>1)</sup>



### SEAT Leon 1.6 75 kW/102 PS ab 15.690,00 EURO\*

Es lebe der Sport! Und das am besten mit dem neuen SEAT Leon. Sein agiles Fahrwerk, die elektro-mechanische Servolenkung, die Multilienker-Hinterachse und vieles Sportliche mehr, machen ihn zu einem echten Athleten auf der Straße. Und ein Unfallrisiko beseitigt er durch seinen dynamischen Auftritt auch: das Einschlafen am Steuer. Setzen Sie sich doch einfach mal dahinter: bei einer Probefahrt.

- Agil-Fahrwerk
- ABS mit EBV
- TCS inkl. ESP
- bis zu 8 Airbags
- elektr. Fensterheber vorn

#### SEAT Leon 1.6, 75 kW/102 PS, 5 Gang:

Kraftstoffverbrauch

innerorts: von 10,3 bis 10,4 l/100 km,

außerorts: von 5,9 bis 6,0 l/100 km,

kombiniert: von 7,5 bis 7,6 l/100 km,

CO<sub>2</sub>-Emissionen

kombiniert: von 180 bis 183 g/km

\*Fahrzeugpreis: 15.690,00 EURO,

Anzahlung: 4.555,00 EURO,

Laufleistung: 10000 km p.a.,

Laufzeit: 48 Monate,

Schlussrate: 6.119,10 EURO.

48 Raten á 149,00 EURO.

**3,9 % effektiver Jahreszins.**

Ein Angebot der SEAT-Bank.

<sup>1)</sup> Gilt für Privatkunden und gewerbliche Einzelabnehmer, die ihr SEAT Neufahrzeug über die SEAT Bank im Aktionszeitraum vom 01.12.2005 bis 31.05.2006 (Kaufvertrag, Finanzierungsvertrag und Kundenerstzulassung) mit einem Kreditbetrag ab 5.000,- EURO finanzieren. Angebot besteht aus 2 Jahren Herstellergarantie der SEAT Deutschland GmbH plus weiteren 2 Jahren SEAT LifeTime Garantie des SEAT Versicherungsservice (mit teilweise unterschiedlichem Garantiefumfang). Finanzierung bereits ab effektivem Jahreszins und ohne Anzahlung möglich. Nähere Informationen bei Ihrem SEAT VertragsPartner.

#### Autohaus Lübckemann & Benthe GmbH

Gröpelinger Heerstr. 325, 28239 Bremen  
Tel: (04 21) 61 12 30, Fax: (04 21) 6 16 02 61  
d48968@seatpartner.de,

EXP 753



# Neues Schild



Jörg Tietz, Bezirksverkaufsleiter der Berliner Schultheiss-Brauerei (Radeberger Pilsener), spendete TURA ein neues Schild für den Geschäftsstellen-Eingang.

## Vorankündigung: Fußball-Erlebnistage

Am 9. und 10. Juni finden die Fußball-Erlebnistage des Möbelhauses Sander statt.

In diesem Jahr wird das Sportevent auf der Bezirkssportanlage Gröpelingen organisiert. Die Veranstaltung steht unter dem Motto: „Rund um die Fußball-WM“. Die sportliche Leitung hat nach der erfolgreichen Premiere im Vorjahr erneut die Fußballjugendabteilung von TURA übernommen.

Am Freitagmorgen sind die Schulen (3. und 4. Klassen) eingeplant, am Freitagnachmittag die G-Jugend und am Samstag die F-Jugend.

Bitte vormerken!

### Hans-Jürgen Eichel

geboren am 22. 12. 1944, gestorben am 28. 11. 2005

Die Mitglieder der Fußballabteilung von TURA trauern um Hans-Jürgen Eichel, der am 1. November 1953 in den Verein eintrat und viele Jahre in der Jugend- und später in der ersten und zweiten Herrenmannschaft spielte. Die letzten Jahre verbrachte Hans mit dem ersten Alten Herrenteam. Seit längerem gesundheitlich angeschlagen, ließ er es sich bis zuletzt nicht nehmen, die Spiele zu besuchen.

**Letzte  
Meldung**

Badminton: Bei den Bremer Kreismeisterschaften im Badminton gewannen die

Turanerinnen Sandra Drewes und Jana Wissenberg im Damen-Doppel die Vizemeisterschaft.

**Letzte  
Meldung**

Badminton: In der ersten Runde des Hanse-Pokals gewann TURA bei BSG Arbergen/Mahndorf 4 mit 7:1 und 15:2. Für die zweite Runde zog TURA ein Freilos und ist somit für die Endrunde am 20. Mai qualifiziert.



Eine schöne Silvesterparty organisierten die Pächter der Vereinsgaststätte von TURA, Bruni und Andreas Falk. Zünftig begrüßten die Gäste das neue Jahr.

## TURA- Newsletter

Der elektronische Nachrichtendienst von TURA Bremen wird seit drei Jahren per E-Mail verschickt.

Inzwischen sind 121 Ausgaben erschienen. Der „Newsletter“ erfreut sich wachsender Beliebtheit – auch außerhalb des größten Vereins im Bremer Westen. Der Bezug ist kostenlos.

Wer den Informationsdienst abonnieren möchte, kann sich an Ekkehard Lenz [Lentz@tura-bremen.de](mailto:Lentz@tura-bremen.de) wenden.

## Bewegung und Tanz für Jugendliche

„Dance and move“ heißt es bei TURA immer dienstags von 16 bis 17.30 Uhr für Jugendliche zwischen 13 und 16 Jahren. In dem wöchentlichen Kurs, in dem noch Plätze frei sind, werden Tanzelemente aus HipHop-Jazz, Modern Dance und Bollywood Dance eingeübt und daraus eigene Choreographien erarbeitet. Vor allem sollen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Spaß an der Bewegung haben, sich dabei tänzerisch weiter entwickeln und ihre eigene Kreativität entdecken. Weitere Informationen: 61 34 10.

## Bewegungslandschaft

TURA lädt am Sonntag, 19. März, zu einem Bewegungsnachmittag im Vereinszentrum an der Lissaer Straße 60 ein. Ab 14 Uhr können Kinder drei Stunden durch eine lebendige Landschaft aus diversen Sportgeräten krabbeln, klettern und vom Trampolin hopsen. Der Eintritt beträgt 1,50 Euro.

## Orientalischer Tanz für Kids

Beim Angebot „Orientalischer Tanz für Kids“ ist die Altersgruppe der 10- bis 14-Jährigen jeden Freitag von 16 bis 17 Uhr im Vereinszentrum an der Lissaer Straße 60 angesprochen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen die Bewegungen des orientalischen Tanzes. Wer Lust hat und orientalische Musik mag, kann sich anmelden unter: Telefon 61 34 10.

## Die Jahreshauptversammlung der Vereinsjugend

findet am Dienstag, 7. März 2006, um 19 Uhr im Medienraum des TURA-Vereinszentrums an der Lissaer Straße 60 statt.

Tagesordnung:

1. Überlegungen für einen Neuanfang
2. Sommerferienprogramm
3. Wahl eines neuen Vereinsjugendleiters
4. Sonstiges (Eure Wünsche, Ideen, Sorgen usw.)

Ihr seid herzlich eingeladen!

Weitere Informationen: Telefon 61 34 10



[www.foto-penz.de](http://www.foto-penz.de) / eMail: [info@foto-penz.de](mailto:info@foto-penz.de)

# Hol alles raus

Wir machen schöne Bilder von Ihren digitalen Aufnahmen auf original Fotopapier

## FOTO-STUDIO PENZ GMBH

Arsterdamm 150, Tel. 0421 / 824746  
Gröpelinger Heerstr. 172, Tel. 0421 / 612112

# Volleyballer in Sachsen-Anhalt

Zum ersten Mal nahm eine Volleyball-Mannschaft von TURA an dem Neujahrsturnier des Kanuvereins Jeßnitz (Sachsen-Anhalt/bei Bitterfeld) teil. Das Team um Spielführer Kai-Uwe Hanke erkämpfte sich gegen eine spielstarke Konkurrenz immerhin einen siebten Platz. Dass die Freizeit-Mannschaft noch nicht oft zusammen gespielt hat, zeigte sich in den Gruppenspielen. Gute Kombinationen wechselten sich mit Anfängerfehlern ab und ließen eine Platzierung im oberen Tabellenbereich nicht zu. Im Spiel um den siebten Platz hieß das Motto daher für die Gröpelinger volle Konzentration. Mit einer starken Leistung gelang es das Spiel zu gewinnen. Krönender Abschluss

*TURAs Volleyballmannschaft trat in Jeßnitz mit Kai-Uwe Hanke, Lars Meyer, Holger Miles, Britta Schneidereit, Steffi Magers, Henning Hofmann und Marco Sprute (von links) an.*

des Tages war das abendliche Schlachtfest im Bootshaus. Ein Wiedersehen mit dem Kanuverein Jeßnitz feiert TURA beim eigenen Volleyballturnier am 11. März in der Gesamtschule West. Zuschauer und Interessierte sind hierzu herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei.



## Fünfter Platz in Ritterhude

Ende Oktober 2005 kämpften in Ritterhude neun Mannschaften beim zweiten „Hobby-Mixturnier“ der SG Platjenwerbe um den Turniersieg. Die von Peter Siemers betreuten TURA-Volleyballer („Ey-Team“) belegten den fünften Platz. Eine Mannschaft der SG Platjenwerbe nimmt ebenfalls Anfang März an dem Turnier bei TURA teil.



*Das „Ey-Team“ in Ritterhude bildeten: Marina Kelm, Kai-Uwe Hanke, Lars Meyer, Frank Rußow, Ulli Spsychala, Peter Siemers, Irmgard Odaj (hinten von links) sowie Steffi Magers und Henning Hofmann (vorne).*

### Volleyballturnier

**11. März, ab 13 Uhr, Gesamtschule West**

**Zu dem Freizeit-Volleyballturnier haben folgende Mannschaften zugesagt:**

TuSG Ritterhude „Die glorreichen Sieben“,  
CSV Bremen „Petruschka“,

Evangelische Familienakademie „Die wilde Efa“,

SGO „So geile Oldies“,

Blumenthaler TV „Sechs ohne Vertrag“,

Blumenthaler TV „Hüpfdohlen“,

TV Eiche Horn „Horner Eichen“,

Schulzentrum Walle „Pisa Buster“,

Kanuclub Jeßnitz „Die Mulde-Piraten“,

FC Ritterhude-Platjenwerbe „Auszeit“,

TURA „Sixpack“,

TURA „Jan's Restekiste“,

TURA „????????“

**Zuschauer sind herzlich willkommen!**

### Trainingszeiten

Montag: Jugendliche 14 bis 18 Jahre  
19 - ca. 20.30 Uhr

Montag: Erwachsene 19.30 - 21.45 Uhr

Mittwoch: Ballsportgruppe  
17.30 - 18.30 Uhr

Mittwoch: Erwachsene 19:30 - 21:45 Uhr

Donnerstag: Jugendliche 14 bis 18 Jahre  
18 - 20 Uhr

**Halle GSW, Lissaer Straße**

## Hip Hop bei TURA

Hörst du gerne Musik, die Hits aus den Charts oder sogar Hip Hop? Würdest du gerne darauf tanzen, aber du weißt nicht ganz so recht wie du dich bewegen sollst? Bei TURA lernst du, wie man Hip Hop in allen Variationen tanzen kann. Hip Hop ist ein Tanz, der viel Raum für eigene Kreativität lässt und sehr viel Spaß macht: jeden Donnerstag von 16 bis 17 Uhr im TURA-Vereinszentrum, Lissaer Straße 60. Eingeladen sind Teilnehmer ab 10 Jahre

## Körper und Seele in Schwung

„Körper und Seele in Schwung“ heißt es donnerstags von 17 bis 18 Uhr im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße 60. Nach einem leichten Aufwärmtraining kommen unterschiedliche Kleingeräte zum Einsatz bei Kräftigungsübungen für den Rücken. Spezielle „Pilates“-Übungen dienen dem Aufbau der Bauch- und Beckenbodenmuskeln. Christine Hauer leitet das Angebot, das bereits mehrfach mit dem Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ ausgezeichnet wurde.

## Sport in der Krebsnachsorge

Die Gruppe „Sport in der Krebsnachsorge“ trifft sich jeden Montag in der Zeit von 16 bis 17 Uhr im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße zu Gymnastik, Spiel und Entspannung. Auch andere Freizeitunternehmungen stehen auf dem Programm. Neueinsteigerinnen sind jederzeit willkommen.

## „Fit in den Morgen“

„Fit in den Morgen“ heißt es jeden Dienstag um 10.30 Uhr für bewegungsinteressierte Menschen unterschiedlichen Alters. Das gesundheitsfördernde Bewegungsangebot von TURA an der Lissaer Straße 60 ist mehrfach mit dem Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet und von der Bundesärztekammer empfohlen. Machen Sie mit!

## Nordic Walking

Zum Bewegungsangebot „Nordic Walking“ treffen sich Interessierte immer montags von 17.15 bis 19 Uhr vor dem TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße. Durch das pulsgerechte Ausdauertraining stabilisiert sich das Herz-Kreislauf-System und das entspannte Gehen in der Gruppe macht einfach Spaß.

## Autogenes Training

TURA bietet montags in der Zeit von 18.30 bis 20 Uhr und dienstags von 8.45 bis 10.15 Uhr Autogenes Training an. Diplompsychologin Brigitte Karrasch leitet im TURA-Vereinszentrum an der Lissaer Straße 60 das in Europa am meisten verwendete und erforschte Entspannungsverfahren.

## SPD Abgeordnetengemeinschaft Bremen-Stadt

Ein persönliches Gespräch beantwortet  
schnell alle direkten W(eh)-Fragen.



### Wie, Wann und Wo?

Ich bin für Sie da in Gröpelingen:  
Cornelia Wiedemeyer.

Telefonischer Kontakt: (0421) 691 81 21.

[www.cornelia-wiedemeyer.de](http://www.cornelia-wiedemeyer.de)



# TURA TV im Bürgerrundfunk

Ein erfreuliches Medienecho hat unsere Fernsehsendung „TURA aktuell“ gefunden. Neben einem großen Artikel im Stadtteilkurier der Bremer Tageszeitungen kommentierte Michael Pohl im „Weser Report“ in seiner besonderen Art in der Kolumne „Fußball intern“: „Das ist schon eine reife Leistung, wenn ein Verein wie TURA Bremen es schafft, mit einer eigenen Fernseh-

produktion zwölf Jahre am Stück auf Sendung zu gehen...“ Die nächsten Sendetermine: 28. Februar, 20 Uhr, 28. März, 20 Uhr, 25. April (immer am vierten Dienstag im Monat). Freuen Sie sich auf weitere Filme und Bilder von Wilfried Hoberg (Foto links). Markus Ernst (Mitte) leitet die Bildregie und Wolfram Szepanski (rechts) steht seit einem Jahr hinter der Kamera.



## Boxidole trainieren Obervielander Schüler

In einer gelungenen Kombination zwischen Schule und ehrenamtlichem Sport trainieren seit kurzer Zeit Herwig Claußen (Boxabteilungsleiter von TURA) und Heiko Förster siebzehn Jugendliche in der Schulsporthalle Obervieland. Reinhard Lucka unterstützt die beiden Boxidole inzwischen in ihrem Engagement. Die Jugendlichen sind heiß auf das Training und staunen,

was der Boxsport alles zu bieten hat. Alle Beteiligten sind gespannt, wie dieser Modellversuch sich weiterentwickelt.

Herwig Claußen zu „TURA aktuell“: „Hier wird nicht nur darüber geredet, die jungen Leute von der Straße zu holen, hier wird gehandelt. Und deshalb unterstütze ich die Aktion gern und fahre einmal in der Woche nach Kattenturm.“



Verantwortlicher Herausgeber: TURA Bremen e.V.

Anzeigen: Wolfgang Zimmermann, Tel. 23 21 10, Fax 23 21 19

Fotos und Autorenbeiträge: Jutta Ackermann, Werner Balzer, Sabine Braun, Michael Buhlich, Michael Dierks, Herwig Claußen, Walter Gerbracht, Gerold Gerdes, Volkhard Kämena, Roland Klein, Klaus Kremling, Constanze Kulwicke, Karoline und Ekkehard Lentz, Jürgen Lippold, Jürgen Meyer, Holger Miles, Frank Seidler, Lutz Steenken, Andreas Westphal

Gestaltung: Wolfgang Zimmermann © 2006 · e-Mail: [wozi@bremen-werbung.de](mailto:wozi@bremen-werbung.de)

Scans: [www.digitalprint4u.de](http://www.digitalprint4u.de) · e-Mail: [wozi@digitalprint4u.de](mailto:wozi@digitalprint4u.de)

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

# Der neue Opel Astra TwinTop.



Abb. zeigt Sonderausstattungen.

## Jetzt bestellen – und bis 20. Mai 2006 Vorteil für Schnellentschlossene mitnehmen.

Reiner Fahrspaß ohne Wenn und Aber. Erleben Sie den Opel Astra TwinTop als sportliches **Coupé** und elegantes **Cabriolet**.

Bestellen Sie ihn schon vor seiner offiziellen Einführung und Sie erhalten sportliche **17"-Leichtmetallräder** automatisch und ohne Mehrpreis als Vorteil für Schnellentschlossene.

**Reservieren Sie sich Ihr Cabrio-Coupé-Vergnügen!**

**Unser Barpreis-Angebot für den neuen Opel Astra TwinTop Edition mit 1.6 ECOTEC®-Motor mit 77 kW (105 PS).**

**Unser Barpreis:**

**ab 23.650,- €**

Kraftstoffverbrauch, kombiniert: 7,0l/100 km, innerorts: 9,1l/100 km, außerorts: 5,8l/100 km;  
CO<sub>2</sub>-Emissionen, kombiniert: 168g/km (gemäß 1999/100/EG).

Ihr Opel Partner

70 Jahre Opel für Bremen  
**BURR**  
WO SONST?



Gröpelinger Heerstr. 245  
28239 Bremen  
Telefon: 0421 / 6108-0

Fergersbergstr. 8 - 12  
27721 Ritterhude  
Telefon: 04292 / 8149-0

**Opel. Frisches Denken  
für bessere Autos.**

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



**COMPUTER  
DISCOUNT**



Waller Heerstraße 130 · Tel. 306 21 66  
Öffnungszeiten Mo.-Fr. 9-20 Uhr, Sa. 9-18 Uhr

## Jetzt schnell zugreifen!

**NOKIA 6230i + NOKIA 1600 + Inkl. Playstation portable PSP**



- High-Speed Internet-Verbindung mit Wireless LAN
- Mit 4,3 Zoll-Breitbild-LCD (16:9) Filme in höchster Qualität genießen
- Integrierter MP3-Player
- Inkl. Memory Stick Duo (32 MB)

Mit E-Plus Family & Company  
für 0 Cent/Minute  
untereinander telefonieren!\*

Family&Company Set

**19,- €<sup>0</sup>**

1) Angebot bis 28.02.06 bei Abschluss von zwei E-Plus Time&More 50 Verträgen zzgl. Buchung der Option Family&Company. Weitere Informationen im Shop.