




**Ein Verein für alle!**

Unser Sportangebot umfasst:

Gesundheitssport      Ballsport  
Reha-Sport      Turnen      Fitness  
Gymnastik            Ausdauersport  
Kampfsport      Leichtathletik  
Mannschaftssport      Outdoor

*Liebe Sportinteressentinnen, liebe Sportinteressenten,*  
sehen Sie selbst, welches Angebot Ihr Gefallen findet.  
Nehmen Sie Kontakt mit dem Ansprechpartner auf und  
nutzen Sie gern die Möglichkeit einer kostenlosen  
Schnuppertrainingsstunde. Sie sind herzlich willkommen.

Der Vorstand des VTB

## BALLSPORT / MANNSCHAFTSSPORT

### Basketball:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder/Jugend Minis/U14	Mo.	17:00 – 18:00	Christopher Weber Tel. 0174 / 3790196
	Mo.	18:00 – 20:00	Henning Neumann Tel. 04451 / 918 2829
Jugend U18	Mi.	18:00 – 20:00	Mark Gläser Tel. 0163 / 2190935
Herren	Mi.	20:00 – 22:00	Ünsal Kabuk Tel. 04452 / 707 9194
<b>Sporthalle Lothar-Meyer-Gymnasium – Moltkestr.</b>			
Hobby / Mixed	Fr.	18:00 – 20:00	Claudia Pape Tel. 04455 / 9488147
<b>Sporthalle BBS – Breslauer Str.</b>			

### Handball:

Gruppe	Spielgemeinschaft	Ansprechpartner
Jugend	JHSG Varel	N.N.
Erwachsene	SG VTB/Altjührden <a href="http://www.handball-varel.de">www.handball-varel.de</a>	Hans Hieronymus Tel. 04453 / 72250



### Volleyball - Hobby:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen / Herren	Mo.	18:30 – 20:00	Günter Golibersuch Tel. 04451 / 860 989
Herren	Mo.	20:00 – 22:00	Rolf Ammermann Tel. 04451 / 959 726 H.-J. Gebhardt Tel. 04451 / 59 09
<b>Sporthalle BBS – Breslauer Str.</b>			
Herren	Mi.	20:00 – 22:00	Georg Pilinski Tel. 04451 / 8 18 92
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			
Damen	Mo.	20:00 – 22:00	Susanne Kray-Pieper Tel. 04451 / 8 33 84
Damen/Herren	Fr.	20:00 – 22:00	Peter Macht Tel. 04451 / 8 31 61
<b>Sporthalle HRS - Arngaster Str.</b>			

## **Volleyball (Punktspielbetrieb):**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen	Mo.	18:30 – 20:00	Christian Jünger Tel. 04451 / 96 07 75
Herren	Mo.	20:00 – 21:45	
Jugend	Mi.	17:00 – 18:30	
Damen	Mi.	18:30 – 20:00	
Herren	Mi.	20:00 – 21:45	
<b>Sporthalle HRS - Arngaster Str.</b>			

## **Tischtennis:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Jugend	Mo.	18:00 – 20:00	Ulrich Wendt Tel. 04451 / 24 41
Erwachsene	Mo.	20:00 – 22:00	
Jugend	Fr.	18:00 – 20:00	
Erwachsene	Fr.	20:00 – 22:00	
<b>Sporthalle BBS – Breslauer Str.</b>			
Hobby-Gruppe (Erwachsene)	Di.	20:00 – 22:00	Ulrich Wendt Tel. 04451 / 24 41
<b>Deharde-Sporthalle - Windallee 23</b>			



## **GESUNDHEITS- UND REHA-SPORT**



## **Wege zur Entspannung:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen / Herren	Mo.	18:30 – 20:00	Karin Blaurock Tel. 04451 / 80 65 46
<b>In der 'Börse' – Drostenstr.</b>			
Damen / Herren	Do.	19:30 – 21:00	- siehe oben -
<b>VTB-Turnerheim – Windallee 23</b>			



## **Yoga:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen	Di.	10:00 – 11:30	Angelika Stepputat Tel. 04453 / 985 9339
<b>VTB-Turnerheim – Windallee 23</b>			

## Qigong:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen / Herren	Di.	19:00 – 20:30	Gudrun Lüdtké Tel. 04453 / 7 21 06
	Mi.	09:00 – 10:30	
<b>VTB-Turnerheim – Windallee 23</b>			



## Lungensportgruppe „Luftkuss“:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Erwachsene	Di.	14:00 – 15:00	Jutta Bakenhus-Papen Tel. 04451 / 95 04 53
<b>VTB-Turnerheim – Windallee 23</b>			
Erwachsene	Mi.	18:30 – 19:30	- siehe oben -
<b>VTB-Turnerheim – Windallee 23</b>			



## Reha-Sport:



Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Erwachsene	Di.	16:45 – 17:45	Helga Bauer Tel. 04451 / 8 14 99
		17:45 – 18:45	
		18:45 – 19:45	
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			
Kinder „Starke Löwen“	Do.	ab 16:30	Sylvia Fangmann Tel. 04452 / 919 8181
<b>Turnhalle Grundschule Osterstraße</b>			

## Reha-Sport – Geistige Behinderung:



Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Jugend / Erwachsene	Mo.	17:15 – 18:15	Agnes Behnke-Rademann Tel. 04453 / 1455
	Fr.	15:30 – 16:30	
		16:30 – 17:30	
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			

## Reha-Sport (im Wasser) – Geistige Behinderung:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Jugend / Erwachsene	Di. 14-tgl.	19:00 – 20:00	Sarah Cordes Tel. 04734 / 540 9885
<b>Hallenbad Varel</b>			



## TURNEN / GYMNASTIK / FITNESS

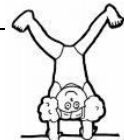
### Eltern+Kind-Turnen:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder bis 4 Jahre	Do.	09:00 – 10:30	Regina Reinken Tel. 04451 / 86 13 96
<b>Turnhalle Hafenschule – Hafenstr.</b>			



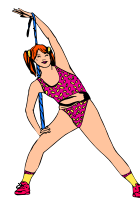
### Turnen, Spiele und Gymnastik:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder, 3 – 6 J.	Di.	16:00 – 17:00	Adelheid Kühn Tel. 04451 / 157 6396
	Mi	16:00 – 17:00	
Kinder, 7 – 11 J.	Di	17:00 – 18:30	
<b>Turnhalle Grundschule Osterstraße</b>			



### Mädchen-Turnen:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Mädchen, ab 6 Jahre	Fr.	15:00 – 16:30	Andrea Viebranz Tel. 04453 / 98 80 94
<b>Deharde-Turnhalle – Windallee 23</b>			



### Fit für mich:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen	Mo.	19:00 – 20:30	Ingrid Fechtel Tel. 04451 / 918 47 66
<b>Gymnastikraum HRS – Rodenkirchener Str.</b>			

### Fit-Bo:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Jugend / Erwachsene	Di.	19:30 – 20:30	Svenja Yanmaz Tel. 04451 / 96 96 67
<b>Gymnastikraum HRS – Rodenkirchener Str.</b>			

## Frauen-Turnen:



Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen	Mo.	18:00 – 19:00	Sigrid Temme Tel. 04451 / 57 68
<b>Turnhalle Grundschule Osterstraße.</b>			
Frauen	Do.	19:00 – 20:00	- siehe oben -
<b>Deharde-Turnhalle – Windallee 23</b>			

## Turnen der Älteren – 50 plus:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen	Di.	15:30 – 16:45	Doris Theilken Tel. 04451 / 833 83
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			



## Sie + Er:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen / Männer	Fr.	18:30 – 20:45	Ilse + H.-J. Gebhardt Tel. 04451 / 59 09
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			

## Wassergymnastik / Aqua-Fitness:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen / Herren	Mo.	18:00 – 19:00	Heike Kuntze-Gyöngyösi Tel. 04451 / 951 033
		19:00 – 20:00	
Damen	Mi.	20:00 – 21:00	Marlen Webersinke Tel. 04451 / 854 64
<b>Hallenbad Varel</b>			

## KAMPFSPORT

### Judo:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Jugend / Erwachsene	Mo.	17:00 – 22:00	Thomas Uehlken Tel. 04453 / 73 69
	Di.	17:00 – 20:00	
	Fr.	17:00 – 22:00	
<b>Deharde-Sporthalle - Windallee 23</b>			

## OUTDOOR / AUSDAUER / FITNESS

### Lauftreff:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen / Männer	Mo.	Sommerzeit: 18:00	Marlen Webersinke Tel. 04451 / 854 64
		Winterzeit: 18:00	
	Mi.	Sommerzeit: 17:45	
	Fr./ Sa.	Sommerzeit: 17:30 (nach Absprache)	
	Sa.	Winterzeit: 14:00	
<b>Treffpunkt: Waldeingang ‚Weißes Tor‘ - Windallee</b>			

### Leichtathletik:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder / Jugendliche	Mo.	17:00 – 20:00	N.N.
<b>Sporthalle HRS - Arngaster Str.</b>			
Kinder / Jugendliche	Mi.	16:30 – 18:30	N.N.
	Fr.	16:30 – 18:00	
<b>Sporthalle BBS – Breslauer Str.</b>			
<b>➤ ➤ ➤ im Sommer im Waldstadion ➤ ➤ ➤</b>			

### Triathlon:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
<b>Schwimmen</b>			
Kinder / Jugendliche	Mo.	16:15 – 17:30	Lothar Pupkes Tel. 04451 / 29 90
Erwachsene	Do.	20:00 – 21:00	
Jugendliche (Leistung)	Fr.	16:45 – 18:30	
<b>Hallenbad Varel (bei der HRS) - Arngaster Str.</b>			
<b>Laufen</b>			
Kinder / Jugendliche	Do.	15:30 – 16:30	- siehe oben -
		Sommerzeit: 16:00 – 17:30	
<b>Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.</b>			
<b>➤ im Sommer Treffpunkt: Deharde-Turnhalle – Windallee 23</b>			
<b>Radfahren</b>			
Kinder / Jugendliche / Erwachsene	So.	Sommerzeit: 11:00	- siehe oben -
<b>Treffpunkt: Parkplatz Möbel Maschal / Premium Aerotec</b>			

## **Sportabzeichen:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder / Jugendliche / Erwachsene	Do.	18:00 – 20:00	Günther Karth Tel. 04451 / 861 420
	1. So. im Monat	10:00 – 12:00 (im September jeden Sonntag)	Rüdiger Klug Tel. 04451 / 64 91

**Waldstadion Varel - Windallee**



## **Walking + Nordic Walking:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Damen / Herren	Mo.	10:00	Hanna + Reinhard Friedewold Tel. 04451 / 44 10
Damen / Herren	Mi.	Sommerzeit: 17:00	
		Winterzeit: 15:00	
Damen / Herren	Fr.	Sommerzeit: 17:00	Günter Golibersuch Tel. 04451 / 860 989
		Winterzeit: 15:00	

**Treffpunkt: Waldeingang ‚Kreisverkehr‘ – Oldenburger Str.**

## **Wandern:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen / Männer	So.	09:00 – alle 14 Tage	Hans-Joachim Gebhardt Tel. 04451 / 59 09

**Treffpunkt: Deharde-Turnhalle – Windallee 23**

## **Radsport/Radwandern:**

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Frauen / Männer	Di. / Mi. / Sa. (im Wechsel)	individueller Terminplan, siehe unter <a href="http://www.varelertb.de">www.varelertb.de</a>	Siegfried Kluge Tel. 04451 / 8 21 78 Angelika Lindner Tel. 04451 / 34 15 Peter Möller Tel. 04451 / 96 99 69

**Treffpunkt: VTB-Turnerheim - Windallee 23**

### **Kontakt:**

Vareler Turnerbund von 1861 e. V., Windallee 23, 26316 Varel  
Telefon: 04451 / 8 54 12      Homepage: [www.varelertb.de](http://www.varelertb.de)  
E-Mail: [vtb-varel@ewetel.net](mailto:vtb-varel@ewetel.net)

Geschäftszeiten: donnerstags 17:00 - 19:00 Uhr

Stand: 15.12.2016

