



**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 – 18:30 18:30 – 20:00	Christopher Weber Tel. 0174 / 3790196
	Di.	17:00 – 18:30	Christopher Weber Tel. 0174 / 3790196
Jugend U16/U18	Mi.	18:00 – 20:00	Mark Gläser Tel. 0163 / 2190935
<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 <a href="http://www.jhsq-varel.de">www.jhsq-varel.de</a>	Gerd-Christian Wagner Andreas Cölsmann
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	Do.	19:30 – 21:00	Karin Blaurock Tel. 04451 / 80 65 46
<b>VTB-Turnerheim – Windallee</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	


**VTB-Turnerheim – Windallee 23**



## Lungensportgruppe „Luftkuss“:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Erwachsene	Mo.	11:00 – 12:00	Jutta Bakenhus-Papen Tel. 04451 / 95 04 53
	Di.	14:00 – 15:00	
	Mi.	18:30 – 19:30	

**VTB-Turnerheim – Windallee 23**



IN ZUSAMMENARBEIT  
**SPORT PRO  
GESUNDHEIT**  
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER  
GEPRÜFT & EMPFOHLEN

## 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	

**Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.**

## 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	

**Turnhalle Förderzentrum / Pestalozzischule - Oldenburger Str.**

## 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

**Hallenbad Varel**



# TURNEN / GYMNASTIK / FITNESS

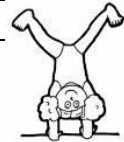
## Eltern+Kind-Turnen:

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>			



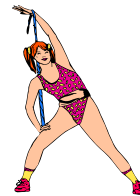
## Turnen, Spiele und Gymnastik:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	Ansprechpartner
Kinder, 4 – 6 J.	Di.	16:00 – 17:00	Marita Ambrosius Tel. 04451 / 80 73 26
	Mi	16:00 – 17:00	
Kinder, 7 – 10 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 4766
<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	Christa Mann Tel. 04451 / 862 278
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.	Sommerzeit: 17:30 (nach Absprache)	
	Sa.	Winterzeit: 14:00 (nach Absprache)	
<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 Willi Reinhold Tel. 04451 / 5359
	1. So. im Monat	10:00 – 12:00 (im September jeden Sonntag)	

**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 Marlene Viebach Tel. 04451 / 65 85

**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: 16.10.2019

