

# TSV Turnen Newsletter

## Update Rhönradturnen

Die ersten Zusagen sind da!

Von den 4 bislang gestellten Förderanträgen haben wir 3 Zusagen erhalten, wenn auch nicht in allen Fällen in der jeweils angefragten Höhe. Wir bleiben am Ball und suchen nun lokal nach weiteren Sponsoren, um das Projekt voranzubringen. Jede Unterstützung bei der Sponsorsuche und Spenden sind gerne willkommen.

## Sommerfest 2024

"Wir möchten mit euch feiern. Am Sonntag, den 16.06.2024 feiern wir die TSV Burgdorf – 175 Jahre Sportgeschichte in Burgdorf - oder kurz gesagt: unser Sommerfest!

Geplant ist ein Spaghetti-Lauf mit verschiedenen Stationen zu den Wahrzeichen unserer erarbeiteten Skyline. Bitte tragt aktuelle oder vergangene TSV Klamotten und zeigt unsere Farben in der ganzen Stadt.

Das Ziel ist es, möglichst alle Stationen abzulaufen, bevor es zum großen Get-Together in die DATAX-Arena geht. Dort erwarten euch, neben einer Hüpfburg für die jüngsten Mitglieder und Musik auch die Vorstellung eines seit mehreren Jahren entwickelten ♥-Projekts.

Herzlich eingeladen sind alle Mitglieder mit ihren Familien. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Um eine vorherige Anmeldung bis 02.06.2024 wird gebeten. Den Link zur Anmeldung sowie die entsprechenden Zugangsdaten haben alle Mitglieder von Ihren Abteilungsvorständen per E-Mail erhalten. Weitere Infos zur Anmeldung sind auch in der Geschäftsstelle oder auf unserer Homepage erhältlich."

<https://tsv-burgdorf.de/sommerfest-2024>

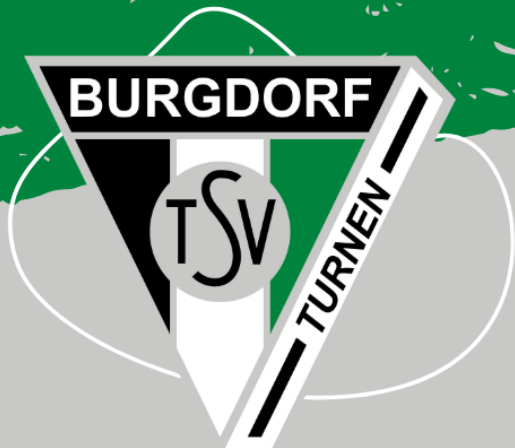
## Chronik anlässlich der 175-jährigen Sportgeschichte Burgdorfs

Wir schreiben Geschichte!

In monatelanger Schaffenszeit hat unser langjähriges Mitglied Klaus Mengers, der zeitgleich auch stellvertretender Vorsitzender der TSV Burgdorf e.V. ist, die gesammelten Dokumente, Fotos und Informationen von Uli Karos zusammengetragen und daraus eine Chronik zur 175-jährigen Sportgeschichte der TSV Burgdorf entworfen. Stolz können wir verkünden, dass dieses 240-seitige geschichtsträchtige und auch sehr ansehnliche Werk auf der Jahreshauptversammlung des Hauptvereins, am 05.06.2024 ab 19:00 Uhr im Gasthaus Haase veröffentlicht wird.

Für gerade einmal 15 Euro könnt ihr Teil unserer Geschichte werden und ein Exemplar erstehen.

Selbstverständlich ist die Chronik auch über die Geschäftsstelle erhältlich.



# TSV Turnen Newsletter

## **Sportabzeichen**

Bei der TSV Burgdorf können Interessierte seit dem 22.05.2024 wieder das Sportabzeichen ablegen. Die Abnahme findet jeweils mittwochs ab 18 Uhr im Stadion an der Sorgenser Straße statt; der Zugang ist vom Langen Mühlenfeld aus möglich. Teilnehmen können alle Erwachsenen, Jugendlichen sowie Kinder ab sechs Jahren. Weitere Infos erhaltet ihr telefonisch unter 05136 / 2975.

## **Sommersport**

Unser Plan für den Sommersport ist seit ein paar Tagen „online“ und ist bereits gut gebucht.

Wenn Du Dich schon lange gefragt hast, was dieses „Freitagstraining“ ist oder schon immer mal bei Katjas „Deep Work“ dabei sein wolltest, aber nie einen Platz ergattern konntest, ist dies Deine ultimative Gelegenheit.

Mit dem Sommersport kannst du als Mitglied kostenfrei in alle Angebote reinschnuppern. Als Nicht-Mitglied zahlst du je Sparteinheit, an der du teilnehmen möchtest, lediglich 5 EUR.

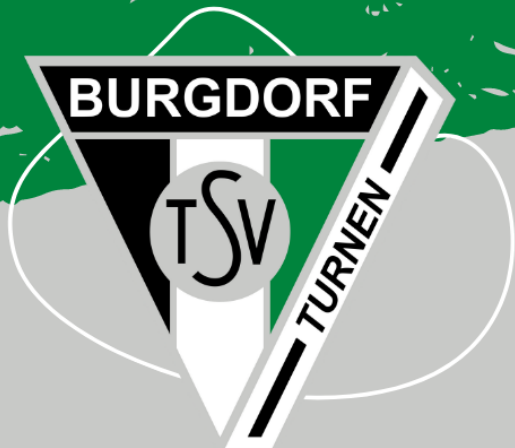
Aber bitte vergesst nicht euch vor den Sommerferien in der Geschäftsstelle für euren Wunschkurs anzumelden. Das geht wie immer persönlich vor Ort, telefonisch unter 05136 / 6311 oder per Mail unter [kontakt@tsv-burgdorf.de](mailto:kontakt@tsv-burgdorf.de)

## **Tabata fun**

TABATA-FUN - ein erfolgreich gestartetes Projekt findet seine Fortsetzung im Sommersport-Programm.

Mit viel Bewegung, Motivation und Spaß, startete Anfang 2024 unser Projekt Tabata-Fun. Eine Art „modernes Zirkeltraining“ mit dem Ziel, gesund und für jedes Fitness-Level passend, gemeinsam Aufbau-Sport zu betreiben.

Laut Jörg Wissmach, der die Gruppe leitet, hat sich die Gruppe hervorragend entwickelt: „Immer wieder begeistert es mich, dass in nur wenigen Wochen so deutliche Steigerungen messbar sind. Wohlfühlen, Durchhalten und sich gesund zu bewegen, war uns allen wichtig. Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer sind wesentliche Faktoren, die wir gemeinsam entwickeln konnten. Durch gezielte Übungsvarianten wurde es möglich, Verspannungen zu überwinden, Bewegungsabläufe zu verbessern, Kraft in häufig vernachlässigten oder zum Teil überlasteten Körperbereichen zu stärken und Stress abzubauen.“



# TSV Turnen Newsletter

Zeit, an dem Thema weiterzumachen und gerne weiteren Sportbegeisterten die Möglichkeit anzubieten, bei gutem Wetter sonntags pünktlich um 09 Uhr loszulegen. Passt es mit dem Wetter nicht, wechseln wir in den Bewegungsraum.

Zielgruppe:

- ab 12/13 Jahren
- ein wenig Sportbegeisterung
- Leistungssportler / ambitionierte Sportler, welche in der Hauptsportart nicht weiterkommen oder zusätzlichen Entwicklungsbedarf sehen
- Menschen, welche Tabata als Ergänzungssport verstehen
- körperliche / gesundheitliche Einschränkungen stellen selten ein Problem dar, sollten aber vor Beginn kommuniziert werden

## Showgruppe Fireflys

Die Showgruppe „Fireflys“ kombiniert Turnen, Tanzen und Akrobatik zu einer einzigartigen Show samt Kostümen und Kulissen. Einmal im Jahr geht es mit der Show auf einen Wettkampf.

Wir trainieren Flick-Flack und Salto, werfen die kleinen Fireflys hoch in die Luft und tanzen mit viel Spaß.

Zurzeit können neue Fireflys aufgenommen werden. Wir suchen Mädchen ab 5 Jahren, nach oben hin gibt es keine Begrenzung.

Voraussetzungen sind sauber geturnte Räder, Handstände und Rollen. Brücke, Spagat und Überschlagbewegungen sind kein Muss, aber wünschenswert.

Trainingszeit für die 5- bis 9-jährigen ist dienstags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr.

Für alle ab 10 Jahre ist zwei Mal die Woche Training. Dienstags von 17:30 Uhr bis 20:00 Uhr und freitags von 18:00 bis 20:00 Uhr.

Wir trainieren in der Kleinen Halle Schulzentrum am Berliner Ring.

## Scheine für Vereine

Vom 27.05.- 30.06.2024 läuft wieder die Aktion "Scheine für Vereine" von REWE.

Wie jedes Jahr, freuen wir uns wieder über jede Unterstützung von Euch bei dieser Aktion.

Pro 15 € Einkaufswert erhaltet ihr einen Vereinsschein und ermöglicht uns als Sportverein damit tolle Gratisprämien.

Eure gesammelten Werke könnt ihr gern in der Geschäftsstelle oder auch bei eurem Übungsleiter abgeben.