

Fit bleiben und Freunde treffen beim TSV Grolland!



Turn- und Sportvereins Grolland e.V.

Osterstader Str. 7

28259 Bremen

Tel: 0421-51 34 51

Internet: www.tsvgrolland.de

telefonische Servicezeit jeden Mittwoch, 18.30 – 19.30 Uhr unter 0421 – 695 71 20



Sportstätten

Mehrzweckraum im Vereinsheim
 Turnhalle Grundschule Grolland
 Turnhalle Butjadinger Straße
 Turnhalle Flämische Straße
 Turnhalle Grundschule Delfter Straße
 Hallenbad Huchting

Kürzel:

MR-V
 TH-G
 TH-B
 TH-F
 TH-D
 HB-H

Budo

Abteilungsleiterin Silke Reinders

Tel: 0421 - 53 00 87

Selbstverteidigung Kinder (8-12 Jahre)	Di, 17:15 – 18:30 Uhr	MR-V
Jiu-Jitsu für Erwachsene	Di, 19:00 – 20:30 Uhr	MR-V
	Mi, 20:00 – 21:30 Uhr	MR-V
(freies Training nach Absprache)	Fr, 20:00 – 21:30 Uhr	MR-V
Bogenschießen	Mo, 17.00 – 19.00 Uhr	MR-V

Fußball

Abteilungsleiter: Dennis Brüggemann

Tel: 0176 – 57 96 87 52

Jugendleiter: Michal Fuchs

Tel: 0179 – 100 42 25

männl. G-Jugend	männl. F-Jugend	männl. E-Jugend
männl. D-Jugend	männl. C-Jugend	männl. A-Jugend
weibl. B-Jugend		1. Damen
1. Herren	2. Herren	3. Herren
Ü40 Herren		Ü60 Herren

aktuelle Trainingszeiten & Orte:

Mehr Infos online auf der Vereinshomepage (www.tsvgrolland.de) bzw. bitte die Aushänge in den Schaukästen am Vereinsgelände beachten

Schwimmen

Abteilungsleiter: Carsten Nieber

Tel: 0421 – 40 99 636

Kinder ab 5 Jahre (Wassergewöhnung)*	Di, 17:30 – 18:15 Uhr	HB-H
Seepferdchen & Fortgeschritten (Kinder)*	Di, 18:15 – 19:00 Uhr	HB-H
Fortgeschritten (Kinder & Jugendliche)*	Di, 19:00 – 20:00 Uhr	HB-H
Wassergymnastik für Frauen*	Di, 19:00 – 19:45 Uhr	HB-H
Freies Schwimmen für Vereinsmitglieder	Di, 19:00 – 20:00 Uhr	HB-H
	Do, 20:00 – 21:00 Uhr	HB-H

***ACHTUNG: Zur Zeit sind alle Gruppen voll belegt!!!**

Tischtennis

Abteilungsleiter: Stefan Blanke

Tel: 0421 – 56 16 21

Kinder & Jugendliche ab 8 Jahren	Di, 17:30 – 19:45 Uhr	TH-G
	Fr, 18:00 – 19:45 Uhr	TH-G
Erwachsene	Di, 19:45 – 21:45 Uhr	TH-G
	Fr, 19:45 – 21:45 Uhr	TH-G

Fit bleiben und Freunde treffen beim TSV Grolland!



Turn- und Sportvereins Grolland e.V.

Osterstader Str. 7

28259 Bremen

Tel: 0421-51 34 51

Internet: www.tsvgrolland.de

telefonische Servicezeit jeden Mittwoch, 18.30 – 19.30 Uhr unter 0421 – 695 71 20



Turnen		
<i>Abteilungsleiterin:</i> Helma Reincken Tel: 0421 – 511 464		
Turnen für Eltern u. Kind (1 – 3½ Jahre)	Di, 15:30 – 16:30 Uhr	TH-G
Turnen für Eltern u. Kind (1 – 3½ Jahre)	Di, 16:30 – 17:30 Uhr	TH-G
Kleinkinderturnen (3½ – 5½ Jahre)	Mo, 15:15 – 16:00 Uhr	TH-G
Kleinkinderturnen (3½ – 5½ Jahre)	Mo, 16:00 – 16:45 Uhr	TH-G
Abenteuer-Turnen (ab 5½ Jahre)	Mi, 17:45 – 18:45 Uhr	TH-G
Kinderturnen (6 – 9 Jahre)	Mo, 17:00 – 18:00 Uhr	TH-G
Kinderturnen (ab 8 Jahre)	Mo, 18:00 – 19:00 Uhr	TH-G
Geräteturnen (Wettkampfgruppe)	Do, 17:00 – 19:00 Uhr	TH-G
	Fr, 16:00 – 18:00 Uhr	TH-G
Hip Hop (3 – 6 Jahre)	Do, 15:00 – 15:45 Uhr	MR-V
Hip Hop (7– 11 Jahre)	Do, 16:00 – 16:45 Uhr	MR-V
Hip Hop (ab 12 Jahre)	Fr, 16:30 – 17:15 Uhr	MR-V
Damengymnastik	Mo, 19:45 – 20:45 Uhr	TH-G
Damengymnastik	Mi, 16:00 – 17:00 Uhr	TH-G
Damengymnastik u. Gerätturnen	Mo, 20:45 – 21:45 Uhr	TH-G
Fit und gesund – Aerobic u. Kräftigung	Mi, 18:45 – 20:00 Uhr	TH-G
Gymnastik im Schongang	Mi, 15:00 – 16:00 Uhr	TH-G
Rückenschule (Kurs)	Mo, 10:15 – 11:00 Uhr	MR-V
Sitzgymnastik	Di, 10:00 – 10:45 Uhr	MR-V
Sitzgymnastik	Di, 11:00 – 11:45 Uhr	MR-V
Sitzgymnastik	Di, 16:00 – 17:00 Uhr	MR-V
Sport für Ältere	Di, 14:30 – 15:30 Uhr	TH-G
Step – Aerobic (Kurs)	Do, 19:00 – 20:00 Uhr	MR-V
Wellness-Gymnastik (Kurs)	Mo, 9:00 – 10:00 Uhr	MR-V
Yoga (Kurs)	Do, 10:00 – 11:30 Uhr	MR-V
Zumba (Kurs)	Fr, 17:30 – 18:15 Uhr	MR-V
Ballspiele für Herren	Fr, 20:00 – 22:00 Uhr	TH-F
Turnen und Ballspiele für Männer	Do, 20:30 – 21:45 Uhr	TH-G
Fahrradgruppe	i.d.R 1x im Monat mittwochs, <i>bitte Termine bei Jürgen Wagenfeld erfragen, Tel: 0421 – 51 38 72</i>	

Volleyball		
<i>Abteilungsleiter:</i> Udo Körner Tel: 0421 – 511 876		
Jugendliche ab 14 Jahren	Do, 19:00 – 20:30 Uhr	TH-G
Damen	Mi, 20:00 – 22:00 Uhr	TH-G
Herren	Mi, 20:00 – 22:00 Uhr	TH-D
Mixed	Di, 20:00 – 22:00 Uhr	TH-B

Stand: Januar 2019