

Gesundheit und Sport für Bewegungsfreudige

**mittwochs von 19.00 bis 20.30 Uhr
in der Turnhalle der Pestalozzischule**

Wir sind eine muntere Gruppe, die sich nach flotter Musik zunächst ca. 30 Minuten mit Koordinationsübungen aufwärmt und ihre Cardio-Ausdauer trainiert.

Unter Einsatz verschiedener Geräte wie z. B. dem Flexi-Bar, der Pilatesrolle, dem Redondball, Steppern o. a. erfolgt ein Muskeltraining für den ganzen Körper.

Abschließend dehnen wir unsere beanspruchte Muskulatur. Musik begleitet uns die gesamte Einheit.

Auch das gesellige Leben kommt bei uns nicht zu kurz in Form von Spargeltouren, Weihnachtsfeiern oder Theaterbesuchen. Interessierte Mitglieder sind herzlich willkommen bei uns.

Claudia Miermeister

Übungsleiterin

Kinderturnen (ÜL: Doris Rott)

**mittwochs von 15.00 bis 17.00 Uhr
in der Sporthalle in Borstel**

Im Kinderturnen sind zur Zeit insgesamt 19 Kinder aktiv. Sie kommen regelmäßig und gerne. Nachdem einige Kinder die Gruppe für 5-7jährige verlassen haben, sind dort auch erfreulicherweise neue Kinder hinzugekommen, die vorher noch nicht dem Verein angehörten. Wir turnen, spielen, singen und gehen auch auf Wünsche der Kinder ein, die sie aus Kindergarten oder Schule mitbringen.

Jahresbericht – Sparte Tischtennis



<u>Mitglieder:</u>	Gesamt	41
	Damen	0
	Herren	32
	Mädchen	3
	Jungen	1

Sportliche Ergebnisse Saison 2018/19:

1.Herren	2. Kreisklasse	4. Platz
2.Herren	3.Kreisklasse	5. Platz
3.Herren	5.Kreisklasse	1. Platz
4.Herren	6.Kreisklasse	11. Platz

1.Herren	Kreispokal	2. Runde ausgeschieden
2.Herren	Kreispokal	2. Runde ausgeschieden
3.Herren	Kreispokal	2. Runde ausgeschieden

Vereinsmeister 2019 Herren – Doppel

- 10 Teilnehmer
- 1. Platz: Michael Koch und Robert Horenkohl
- 2. Platz: Gerd Schwers und Thomas Heckel

Aktivitäten: Domweihbummel, Saisonabschlussfeier

Unsere neu gegründete Jugendmannschaft hat sich mit der TTSG Verden zu einer Spielgemeinschaft zusammengeschlossen und trainiert mit dem Trainer Robert Horenkohl immer am Dienstag um 17:00 Uhr in der Jahnhalle.

<u>Trainingszeiten:</u>	Alte Jahnschulturnhalle
	Dienstag 17.00 – 19.00 Uhr Jugend
	19.00 – 22.00 Uhr Damen u. Herren
	Freitag 19.00 – 22.00 Uhr Damen u. Herren
	Turnhalle Borstel
	Freitag 19.00 – 22.00 Uhr Damen u. Herren

Georg Berkelmann
(Spartenleiter)

Yoga am Montag (ÜL: Ina Geipel)

Auch im Jahr 2019 sind wir montags um 17:30 Uhr regelmäßig in meist großer Runde in der Borsteler Sporthalle zusammen gekommen, um gemeinsam durch Yoga in Bewegung und zur Ruhe zu kommen. In diesen 90 Minuten lassen wir den Alltag hinter uns, besinnen uns ganz auf uns selbst und erspüren unseren Atem und unseren Körper. Durch vielfältige Yogastellungen (Asanas), Bewegungsabläufe (Vinyasa), Atemübungen (Pranayama) und Entspannungstechniken stärken wir gleichermaßen unsere Beweglichkeit und unsere Kraft. Wir verbessern unsere Körperhaltung, unsere Koordination und Konzentration, sowie die Fähigkeit loszulassen und zu entspannen.

Ina Geipel

Yoga am Freitag (ÜL: Birgit Gitta Gronowski)

Treffpunkt : Borsteler Sporthalle
Uhrzeit: Freitag 17.30 – 19.00 Uhr (außer in den Schulferien)

Wie schon seit vielen Jahren haben wir uns auch im letzten Jahr regelmäßig zum Yoga üben getroffen! Und man kann es nicht oft genug sagen: Yoga tut Körper, Geist und Seele gleichermaßen gut! Wer es noch nicht kennt, sollte unbedingt mal vorbeischauen und es ausprobieren. Egal ob 18 oder 80 Jahre, egal ob Mann oder Frau, egal ob sportlich oder nicht ganz so agil..... Yoga tut jedem gut!

Namaste

Birgit Gitta Gronowski
Yogalehrerin BYV

Jahresbericht Abtl. Handball im TSV Borstel

Ein aufregendes Jahr liegt hinter uns. 25 Jahre HSG Verden-Aller, Aufstiegsspiele zu den Ligen des Handball Verband Niedersachsen, Fortbildungen beim Deutschen Handballbund.

Am Anfang des Jahres stand das Jubiläumsfest der HSG im Vordergrund, dies wurde mit 200 geladenen Gästen in der Aller-Weser-Halle, wie es sich gehört, auf dem Spielfeld gefeiert. Als Ehrengäste konnten wir die Bürgermeister der Ortschaften und den Bürgermeister der Stadt Verden begrüßen. Herr Albers (AVS) und Herr Behling (KSB) waren auch mit herzlichen Grußworten erschienen und wünschten der HSG weiterhin alles Gute. Im Rahmen des „aller-weser-cups“ wurde es dann mit allen aktiven Spielern und Eltern am Samstag vor dem Turnier gefeiert. Der Abend wurde gut angenommen, aus Reihen der Elternschaft ist der Wunsch gekommen, dies zu wiederholen und zu einem festen Bestandteil des Turniers werden zu lassen.

Im Spielbetrieb wir hatten keine Absteiger und keine Meister, so dass wir alle Klassen, Regional und Überregional, halten konnten. ABER!! Wir haben mit Jette Dudda eine Spielerin im Auswahlkader zur Beachhandball Nationalmannschaft. Wenn das mal nichts ist für unseren kleinen aber feinen Verein.

Am 23. August findet der nächste „aller-weser-cup“ statt. Am Abend vorher ein kleiner Umtrunk. Wer Lust hat kommt vorbei. Wir sehen uns hoffentlich bei dem einen oder anderen Spiel oder Event.

Bis dahin liebe Grüße
Timo Dienstmann

Blasorchester TSV Borstel - Jahresbericht

Liebe Mitglieder des TSV Borstel, dies ist der letzte Jahresbericht der Musiksparte im TSV Borstel, denn mit Wirkung vom 1. Januar 2020 sind wir ein eigenständiger Verein und seit kurzem als **Verdener Blasorchester e. V.** auch im Vereinsregister eingetragen. Trotz dieser vereinsrechtlich erforderlichen Trennung bleibt (fast) alles wie immer. Dazu zählt die über Jahrzehnte gewachsene enge Verbundenheit mit dem Verein und der Ortschaft sowie auch dem Ortsrat, die weiter gepflegt wird.

Daneben lief das normale Vereinsleben weiter, der Vorstand beschäftigte sich mit einer Änderung der „Kleiderordnung“. Das Westenmodell stand nicht mehr zur Verfügung und nach einer Befragung der Aktiven wurde als Bekleidung die Kombination schwarze Hose/schwarzes Hemd gewählt, kombiniert mit orangefarbener Krawatte, Fliege oder Schaltuch sowie Hosenträger. „Premiere“ war hier ein Konzert zur Begrüßung der neuen Bläserklasse im GaW. Neben der Ferienfreizeit galt es auch, sich auf drei Konzerte vorzubereiten.

Im vergangenen Jahr schlossen sich erneut einige Musiker dem Orchester an, so dass der Stamm auf etwa mehr als 35 Musiker angestiegen ist. Interessant ist dabei, dass in den vergangenen Jahren etliche Erwachsene im Alter von 30 bis 50 Jahren und vereinzelt auch darüber sich für ein aktives Mitwirken im Orchester entschieden haben. Das bedeutet viel Arbeit für den Dirigenten Mattis Meyer und das Orchester, die Neu-Aktiven zu integrieren, was sehr schnell gelang. Der Dirigent kommt aus den Nachwuchsreihen des Orchesters und hat im Jahr 2019 erfolgreich seinen C-Kurs zum Dirigenten erfolgreich absolviert.

Positiv ist das Engagement des Orchesters im Fachbereich Musik des NTB. Musiker nehmen an Landeslehrgängen teil und einige Musiker sind Mitglieder des Landesorchesters. Durch Mitglieder des Orchesters wurde gemeinsam mit Musikern des Blasorchesters des TVE Sehnde ein Projektorchester organisiert, dass in Verden und Sehnde jeweils ein Konzert spielte. Dieses Projektorchester mit etwa 80 Musikern aus sechs Bundesländern, darunter erneut etliche Aktive des Verdener Blasorchesters e. V. (VBO), ist am 15. März in der Verdener Stadthalle zu hören.

Positiv ist das Engagement des Orchesters im Fachbereich Musik des NTB. Musiker nehmen an Landeslehrgängen teil und einige Musiker sind Mitglieder des Landesorchesters. Durch Mitglieder des Orchesters wurde gemeinsam mit Musikern des Blasorchesters des TVE Sehnde ein Projektorchester organisiert, dass in Verden und Sehnde jeweils ein Konzert spielte.

Eine „Premiere“ ist für das VBO ein Konzert am 9. Mai 2020 in der Stadthalle, auf das sich das Ensemble zurzeit vorbereitet. Konzertpartner ist der Pop-Chor „VER Voices“. Ende Mai fährt eine kleinere Besetzung zum Landesturnfest nach Oldenburg, wobei das VBO mit Musikern von Orchestern aus Sehnde und Groß Düngen (Hildesheim) auftritt. Im September steht ein Auftritt zum Weinfest in Borstel an und Anfang November das traditionelle Herbstkonzert im Kulturzentrum Martinskirche in Hoya.

Das Blasorchester



Jahresbericht der ER und SIE Gruppe für 2019

Wir treffen uns jeden **Mittwoch** in der kleinen Halle der **Jahnschule** in der Zeit von 19.00 -20.00 Uhr

Unsere Ziele sind:

Fitness zu erlangen oder weiter auszubauen
Kräftigung der Muskeln
Dehnung der Bänder und Sehnen
Spiel und Spaß
Kontakte zu pflegen
Rücken haben wir alle

Zur Ganzkörpergymnastik biete ich Übungen mit Kleingeräten an, um die Übungsstunde abwechslungsreich zu gestalten.

Zum Beispiel:

Tubes, Seile, Bänder, Redondobälle, Hanteln, Stäbe, Brasil, Airexkissen und Flexi-Bar sind im Einsatz.

Geselligkeit:

Eine Kohltour mit einem Fußmarsch zu Lührs in Borstel, über Umwege mit Spielen, es wurde der Erste prämiert.

Eine kleine Fahrradtour mit einem Boule-Spiel, dann ging es anschließend weiter zum Matjes essen.

Zum Jahresabschluss gab es unsere schöne Weihnachtsfeier.

Unser Festtagskomitee hat sich wieder einmal vieles einfallen lassen.

Ein großes **Dankeschön** an die **Tischtennisgruppe** für das Einräumen des Geräteraumes.

Es grüßt herzlich
Uschi Wigger

Jahresbericht Volleyball 2019

Das vergangene Jahr war geprägt von einer regen Trainingsbeteiligung und dem erfolgreichen Start in der Bezirksliga, der Hobby Mixed Liga. Zum Ende des Jahres 2019 liegen die Volleyballer des TSV Borstel auf dem 3. Rang mit allen Chancen zum Aufstieg. Der Rückstand auf den ersten Platz beträgt nur wenige Punkte. Desweiteren nahmen wir bei mehreren Freizeit-Turnieren erfolgreich teil.

Als einziger Verein in Verden bieten wir ein Training für Jugendliche ab ca. 14 Jahre an. Unter fachkundiger Anleitung von Stefan Bachner können so junge Menschen immer mittwochs von 18:00-20:00 Uhr in der Turnhalle des Gymnasiums am Wall das Volleyballspielen erlernen.

Neben dem Trainings- und Spielbetrieb trafen wir uns im letzten Jahr auch zu einem gemeinsamen Domweihbesuch, einer Radtour und einer Weihnachtsfeier.

Über die aktuellen Trainingszeiten bzw., -hallen, sowie die Ansprechpartner kann man sich auf der Homepage des TSV Borstel informieren.

Falko Mühle
Spartenleiter / Volleyball

JAZZ-TANZ Macht Gute Laune

Tanzen ist ein geniales Ganzkörpertraining, das die gesamte Muskulatur stärkt, Fettpolster schmelzen lässt und die Haltung verbessert. Die Beweglichkeit, der Gleichgewichtssinn und vieles mehr werden gefördert. Außerdem können wir dabei Stress aus Beruf und Alltag verarbeiten und einfach gute Laune tanken. Wir sind eine Gruppe tanzbegeisterter Frauen im Alter von ca. 40 bis 60 Jahren. Wir trainieren mittwochs in der Zeit von 19:00 bis 20:30 Uhr in der Borsteler Sporthalle. Die Stunde umfasst Aerobic, vorbereitendes Tanztraining mit Tanzgrundelementen und verschiedene Bewegungskombinationen, Choreographien bis zum fertigen Tanz. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – nur der Spaß am Tanzen muss vorhanden sein! Hast du Lust mal vorbeizuschauen und mitzutanzten? Du bist jederzeit herzlich willkommen - wir freuen uns auf dich.

Weitere Infos bei Martina Wolters

Jahresbericht 2019 – Gymnastikgruppe 60 Plus

Meine Frauengruppe „60 Plus“ besucht regelmäßig die Montagsstunde von 19.30 - 20.30 Uhr in der Borsteler Sporthalle.

Bei zahlreicher Teilnahme bewegen wir uns mit Musik und körperlichen Bewegungen, so dass unser Körper mit verschiedenen Materialien gefordert wird. Nach der Dehnung folgt ein gemütlicher Abschluss.

Mit einem romantischen Spaziergang haben wir unsere Weihnachtsfeier im Borsteler Hof gefeiert. Vielen Dank den Ausrichterinnen, das ist immer ein liebevoller Abschluss zum Jahresende.

„Danke schön“

eure Hannelore Mosler.

Fitnessstraining für Frauen

Durch das wöchentliche Training wird unsere Gesundheit erhalten und gefördert. Dabei wird die Ausdauer trainiert, die Kraft und die Beweglichkeit sowie das Gleichgewicht und die Koordination verbessert. Durch gezielte und abwechslungsreiche Übungen wird die Rücken- und Bauchmuskulatur gestärkt und Gelenkschmerzen positiv beeinflusst.

Dabei soll neben der Leistung natürlich auch der Spaß an der sportlichen Aktivität im Vordergrund stehen.

Der Einsatz verschiedener Handgeräte intensiviert den Trainingseffekt und gestaltet die Übungsstunden abwechslungsreich, z. B. leichte Hanteln, Thera-Bänder, Therapiebälle, Tubes, Igelbälle, Steppbretter, Swingsticks und Balancepads etc. Ausgiebige Dehnübungen bilden den Abschluss jeder Trainingseinheit.

Radtouren, Wanderungen und andere gemeinsame Aktivitäten stärken nachhaltig das Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe. Auch Ungeübte jeder Altersstufe sind herzlich willkommen.

Die Übungsstunden finden statt:

Donnerstags von 9:00 Uhr bis 10:15 Uhr
Turnhalle Borstel

Leitung: Hannelore Schaufert
Tel. 04231-62015
hanneschaufert@gmail.com