



# TuS KOMET ARSTEN

seit 1896

## VEREINS-NACHRICHTEN

[www.tuskometarsten.de](http://www.tuskometarsten.de)

**GESUNDHEIT  
& FITNESS**

**KINDER  
& JUGEND**

**WETTKAMPF  
& LEISTUNG**

**ERWACHSENE  
& SENIOREN**



Unsere Seniorengruppe „Good Morning Division“



**Bremer  
Hände**

Seit 125 Jahren  
für Sie da.



# Fürsorglich begleitet.

Mit langjähriger Erfahrung unterstützt unser Pflegedienst Sie im Alter oder bei Pflegebedürftigkeit. Von unserem Pflegebüro in der August-Hagedorn-Allee aus versorgen wir Sie in Ihrem Zuhause. Auch Pflegeberatungen (§ 37 Abs. 3) bieten wir an.

**Sprechen Sie mit uns: 0421 809543 • [arsten@bremer-haende.de](mailto:arsten@bremer-haende.de)**

**[www.bremer-haende.de](http://www.bremer-haende.de)**

Ambulante Pflege • Hausnotruf • Tagespflege • Servicewohnen • Palliativteams • Hospize

## **Liebe Mitglieder und Freunde des TuS Komet Arsten,**

nichts ist so stetig wie der Wandel, auch wenn sich vieles Bewährtes fortsetzt.

Wir bedanken uns bei Tanja, die uns einige Jahre in der Geschäftsstelle zu den Sprechzeiten als Mitarbeiterin unterstützt hat. Wir wünschen ihr für ihren weiteren Lebensweg alles Gute. Damit einher geht allerdings die möglichst schnelle Ersatzsuche. Details zur Bewerbung findet ihr im Heft.

Zum Jahresanfang haben wir wieder einige Förderanträge an das Sportamt verfasst und müssen weiterhin diverse Reparaturmaßnahmen unserer inzwischen 28 Jahre alten Sportanlagen am Korbhauser Weg und der Egon-Kähler-Str. durchführen. Die Herrichtung der Außenanlagen, insbesondere für Fussball, Tennis und den Laufbahnen ist mit den ersten Frühlingstagen bereits in vollem Gang.

**Am 16. April laden wir zur Mitgliederversammlung ein und werden über 2025 ausführlich berichten.**

Leider steigen die Ausgaben für Strom, Warmwasser und Heizung stetig. Unverständlicherweise hat die SWB die jährliche Grundgebühr für unseren 28 Jahre alten Fernwärmevertrag massiv um knapp 20.000 Euro erhöht. Ein Teil der Mehrkosten werden wir uns von den Schulen wiederholen, die vormittags fast alle Hallen gebucht haben.

Die umfangreiche Renovierung der Dreifeldhalle des Schulzentrums Obervieland soll nun zu den Sommerferien 2026 beginnen, aber diese Ankündigung kommt bereits das dritte Jahr in Folge. Die mindestens 18-monatige Bauzeit, würde jedoch nicht ohne Auswirkungen für unseren Vereinssport bleiben.

Der Ligabetrieb ist in vielen Sportarten in der Endphase. **Unsere erste Dartsmannschaft der Vereinsgeschichte ist gleich als Meister durchgestartet.**

Für 2026/2027 sind bereits drei Teams in Planung.

Auch die **neue Abteilung Gewichtheben** gibt Gas.

Am **25. April** finden die Bremer Meisterschaftswettkämpfe im Kraftdreikampf bei uns an der Egon-Kähler-Str. statt.

Mit sportlichen Grüßen



Andreas Vroom

Vorsitzender TuS Komet Arsten e.V.



*Goldschmiedewerkstatt*  
*Hoops*

**Joachim Hoops GmbH**

Holzdammm 170 · ☎ 0421 - 83 27 27

[www.goldschmiede-hoops.de](http://www.goldschmiede-hoops.de)

# Termine

2026, 1. Halbjahr

Änderungen vorbehalten



- **Donnerstag, 16. April**  
Mitgliederversammlung 19.30 Uhr Vereinsgaststätte Auszeit
- **Mittwoch, 06. Mai**  
Mitgliederversammlung der Handballabteilung 19.30 Uhr  
Vereinsgaststätte Auszeit
- **Samstag, 09. Mai**  
Tag der offenen Tür von 11.00 - 14.00 Uhr Sportanlage Egon-Kähler-Straße
- **Samstag, 30. Mai**  
Obervielander Vielfalt 13.00 - 18.00 Uhr Kirchengemeinde Hoop,  
Am Mohrenhof 1
- **Freitag, 05. - Samstag, 06. Juni**  
Handball-Wochenende auf der Sportanlage Korbhauser Weg
- **Donnerstag, 09. - Samstag, 11. Juli**  
Fußball-Camp Sportanlage Egon-Kähler-Straße

## TuS Komet Arsten e.V.

### WIR SUCHEN DICH: BÜROKRAFT (M/W/D)

Der TuS Komet Arsten e.V. sucht zum nächstmöglichen Zeitpunkt Verstärkung!

#### Deine Aufgaben:

- **Sprechzeiten & Kontakt (telefonisch, persönlich, nachmittags):** Du übernimmst bzw. unterstützt unsere Sprechzeiten und bist die erste Anlaufstelle für unsere Mitglieder und Gäste.
- **Allgemeine Verwaltungstätigkeiten:** Du führst administrative Aufgaben durch, um den reibungslosen Ablauf unserer Geschäftsstelle zu gewährleisten.

#### Dein Profil:

- **Kenntnisse MS Office:** Du bringst fundierte Kenntnisse im Umgang mit MS Office mit.
- **Kunden- & Serviceorientierung:** Du bist freundlich, aufgeschlossen und hast Freude am Umgang mit Menschen.
- **Arbeiten im Team:** Du arbeitest gerne im Team und bringst dich aktiv in die Vereinsgemeinschaft ein.

#### Wir bieten:

- Eine geringfügige Beschäftigung über **8 Stunden wöchentlich**.
- Ein dynamisches Team und ein angenehmes Arbeitsumfeld.

#### Interessiert? Dann freuen wir uns auf deine Bewerbung!

Besuche uns online unter [www.tuskometarsten.de](http://www.tuskometarsten.de) oder kontaktiere uns unter [\[info@tuskometarsten.de\]](mailto:info@tuskometarsten.de)

Auskunft erteilt: **Lennard Vroom (Leiter Geschäftsstelle)**. Tel. 0421/828202-21

## 71. Arster Karneval am Samstag, 14. Februar 2026

Bei dem ganzen Weiß im Januar und Februar, haben wir uns dieses Mal noch mehr auf unser buntes Treiben am 2. Samstag im Februar gefreut. Dabei war es auch gleichzeitig eine kleine Feuerprobe. Wir mussten uns durch den Verlust von Nils neu aufstellen und eine Vielzahl von Aufgaben übernehmen. Außerdem gab es aufgrund der zeitgleichen Events, wie Karneval in Riede und dem Heimspiel Werder vs. Bayern, noch einige Karten nach dem üblichen Vorverkauf. Doch der verlängerte Abverkauf bis Samstagnachmittag hat dazu geführt, dass wir auch in diesem Jahr mit den Besucherzahlen zufrieden waren.

Mit der „**Auszeit**“ haben wir nun ein neues, aber dennoch vertrautes und super engagiertes Thekenteam gewonnen, das uns auch beim Verkauf der Karten unterstützt hat. Außerdem neu dabei waren Riccardo Caprrese und Jörg Steinbusch, die nachmittags mit Waffeln am Stiel und abends mit Pinsa fürs leibliche Wohl gesorgt haben.

**Beim Kinderkarneval** haben sich alle Hip-Hop Gruppen unseres Vereins vorgestellt. Auch die junge Prinzengarde von Rot-Weiß und die Tänzerinnen von der VHS Delmenhorst haben zum Bühnenprogramm stimmungsvoll beigetragen.



Neben vielen Kindern, füllten auch wieder viele stolze Eltern, Großeltern und Freunde die Halle am Korbhauser Weg. Dabei gab es für die Kids nach viel Bewegung auch wieder einige Lollis von DJ Toddy, sowie Luftballons und Konfetti aus Konfettikanonen. Wer auch noch Lust auf Kuchen hatte, hatte die Qual der Wahl bei den vielen leckeren Kuchen und Torten der „Auszeit“.

**Beim Abendprogramm** gab es einige altbekannte Showeinlagen, wie Tänzchen von Cosmic Dust, den Rock 'n Roll Boogie Rebels und der Showtanzgruppe von Rot-Weiß. Aber auch hier gab es etwas Neues; wer aufmerksam den Elferrat inspizierte, konnte dieses Jahr die ersten Frauen dort oben erkennen. Und unser diesjähriges Prinzenpaar Noah und Telli sorgten vor dem Ende des Bühnenprogramms für „Gute Laune“ und luden alle ein, mit ihnen gemeinsam zu tanzen. Aber nicht nur sie luden zum Tanzen ein, auch Mathias und Diana Sünram standen seit langem mal wieder auf der Bühne und sorgten für Stimmung. **Damit erfüllte Diana nochmal Nils' Wunsch nach einem Auftritt von ihr.**



Sobald das Bühnenprogramm beendet war, gab es kein Halten mehr; sowohl für DJ Toddy als auch für unsere toll kostümierten Gäste. Es wurde ausgelassen getanzt und gefeiert. Und wer sich warm getanzt hatte, konnte sich an leckeren kühlen Getränken erfreuen bis morgens um 3.00 Uhr. Denn auch die schönste Feier muss einmal enden.

Für uns als Festausschuss begann dann kaum 7 Stunden später auch schon wieder der Abbau unserer festlich geschmückten Mehrzweckhalle. Schließlich sollte dem regulären Sport nichts mehr im Wege stehen.





**Somit bleibt uns nichts anderes übrig, als unseren Gästen und Helfern Danke zu sagen. Wir freuen uns schon wieder aufs nächste Jahr mit einem dreifachen „Arsten hinein, Arsten hinein, Arsten hinein“!**

*Euer Festausschuss*

Artikel und Bilder: Julia Franke



### **Auch wir waren an den Bremer Aufräumtagen aktiv!**

Am **14. März** beteiligte sich unser Verein an den Bremer Aufräumtagen und setzte damit gemeinsam mit vielen Bremerinnen und Bremern ein Zeichen für Umweltbewusstsein, Gemeinschaft und Engagement im Stadtteil.

Rund **40 Vereinsmitglieder und ihre Familien** folgten dem Aufruf des Vereins und trafen sich am Vormittag bei leider regnerischem Wetter, um gemeinsam Müll in der Umgebung unserer Vereinsstandorte zu sammeln. Ausgestattet mit Sammelmateral der Bremer Stadtreinigung machten sich die Gruppen auf den Weg und befreiten Wege, Grünflächen und öffentliche Bereiche von achtlos weggeworfenem Müll.



Neben dem Umweltaspekt stand vor allem auch das **gemeinschaftliche Erlebnis außerhalb des Trainingsalltags** im Mittelpunkt. Viele Kinder halfen engagiert mit und konnten so spielerisch erleben, wie wichtig ein respektvoller Umgang mit unserer Umwelt ist.

Im Anschluss an die Sammelaktion ließ der Verein den Vormittag **bei einem gemeinsamen Grillen auf dem Vereinsgelände am Korbhauser Weg** ausklingen. Dabei kam die Gelegenheit auf, sich auszutauschen und den Einsatz in entspannter Atmosphäre gemeinsam zu feiern.

**Ein besonderer Dank gilt den Unterstützern der Aktion:**

- **Fleischerei Friebel stellte freundlicherweise die Würstchen für das Grillen zur Verfügung.**
- **Edeka Centrum Dopmann im Wallecenter unterstützte die Veranstaltung mit Brot, Saucen und Getränken.**

**Durch diese großzügige Unterstützung konnte der Tag für alle Teilnehmenden in geselliger Runde ausklingen.**

**Wir bedanken uns bei allen Helferinnen und Helfern für ihr Engagement und freuen uns bereits auf zukünftige gemeinsame Aktionen für Umwelt und Gemeinschaft.**



Mit sportlichen Grüßen

*Marina Streppel für die Geschäftsstelle,*

Bilder: Bernd Nehrhoff

## >>> **Fass mich nicht an!** <<<

Du fühlst Dich in letzter Zeit unwohl in Deiner Trainingsgruppe, die aufdringliche Nähe Deines Trainers ist Dir unangenehm? Sexistische Sprüche und Anmache bereiten Dir Unbehagen?

**Das darf nicht sein!**

- Der Sport soll Dir Freude machen
- Du sollst Dich in unserem Verein wohlfühlen.

Darum wehre Dich, sage „Nein“, wenn Dir jemand zu nahekommt, „lass mich in Ruhe!“, wenn Du den Körperkontakt nicht magst.

**Melde Dich bei uns, auch anonym. Denn nur wenn Du darüber sprichst und es kein Geheimnis bleibt, kann etwas dagegen unternommen werden.**



Dr. Bernward Fröhlingdorf, Kinder- und Jugendarzt,  
2. Vorsitzender im TuS Komet Arsten e.V. Tel. 0421 / 82 41 01





## FUSSBALL

Abteilungsleiter und Sponsoring Björn Dopmann  
Telefon 0174 1856810  
E-Mail: [fussball@tuskometarsten.de](mailto:fussball@tuskometarsten.de)  
[b.dopmann@tuskometarsten.de](mailto:b.dopmann@tuskometarsten.de)



### **Liebe Mitglieder, Eltern, Spielerinnen und Spieler, liebe Fußballfreunde,**

endlich ist es so weit: Nach einer langen und teils herausfordernden Schlechtwetterperiode ist die Rückrunde nun gestartet. Die Plätze sind bereit, der Ball rollt wieder – und wir freuen uns sehr darauf, gemeinsam mit euch in eine spannende und hoffentlich erfolgreiche Spielzeit zu gehen.

Der enorme Zulauf in unserem Fußballverein zeigt, wie groß die Begeisterung für unseren Sport ist. Darüber freuen wir uns sehr! Gleichzeitig stellt uns diese positive Entwicklung vor große organisatorische Herausforderungen. **Um allen Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit zu geben, Teil unseres Vereins zu werden, sind wir weiterhin dringend auf der Suche nach ehrenamtlichen Trainerinnen und Trainern in allen Bereichen. Aktuell können wir unsere Wartelisten leider nicht weiter abbauen.**

**Wer Interesse hat, sich einzubringen und unseren Verein aktiv zu unterstützen, meldet sich gerne per kurzer Mail an [fussball@tuskometarsten.de](mailto:fussball@tuskometarsten.de) – jede helfende Hand zählt!**

Ab der kommenden Saison werden wir die Mannschaften von der E- bis zur A-Jugend wieder leistungsorientiert aufstellen. Das bedeutet, dass in jeder jeweiligen ersten Mannschaft die stärksten Spieler des älteren Jahrgangs zum Einsatz kommen. Diese Entscheidung wurde gemeinsam von den Jahrgangs-Koordinatoren und dem Fußballvorstand abgestimmt und soll sowohl der sportlichen Entwicklung der Spieler als auch einer klaren und transparenten Struktur im Jugendbereich dienen.

### MEISTERBETRIEB

Polsterei  
Bodenbeläge  
Gardinen  
Sonnenschutz  
Yacht- &  
Bootsausstattung  
Matratzen  
Schaumstoffe



Drewes & Klatte  
Raumausstattung

[www.drewes-klatte.de](http://www.drewes-klatte.de)

Fritz-Thiele-Straße 3 | 28279 Bremen  
Telefon: 0421 8 39 96 90

Wir bedanken uns herzlich bei allen Ehrenamtlichen, Trainern, Betreuern, Eltern und Unterstützern für ihr Engagement und wünschen allen Mannschaften einen guten Start, faire Spiele und vor allem viel Freude am Fußball.

Mit sportlichen Grüßen

*Björn Dopmann*

### **Gehfußballer machen erkennbare Fortschritte.**

Nach unserem desolaten Auftritt im Herbst draußen gegen Posthausen bot sich uns Gehfußballern die Chance zur Rehabilitation beim Hallenturnier der TSG Seckenhausen/ Fahrenhorst am 18. Januar. Die haben wir dann auch gut genutzt. Nach den ersten Spielen haben wir die Aufstellung optimiert, und letztendlich nur 2 von 8 Partien verloren. Zugute kam uns an diesem Tag vor allem, dass unsere 3 noch fitten Ü60 Spieler alle an Bord waren. Aber auch unser Training seit fast 2 Jahren zahlt sich allmählich aus. Eine offizielle Wertung bzw. Tabelle gab es nicht, aber wir waren gefühlt oben mit dabei.



Torschützenkönig  
Eckhard Steinbrink

**Das Turnier war, wie im letzten Jahr, wieder super organisiert, das betraf auch für die Verköstigung. Ein großes Dankeschön an das emsige Organisationsteam des Nachbarvereins.**

Die nächsten Trainingskicks erfolgten dann bei Soccerking in Habenhausen. Wir trauen uns dann irgendwann bei wärmeren Temperaturen auch wieder nach draußen. / Falls der 1. Absatz sportlich zu ehrgeizig klang, hier die Korrektur: Wir wollen uns in erster Linie bewegen, das Motto lautet Gesundheitssport. Aber Tore schießen ist natürlich schöner als welche zu kassieren.



v.l.: Steinbrink, Karatas, Schulenberg, Remmert, Heusman, Groth

**Wer ( so ab 50, oder mit körperlichen Einschränkungen ) bei uns gerne einsteigen möchte, sollte sich mal unter 0176/40 49 65 57 melden.**

*Harry Köpsel*

Infos und Anmeldung unter:  
[www.deich11academy.de](http://www.deich11academy.de)

Combi nowag sport nord DEICH STUBE



## BADMINTON

Abteilungsleiter Holger Schöttmer  
Telefon 01520 29 55 620  
E-Mail: badminton@tuskometarsten.de



### **Eine Gemischte Saison geht zu Ende**

Während unsere erste Mannschaft nun leider aus der zweithöchsten Bremer Liga abgestiegen ist, konnte die zweite Mannschaft - nach einer deutlichen Steigerung in der Rückrunde - noch den Klassenerhalt schaffen.

Unsere Schüler und Jugend, die in einer Spielgemeinschaft mit dem BSC Hastedt die Saison bestritten haben, konnten sich jeweils in der höchsten Bremer Liga sehr gut platzieren. In beiden Altersgruppen habe sie einen 4. Platz erreicht.

Es gab auch schon in diesem Jahr die erste B-Rangliste (Norddeutsche Rangliste) bei der Johann Schöttmer sich im gut besetzten Feld behaupten und eine gute Platzierung in allen 3 Disziplinen erringen konnte.



Im Februar gab es dann unsere traditionelle Kohlfahrt bei der wir nach einigen gelaufenen und gespielten Kilometern den Abend im Hafen Casino verbracht haben.

**Vielen Dank hier noch einmal an unser verflorrenes Kohlkönigspaar Mika und Jakob:**

**Tolle Location, tolle Organisation.**

**In diesem Jahr erwarten uns noch unser Sommerfest am 25. Juni und die Ausrichtung der Bezirksmeisterschaften am 27. und 28. Juni. Wir haben noch freie Plätze, Spieler aller Altersgruppen und Spielstärken sind herzlich willkommen.**

*Holger Schöttmer*



**Uwe Haßelmann** Baugeschäft GmbH  
Geschäftsführer Oliver Schulz



- Altbausanierung
- Anbauten
- Baureparaturen
- Neubau / Umbau
- Fliesenarbeiten
- Modernisierung



Friedrich-Engels-Straße 5 · 28279 Bremen  
Telefon 0421-831955 · Telefax 0421-834572  
E-Mail: info@hasselmann-bau.de



## BASKETBALL

Abteilungsleiter Danny Petzold  
Mobil 0172 1074291  
E-Mail: [basketball@tuskometarsten.de](mailto:basketball@tuskometarsten.de)



### **Vom Neustart zur Bewegung**

Anfang der 2020er war unsere Basketballabteilung eigentlich so gut wie tot. Corona hatte vieles lahmgelegt. Wir waren manchmal gerade einmal zwölf Leute gemischter Altersklassen beim Training – Trotzdem standen wir in der Halle. Es war ruhig geworden um den Basketball in Arsten, aber ganz verschwunden war er nie.

#### **Dann kam der Neustart.**

Mit zwei jungen Trainern, viel Motivation und ehrlich gesagt wenig Erfahrung im Verband und Spielbetrieb haben wir uns selber ins kalte Wasser geworfen. Also starteten wir mit 2 Jugend - Mannschaften.

Die erste Saison war für Tim und mich Neuland. Wir mussten lernen, wie der Spielbetrieb funktioniert, welche Regeln gelten und wie man eine Mannschaft organisiert. Sportlich war es besonders für die U14 hart – eigentlich eine junge Anfängertruppe auf U12-Niveau, die gegen ältere Teams spielte und zunächst jedes Spiel verlor. Heute gewinnen sie viele Spiele, spielen selbstbewusst und zeigen, was Entwicklung bedeutet.

**Aus der damaligen U16 ist inzwischen eine U18 geworden. Die Jungs sind älter, reifer, denken anders, haben neue Ziele. Man merkt: Basketball ist mehr als nur ein Spiel. Es ist auch Persönlichkeitsentwicklung.**

Nach der Saison haben wir uns gefragt wie es weiter geht. Wie wird aus einer kleinen Gruppe wieder eine echte Abteilung? Also haben wir uns fortgebildet, Workshops besucht und sind über unser Engagement in den Basketball-Verband eingestiegen. Dort konnten wir viel lernen – über Verantwortung, Auftreten, Organisation und Jugendarbeit.



„Wir zeigen Immobilien,  
wie sie sind –  
klar und ehrlich.“

CONRAD & CO.  
IMMOBILIEN

Mads Ole Conrad | [www.conradco.de](http://www.conradco.de) | [mads@conradco.de](mailto:mads@conradco.de) | +49 176 80599294

Parallel dazu wuchs die Abteilung Schritt für Schritt. Aus 35 Mitgliedern wurden 60. Neue Sponsoren kamen dazu und unterstützten uns mit Trikots für unsere Jugendteams. Auf Instagram zeigen wir regelmäßig, was bei uns passiert. Die Stimmung wurde familiärer und die Eltern engagierter.

**Wir wollen vor allem im Mini-Bereich wachsen. Kinder früh für Basketball begeistern. Ihnen zeigen, was Teamgeist bedeutet. Verantwortung übernehmen. Miteinander gewinnen, miteinander verlieren. Wenn man früh lernt, Teil eines Teams zu sein, dann entwickelt man sich nicht nur sportlich, sondern auch als Mensch.**

Basketball ist in Deutschland auf dem Vormarsch. Aber in unserer Region gibt es noch viel Potenzial. Genau das sehen wir als Chance. Wir wollen den Sport in Arsten und ganz Bremen-Süd fest verankern und das mit ganz viel Begeisterung.

**Wir freuen uns über jeden, der Teil davon werden möchte.**

Dankeschön!

*Ali Khreis*

Stellvertretender Abteilungsleiter

Bilder: Moritz Kracht  
(mkr8 Sportfotos)



- Hausgeräte • Kundendienst • Elektrotechnik • Beleuchtungstechnik • E-Check

**ELEKTRO**

*Mit Energie in die Zukunft.*

**OELCKERS**

GmbH & Co. KG

Elektro Oelckers GmbH & Co. KG  
Ziegelbrennerstraße 10 · 28279 Bremen  
Tel. 04 21 / 83 18 22 · Fax 83 98 000

info@elektro-oelckers.de  
www.elektro-oelckers.de



# SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

## **Sportangebote für Kinder aller Sparten**

**außer und unabhängig der Sparte Turnen/Fitness/Gesundheit.**

Wir haben unsere Sportangebote für Kinder nach Sportarten gegliedert und in übersichtlicher Form dargestellt.

So müssen Eltern, die nach einer Sportart für ihre Kinder suchen, sich nicht erst durch alle Abteilungen klicken, sondern können auf zwei Seiten alle Angebote für ihren Nachwuchs finden.

### **FUSSBALL**

Kontakt: **Tobias Schier E-Mail: [t.schier@tuskometarsten.de](mailto:t.schier@tuskometarsten.de)**

**HANDBALL** (Bitte vorherige Kontaktaufnahme: [handball@tuskometarsten.de](mailto:handball@tuskometarsten.de))

Ballspielgruppe 4+5 Jahre	Fr. 16:15-17:15	Korbhauser Weg GS	Maxi Remer, Vanessa Dohrmann
Jahrgang 2017 (Maxis)	Fr. 17:15-18:30	Korbhauser Weg GS	Maxi Remer
Jahrgang 2018 (MiniMaxis)	Fr. 16:15-17:30	Korbhauser Weg GS	Lilith Uhlenberg, Vivien da Cruz
Jahrgang 2019 (Minis)	Fr. 17:15-18:30	Korbhauser Weg GS	Aaliyah Schulz/Nisa Atak/Lilli Albers

### **JUDO**

6 - 16 jährige Anfänger + Fortgeschrittene	Di. 16:15-17:45	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Alisa Reinhold
3 - 6 jährige Minis	Do. 16:15-17:15		
6-16 jährige wettkampf-orientierte Judofüchse	Do. 17:30-19:00		
6-16 jährige Anfänger + Fortgeschrittene	Fr. 18:00-19:45		
3-6 jährige Judofüchse Minis	Sa. 12:00-13:00		

### **JU JUTSU**

6-8 Jahre	Sa. 10:30-12:00	Turnhalle GS Alfred-Faust-Str.	Christoph Buck
8-14 Jahre	Mo. 18:00-19:30		Jan-Philipp Koll
Jugendliche zwischen 12 - 16 Jahre	Di. 18:15-20:15		Melvin Kloska
Jugendliche + Erwachsene ab 16 Jahre	Mo. 19:30-21:30		Jan-Philipp Koll
Jugendliche + Erwachsene ab 16 Jahre	Mi. 18:00-20:00		Jan-Philipp Koll

### **LEICHTATHLETIK**

Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre	Mo. 16:00-17:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	Pia Klapper + Anna Dalleck
Spiel-Leichtathletik 8-9 Jahre	Mo. 17:00-18:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	Pia Klapper + Anna Dalleck

# SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

## LEICHTATHLETIK

Spiel-Leichtathletik 5-7 Jahre	Mo. 16:00-17:00	Egon-Kähler-Str. Stadion / Dreifeldhalle	Fiona Stührenberg + Anna Dalleck
8-9 Jahre	Mo. 17:00-18:00		Fiona Stührenberg + Anna Dalleck
5-7 Jahre	Do. 16:00-17:00		Liv Stührenberg + Shirly Schmidt + Pia Klapper
8-9 Jahre	Do. 17:00-18:00		Liv Stührenberg + Shirly Schmidt + Pia Klapper
10-11 Jahre	Mo. 16:00-18:00		Frederik Sobeck + Stefan Faber
10-11 Jahre	Do. 16:00-18:00		Pia Klapper + Stefan Faber
12-14 Jahre	Di. 18:00-20:00		Sergej Kavun
12-14 Jahre	Fr. 18:00-20:00		Sergej Kavun
15-Erwachsene Leistungsgruppe	Mo. 18:00-20:00		Sandra Schwenke
15-Erwachsene Leistungsgruppe	Di. 17:00-19:00		Sandra Schwenke
15-Erwachsene Leistungsgruppe	Mi. 18:00-20:00		Sandra Schwenke
15-Erwachsene Leistungsgruppe	Do. 18:00-20:00		Sandra Schwenke
15-Erwachsene Leistungsgruppe	Fr. 17:00-19:00		Sandra Schwenke

## BADMINTON

ab 6 Jahre	Mo. 18:00-19:30	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Mika Schöttmer
------------	-----------------	--------------------------------	----------------

## BASKETBALL

U14/U12	Mo. 18:00-19:30	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Ali Khreis
U14/U12	Mi. 17:00-18:00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Danny Petzold
U18/U18/U16	Fr. 18:30-20:00	Egon-Kähler-Str. Dreifeldhalle	Tim Schöttler

## CRICKET

Anfänger	Mi. 18:00-20:00	Rasenplatz hinter dem Beachhandballfeld	Trainerteam
----------	-----------------	---	-------------

## FECHTEN

ab 8 Jahre	Mi. 18:00-19:00	Korbhauser Weg GS	Joachim Hoops
------------	-----------------	-------------------	---------------

## KARATE

ab Gelbgurt	Mo. 17:00-18:00	Einfeldhalle in Tennishalle (Hauptgebäude Egon-Kähler-Str.)	Tobias Meyer
-------------	-----------------	---	--------------

## SPORTANGEBOTE FÜR KINDER

ab 8 Jahre (Anfänger)	Di. 18:00-19:00	Kleine Turnhalle <b>Gymnasium</b> Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
Ab Gelbgurt	Di. 19:00-20:00	Kleine Turnhalle <b>Gymnasium</b> Alfred-Faust-Str	Christian Umbach + Christian Jürgens
Ab Gelbgurt	Do. 18:30-19:30	Kleine Turnhalle <b>Gymnasium</b> Alfred-Faust-Str.	Christian Umbach + Christian Jürgens
ab 15 Jahre und Erwachsene	Do. 19:30-20:30	Eingang ist in der Felix-von-Erhard-Str.	

### RINGEN

ab 7 Jahre	Do 18:30-20:30	Turnhalle Schule Theodor-Billroth-Str. hinter/neben der Volkshochschule	Hadi Jahani
------------	----------------	---	-------------

### TENNIS

Kinder, Jugendliche + Erwachsene ab 6 Jahre Mo - Fr. 16:00-20:00 Außenplätze/  
Tennishalle Egon-Kähler-Str. Kontakt: Adrian Leu (Mail: tennis@tuskometarsten.de)

### TISCHTENNIS

ab 8 Jahre Anfänger	Mo. 17:00-18:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Andreas Prochnow + Martin Giehl
ab 8 Jahre Fortgeschrittene	Mo. 18:00-19:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Andreas Prochnow + Martin Giehl
ab 8 Jahre Fortgeschrittene	Do. 18:00-19:00	Korbhauser Weg GS	Andreas Prochnow + Martin Giehl

### TANZEN

Smash Crew HipHop Fortgeschrittene 7-10 Jahre	Di. 18.00-19.00*	Korbhauser Weg GS	Jessica Zambrano
	Do. 16.00-17.00*	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Jessica Zambrano
Streetline HipHop Fortgeschrittene 7-10 Jahre.	Mo. 17.00-18.00*	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Jessica Zambrano
	Do. 17.00-18.00*	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Jessica Zambrano
Red Tyger HipHop Fortgeschrittene 11-14 J	Do. 18.00-19.30*	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Jessica Zambrano
Next Vibe HipHop Anfänger 8-11 Jahre	So. 12:30-14:00 Plätze frei	Egon-Kähler-Str. Einfeldhalle	Jessica Zambrano
Kindertanzen mit Celina 4-6 Jahre	Di. 15.45-16.30*	Parketraum	Celina Kante
The Sparks HipHop Anfänger 4-6 Jahre	Di 16:30-17:30 Plätze frei	Parketraum	Jessica Zambrano

\* Kurse leider ausgebucht



# KARATE

Abteilungsleiter Christian Umbach  
Telefon: 0179 - 47 95 945  
E-Mail: karate@tuskometarsten.de



## Sehr stark !

### Unsere Karatekas sind sehr fleißig.

Im Februar haben wir wieder Prüfungen abgenommen und eine Menge Kinder haben die Gürtelfarbe zu Gelb- und Orange erfolgreich verändert.

Wir Trainer sind am 7. März zum Dojoleitertag nach Berlin gereist und mit viel neuen Inspirationen und Fachwissen zurückgekehrt.

Währenddessen sind unsere Turnier- teilnehmer zu Viert mit unserem Ersatz-trainer als Betreuer zum Timmendorfer Strand gefahren und haben am Ostseecup teilgenommen.



Die Vorbereitungszeit war kurz, doch die Motivation hoch...

Umso überraschter waren wir, als sie mit 5 Pokalen im Gepäck wiederkamen mit folgenden Ergebnissen:

- |                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Larissa Leusche:</b> | 3. Platz Kata (Kat. 18-19 Jahre)                  |
| <b>Juliana Kanj:</b>    | 1. Platz Kumite, 2. Platz Kata (Kat. 18-19 Jahre) |
| <b>Anne Passe:</b>      | 2. Platz Kata, 2. Platz Kumite (Kat. 16 Jahre)    |

**Seekamps Gasthaus**  
Centralhallen  
seit über 125 Jahren

Hemelingener Heerstr. 27 kontakt@seekamps-gasthaus.de  
28309 Bremen www.seekamps-gasthaus.de  
Tel.: 0421/451565  
Fax: 0421/4171200 Familie Seekamp

**Seit 1871 genießen und verweilen bei köstlichen Speisen**

Wir bieten für Ihre Feiern:

- Saisonale Spezialitäten
- Clubräume
- Kegelbahn
- Klimatisierter Saal
- Wintergarten
- Sommergarten

Schon eine Woche später ging es erneut mit fünf Turnierteilnehmern zur **Deutschen Meisterschaft nach Michelstadt in Süddeutschland.**

Dort lag das Niveau natürlich noch um einiges höher. Auch ein paar gute Athleten aus den Nachbarländern traten hier mit viel Elan und Kampfgeist an.

Selbst auf dieser anspruchsvollen Meisterschaft, erreichten einige von uns sogar das Viertelfinale.

**Zusammengefasst sind wir sehr stolz auf unsere Schüler und bewundern ihren Ehrgeiz und Mut, sich auch den größeren Herausforderungen schon zu stellen.**

**Respekt !**

Wir hoffen, dass unser Karate noch weiter so wächst und unsere Schützlinge noch viele weitere schöne Erfolge verbuchen können. Wir werden sie so gut wir können dabei unterstützen.

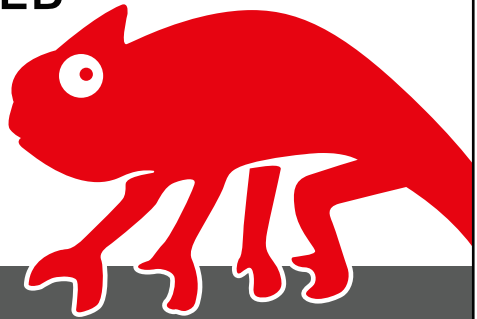
Einige unserer jüngeren Schüler werden jetzt auch schon auf Turniere vorbereitet. Die Motivation ist bereits erkennbar, das ist neben dem regelmäßigen Training die Grundvoraussetzung.



Oss  
*Christian Umbach*

# PIERACH

## MALEREIBETRIEB



0421.87 85 965 · [www.pierach.com](http://www.pierach.com)



## OUTDOOR FITNESS

Ansprechpartner: Tammo Vroom  
Mobil: 0157 - 58 76 70 86  
E-Mail: [outdoorfitness@tuskometarsten.de](mailto:outdoorfitness@tuskometarsten.de)



### **Bei jedem Wetter draußen: Outdoor-Sport am Korbhauser Weg**

Die Seniorengruppe „Good Morning Division“ unserer Outdoor Fitness Abteilung trainiert zweimal pro Woche am frühen Morgen auf dem Vereinsgelände am Korbhauser Weg. Eine hervorragend ausgestattete „Box“ mit allen relevanten Sportgeräten steht dort für diesen anspruchsvollen Sport zur Verfügung. Das Training findet bei jedem Wetter draußen statt – Ärger über gesperrte Hallen oder fehlende Hallenzeiten gibt es bei uns daher nicht.

**Unser Training weckte sogar das Interesse des Bremer Sportfernsehens. Neben einem Filmbericht über unsere Abteilung konnten Bernd und Hannes aus der Seniorengruppe dem Moderator Rede und Antwort stehen. Die Folge 287 ist nach wie vor auf YouTube abrufbar.**

### **Kraft, Ausdauer und Mobilität**

Nach einer Aufwärm- und Mobilitätsphase trainieren wir gezielt unsere Kraft. Danach fordert ein Workout die Ausdauer mit kombinierten Übungsabfolgen aus den Bereichen Kraft und Kondition. Klassische Kraft-Cardio-Übungen wie Squats, Lunges, Jumping Jacks, Hangrows und Mountain Climbers gehören ebenso dazu wie Dumbbell-, Kettlebell- und Langhantelübungen zur gezielten Kraftsteigerung. Trotz der englischen Bezeichnungen erfinden wir das Rad nicht neu – die meisten Übungen sind altbekannt.

**Wichtig ist:** Jedes Gruppenmitglied trainiert nach den eigenen Fähigkeiten; niemand wird überfordert. Bei einer Altersspanne in der Seniorengruppe von 60 bis 85 Jahren ist diese individuelle Intensität absolut notwendig.



**HEIZUNG**

**G A R B A D E**

**SANITÄR**

**Kundendienst · Wartung · Notdienst**

**Tel. 04 21 - 82 12 71/37 56 24 • Fax 04 21 - 82 43 90  
Kattenturmer Heerstraße 267 • 28277 Bremen**



## **Eine Abteilung für alle Generationen**

Unsere **gesamte** Abteilung umfasst mittlerweile 110 Mitglieder. Neben der Seniorengruppe bieten wir täglich mindestens zwei bis drei Trainingseinheiten an, die sehr gut besucht sind. **Sonntags** steht ein „Hero-Workout“ auf dem Plan – eine besonders anspruchsvolle Einheit. **Samstags** widmen wir uns der Wettkampfvorbereitung. Formate wie Hyrox und Deadly Dozen sind mittlerweile national wie international etablierte Wettkämpfe, an denen unsere Athleten regelmäßig teilnehmen – sogar bei deutschen Meisterschaften und Weltmeisterschaften waren wir bereits vertreten.

Zudem bieten wir gezielte Trainings zur Saisonvorbereitung für Mannschaftssportler aller Abteilungen an. Das Training, das aus einer ehemaligen CrossFit-Sparte hervorgegangen ist, erfreut sich großer Beliebtheit. Wer glaubt, das sei nur etwas für junge Leute, der irrt: Das Durchschnittsalter liegt bei 50 Jahren. Drei zertifizierte Trainer sorgen für qualifizierte Übungsabfolgen. Und auch für die „Jüngeren“ gilt: Wir trainieren immer draußen. Das ist alles eine Frage der Kleidung und der richtigen Zwiebeltechnik. Bisher ist bei uns noch jedem warm geworden! Zudem hat jedes Mitglied jederzeit Zugang zum Gelände und zu den Geräten, um individuell zu trainieren.

*Bernd Nehrhoff*

# Für Sie vor Ort in Arsten



Felix Ziemba



Andreas Dabrowski





## JUDO

Abteilungsleiterin Alisa Reinhold  
Telefon: 0421-828202-11/15 (Geschäftsstelle)  
E-Mail: judo@tuskometarsten.de



### **Hallo zusammen,**

in der Judoabteilung bei den Kindern/Jugendlichen von 6 - 16 Jahren hat am **21. Dezember** ein Weihnachtsturnier im Contact Gym in Habenhausen stattgefunden. Wir haben mit 18 Teilnehmern ein breites Feld an Turnieranfängern und turniererfahreneren Kindern mitgehabt. Besonders toll, dass so viele Kinder dort ihr erstes Turnier bestritten haben. Es gab für jedes Kind einen Pokal und einen Schokoweihnachtsmann. Die Kinder und Eltern hatten ganz viel Spaß und haben die besondere Atmosphäre dort genossen.

Direkt im neuen Jahr am **25. Januar** fanden die **Landesmeisterschaften in der U11** statt. Wir waren mit 8 Kids dabei, 2 Jungen und 6 Mädchen. **Wir haben vier 3. Plätze erreicht, zwei 2. und haben 2 Landesmeisterinnen 2026** in unseren Reihen. **Diese Erfolge machen mich überglücklich und ganz besonders stolz!** Insbesondere auch deswegen, weil es die Abteilung erst seit 3 Jahren gibt und viele noch nicht lange Judo machen. Die beiden Jungs machten zu dem Zeitpunkt seit 5 Monaten Judo. Der zweite Judofuchs ist erst seit Anfang Januar dabei und wollte trotzdem unbedingt teilnehmen. Er hat stark gekämpft und sogar einen Kampf für sich entscheiden können.

Die Kinder mit dem Jahrgang 2016 haben sogar dieses Jahr nochmal die Möglichkeit an der Landesmeisterschaft U13 teilzunehmen.

**Ich bin sehr glücklich darüber, dass so viele Mädchen aus Obervielwand den Weg zum Judo in unserem Verein finden. Das ist einzigartig.**

**Ich trainiere seit 20 Jahren Kinder mit und habe es noch nie in meiner Laufbahn erlebt, dass ich in einer Gruppe mehr Mädchen als Jungen hatte. Das freut mich ganz besonders und ich hoffe, dass auch weiterhin so viele Mädchen zu uns kommen und mit uns Judo machen wollen!**

Jetzt habt ihr einen kleinen Einblick in die Arbeit und das Training der Judoabteilung bekommen. Überzeugt euch gerne selbst davon in zwei kostenlosen Probetrainings.

**Die Judoabteilung sucht dringend noch Verstärkung von Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren!!! Sobald sich ein paar Jugendliche finden, wird es eine extra Gruppe für sie geben.**





# Werbegemeinschaft Habenhausen - Arsten

www.werbegemeinschaft.de

**ARSTERDAMM APOTHEKE**  
**Setzen Sie auf die Heilkraft der Natur.**  
 Lieferservice zu Ihnen nach Hause  
 Arsterdamm 136 · 28279 Bremen  
 Tel. 04 21- 82 55 77 · Telefax 0421-8301802  
 www.apotheke-arsten.de

**ALBRECHT DÜRER APOTHEKE**  
 Beratung auch bei Ihnen zu Hause möglich.  
 Ohserstraße 4, 28279 Bremen-Habenhausen,  
 Tel.: 0421 / 83 20 50, www.albrecht-duerer-apotheke.de

**Uwe Haßelmann**  
 Inh. Oliver Schulz · Baugeschäft GmbH  
 28279 Bremen · Friedrich-Engels-Straße 5  
 Telefon 04 21 / 83 19 55 · Fax 04 21 / 83 45 72

**FITNESS STUDIO Walden**  
 Die Profis für Präventions- und Rehabilitations-Training  
 Alfred-Faust-Str. 11, 28277 Bremen, Tel. 0421/826118  
 E-Mail: info@walden.fit, www.walden.fit  
 > Rückenschule/Pilates/Yoga

**DIE FELDBLUME**  
 Floristik | Dekoration  
 Telefon 0421-89844344 · www.diefeldblume.de

**Julius Kalbhenn**  
 Wein- & Spirituosenfachhandel Arsten/Habenhausen  
 Carsten-Dreßler-Str. 2a · T 0421 8286871  
 arsten@kalbhenn.de · kalbhenn.de

**GH**  
 Habenhauser Dorfstraße 2  
 28279 Bremen  
 0421 / 837330  
 0157 / 36795002

**DEICHnah**  
 Mode, Dekoration & Feinkost  
 Solthöfen 1 · 28279 Bremen  
 www.deichnah.de

**WARNEKE-SCHULZ**  
 MODERN GESICHT, MODERNEM GEHALT  
 ☎ 0421 823339 | ✉ info@warneke-schulz.de · www.warneke-schulz.de

Bei uns in guten Händen! Seit 1969  
**Niekerke**  
 Malermeister GmbH  
 www.niekerke-malermeister.de  
**0421. 44 11 95**

**PIERACH**  
 MALEREIBETRIEB  
 0421. 87 85 965 · www.pierach.com

**Malermeister Rainer Zieris**

- Exklusive Malerarbeiten
- Fassadengestaltung
- Trockenbau
- Spachtel- und Wischtechnik
- Stuckarbeiten
- Parkettverlegung
- Teppichverlegung
- Graffiti-Entfernung

Würtjen 26 · 28279 Bremen · Tel.: 04 21/82 86 866

Telefon: 0421 83 99 690  
 www.drewes-klatte.de

**Drewes & Klatte**  
 Raumausstattung

**Drinnen ist es am schönsten.**

WENN versichern, DANN persönlich!

Vertretung Giuseppe Carrera  
 Tel. 0421 876664 carrera@oebv.de

**ÖVB**  
 fair versichert

Finanzgruppe

**NAMASTE**

+49 151 2851 9911 | info@namaste-bremen.de  
 Habenhauser Dorfstraße 5 | 28279 Bremen

# gemeinschaft Hausen-Arsten e.V. nschaft-habenhausen-arsten.de

**ELEKTRO** Mit Energie in die Zukunft.  
**WOLCKERS** BAU & CO. KG

Elektro Odckers GmbH & Co. KG  
Ziegelbrennerstraße 10 · 28279 Bremen  
Tel. 04 21 / 83 18 22 · Fax 83 98 000  
info@elektro-odckers.de · www.elektro-odckers.de

POSTAL **KNX**   
e-masters 

**bieFUN** 

Geburtsstage  
Hochzeiten  
Vereinsfeste  
Firmenevents  
Straßenfeste

Verleih von  
Hüpfburgen  
und Eventmodule

info@brefun.de  
www.brefun.de  
01522/6823708  
(gerne auch via WhatsApp)

**FEIERWORKER** 

Feier & Fährten für jeden Event

Arster Landstraße 39 ☎ 0421 - 43 00 112

**Auszeit** 

**Gaststätte Auszeit**  
Inh.: Anja Seebeck  
Astrid Meyer

Egon-Kähler-Straße 145, 28279 Bremen  
Telefon: 0421-82820218  
E-Mail: Auszeit-Arsten@web.de

**BALKAN-HÜTTE**

**Jugoslawisches Restaurant**

Landauer Weg 31 · 28279 Bremen  
Telefon (04 21) 83 31 35  
www.balkanhuette.de

*Deichblick* 

HABENHAUSEN  
**Sabine Fahrenholz**

Bunnsackerweg 28 | 28279 Bremen  
Tel. 0421-83 15 73 | E-Mail: s.fahrenholz@t-online.de  
Web: www.deichblick-habenhausen.de

Ihr Ansprechpartner für Werbung  
in der WG Habenhausen Arsten

**Torsten Garbade**  
Medienberater  
Tel. 04 21 / 3671 4170  
torsten.garbade@weser-kurier.de

**WESER  
KURIER**

**SHARP**   
**IDEAL**   
**PHILIPS** 

Wrede  
Bürotechnik  
GmbH

Am Mohrenshof 12 | 28277 Bremen  
Tel: 0421 / 8729038 | service@wb-hb.de

Ihr Fachhandel für Büromaschinen in Bremen und umzu

**McKILL** 

McKILL GmbH | Ihr Schädlingsexperte  
Fritz-Thiele-Straße 3, 28279 Bremen  
0421 / 33 70 93 90 | 0151 / 449 445 66  
www.mckill.de | info@mckill.de

**IHR OPTIKER  
HEINRICH**

Arsterdamm 150 • 28279 Bremen  
☎ 82 44 22

 **Bremer  
Hände** **Ambulante  
Pflege**

Seit 125 Jahren  
für Sie da. 0421 80 95 43

 **KOSCHADE**  
physiotherapie | ghschule | wellness

Tel. 0421 835728-3  
www.physiotherapie-koschade.de

*Goldschmiedswerkstatt  
Hoops*

**Joachim Hoops GmbH**  
Holzdamm 170  
☎ 04 21 / 83 27 27

 *Wir krepeln die Ärmel für Sie hoch!*

**F. Syldatk-Kettler**  
Installations- und Heizungsbaumeister  
Tel. 0421/82 92 93  
Alfred-Henke-Straße 21 · 28279 Bremen

**KFZ-MEISTERBETRIEB**

Habenhauser Landstr. 257  
28279 Bremen  
☎ 0421 89 83 05 30  
www.zc-autoservice.de

**AUTOSERVICE**   
Ihr KFZ-Meisterbetrieb  
in Habenhausen

Alle unsere Trainingszeiten finden in der Sporthalle der Grundschule Alfred-Faust-Str. 34 in Kattenesch statt und sind in diesem Heft unter **SPORTANGEBOTE FÜR KINDER** nachzulesen.

Kommt doch gerne mit Sportkleidung (langer Sporthose + T-Shirt) und etwas Wasser zum Trinken mit Anmeldung bei Eversports (siehe Homepage bei Judo) zu einem Schnuppertraining vorbei!

### ***Die Judofüchse suchen dringend Unterstützung!***

Übungsleiter\*innen/Trainer\*innen/Co-Trainer\*innen aufgepasst, falls ihr Judo macht und mindestens 18 Jahre alt seid, dann meldet Euch gerne bei mir! Eine Ausbildung ist nicht erforderlich! Über ein Kennenlernen mit Euch, würde ich mich sehr freuen! Auch Helfer\*innen ab 10 Jahren können sich gerne melden, auch Helfer\*innen kann ich immer einsetzen! Es reichen Judokenntnisse im Anfängerbereich völlig aus!

#### **Eure Aufgaben:**

- Die Abteilungsleitung unterstützen
- Training leiten (eigene Gruppe)
- evtl. Vertretungsstunden übernehmen
- evtl. Kinder zu Turnieren begleiten und betreuen
- bei bestehender Graduierungsberechtigung den Kindern Graduierungen abnehmen

#### **Voraussetzungen:**

- mind. 18 Jahre alt sein
- Judokenntnisse im Anfängerbereich
- guter Umgang mit Kindern
- eine motivierende und wertschätzende Haltung
- Kinder zu Wettkämpfen und Kadertraining motivieren

Die aktuellen Trainingszeiten sind überwiegend in der Woche am Nachmittag oder in den frühen Abendstunden. Eine Gruppe findet auch am Wochenende statt.

**Ich suche dringend Hilfe von einem weiteren Trainer\*in.**

Meine Kontaktdaten: **Alisa Reinhold · judo@tuskometarsten.de**



## DARTS

Abteilungsleiter

Felix Niemeier Tel. 0173 - 87 24 178

Daniel Töbelmann Tel .0173 - 15 79 824

E-Mail: [dart@tuskometarsten.de](mailto:dart@tuskometarsten.de)



### ***Darts, Spaß und gute Stimmung - Zwei gelungene Turniere in unserem Verein***

In den vergangenen Monaten standen gleich zwei Dartturniere auf dem Programm, die nicht nur sportlich einiges zu bieten hatten, sondern vor allem durch ihre lockere und freundschaftliche Atmosphäre überzeugten. Bei unseren Turnieren steht der Spaß am Spiel klar im Vordergrund – der Leistungsfaktor ist dabei bewusst nicht das Wichtigste. Vielmehr geht es darum, gemeinsam einen schönen Dartabend zu verbringen, neue Leute kennenzulernen und natürlich auch den einen oder anderen Pfeil ins Triple zu setzen.

#### **Den Auftakt machte am 27. Dezember 2025 der Winter Darts Cup 2025.**

Insgesamt 45 Spielerinnen und Spieler fanden den Weg an die Boards und sorgten für ein bunt gemischtes Teilnehmerfeld. Von erfahrenen Dartspielern bis hin zu Einsteigern, die einfach Freude am Pfeilewerfen hatten, war alles vertreten. Genau diese Mischung macht den



besonderen Charakter unserer Turniere aus. In vielen spannenden Begegnungen wurde um jedes Leg gekämpft, jedoch stets in einer entspannten und fairen Atmosphäre. **Am Ende konnte sich Niklas Homfeld durchsetzen und den Turniersieg beim Winter Darts Cup sichern.**

**Weiter ging es am 21. Februar 2026 mit dem Cold Hands, Hot Darts Cup**, der mit 54 Teilnehmern sogar noch etwas mehr Spieler anlockte. Auch hier stand neben dem sportlichen Wettbewerb vor allem der gemeinsame Spaß im Mittelpunkt. Dennoch bekamen die Zuschauer einige hochklassige Spiele zu sehen. Besonders spannend wurde

# Warneke + Schulz

## Bad + Heizung

# ☎ 823339

Arster Hemm 52 • 28279 Bremen • E-Mail: [info@warneke-schulz.de](mailto:info@warneke-schulz.de)

# warneke-schulz.de

es im Finale: Dort traf Timm Klefeker auf den Sieger des vorherigen Turniers, Niklas Homfeld. In einem packenden Endspiel setzte sich schließlich **Timm Klefeker durch und sicherte sich den Turniersieg.**



### **Meistertitel in der ersten Saison - Erfolgreicher Ligastart für unser Team**

**Eine überaus erfolgreiche Premiersaison liegt hinter unserer Dartmannschaft. Gleich im ersten Jahr im Ligabetrieb konnte das Team einen großen Erfolg feiern: den Meistertitel in der Kreisliga A des HBDV. Mit diesem starken Ergebnis steigt unsere Mannschaft zur kommenden Saison in die Bezirksliga auf.**

Über die gesamte Saison hinweg präsentierte sich das Team sehr konstant und musste lediglich zwei Niederlagen hinnehmen. Dadurch entwickelte sich im Laufe der Spielzeit ein spannender Kampf um die Tabellenspitze, bei dem sich unsere Mannschaft bis zum letzten Spieltag in einer hervorragenden Ausgangsposition hielt.

Die Entscheidung um die Meisterschaft fiel schließlich im direkten Duell am letzten Spieltag gegen den Tabellenzweiten The Flying Darts TSV Bassum. Vor diesem Spiel lag unser Team lediglich zwei Punkte in Führung, sodass klar war: Eine Niederlage hätte den Meistertitel noch kosten können. Entsprechend konzentriert ging die Mannschaft in die Partie und zeigte eine starke Leistung. Am Ende stand ein überzeugender 9:3-Sieg, mit dem die Meisterschaft endgültig gesichert wurde.



Mit diesem Erfolg beendet unsere Mannschaft die Saison verdient auf Platz 1 der Kreisliga A. Neben dem starken Teamergebnis gab es auch im Einzel einen besonderen Erfolg zu feiern: **Sebastian Seebeck stellte am Ende der Saison den besten Einzelspieler der Liga.**

Mit dem Aufstieg in die Bezirksliga blickt das Team nun gespannt auf die kommende Saison und freut sich auf neue sportliche Herausforderungen – natürlich weiterhin mit viel Spaß am Dartsport und einer starken Gemeinschaft im Team.

**Da das Interesse am Dartsport in unserem Verein weiterhin wächst, planen wir zur neuen Saison außerdem die Gründung einer zweiten Mannschaft. Dafür suchen wir noch ein paar weitere Spielerinnen oder Spieler, die Lust haben, Teil unseres Teams zu werden und gemeinsam mit uns am Ligabetrieb teilzunehmen. Bei Interesse gerne bei uns melden!**

Autor beider Artikel: *Daniel Töbelmann*



## TENNIS

Abteilungsleiter: Adrian Leu  
Telefon: 0173-6361910  
E-Mail: tennis@kometarsten.de



### **Mit neuer Kraft ins neue Jahr**

Nachdem wir in den letzten Jahren gut gewachsen sind und sich dieser Trend auch in diesem Jahr fortsetzt, war es an der Zeit, unser Team zu vergrößern, um den wachsenden Aufgaben weiterhin gerecht zu werden. Ende letzten Jahres konnten wir daher alle Funktionen in der Tennisabteilung erfolgreich besetzen:

- Abteilungsleiter + Stellvertreter
- Kassenwart + Stellvertreterin
- Sportwart + Stellvertreterin
- Jugendwart + Stellvertreterin
- Arbeitsdienstleiterin
- Pressewartin
- Gerätewart
- Technikwart

Ihr seid neugierig, wer diese Aufgaben übernommen hat? Dann schaut auf unserer Webseite vorbei. Bei unserer Mitgliederversammlung am Donnerstag, 09. April wurden die Funktionsträger formell gewählt oder auch in ihrem Amt bestätigt.

Auch unser Trainerteam ist weiter gewachsen: Im Sommer werden zwei Trainerinnen und sechs Trainer auf unserer Anlage aktiv sein und sich freundlich und kompetent um unsere kleinen und großen Trainierenden kümmern. Dadurch können wir das Training an mehreren Tagen auf zwei Plätzen parallel anbieten. Zusätzlich wird es wieder unsere beliebten Schnupperkurse für Einsteiger und Wiedereinsteiger geben.

**Neu in diesem Jahr:** Die Anmeldung für das Training erfolgt ab sofort ausschließlich digital. Das schont die Umwelt und vereinfacht die Organisation deutlich.

Auch im Mannschaftssport sind wir wieder gut vertreten. In dieser Saison gehen fünf Mannschaften für unseren Verein an den Start:

- Herren 30
- Herren 40
- zwei Junioren-C-Mannschaften
- Herren 50 Doppelmannschaft

Die genauen Spieltermine werden rechtzeitig veröffentlicht und auf der Anlage ausgehängt. Natürlich darf auch unser Vereinsleben neben dem Punktspielbetrieb nicht zu kurz kommen. Daher planen wir auch in diesem Sommer wieder zahlreiche Veranstaltungen. Besonders in Erinnerung geblieben ist die Vereinsmeisterschaft im vergangenen Jahr, die von Sven Pape hervorragend organisiert wurde. Das spannende Finale lockte viele Zuschauer auf unsere Anlage und sorgte für eine tolle Atmosphäre. Auch in diesem Sommer wird es wieder eine Vereinsmeisterschaft geben, ergänzt durch Feriencamps und Turniere. Besonders freuen wir uns, dass auch der beliebte Fränki-Cup wieder stattfinden wird. Die genauen Termine werden festgelegt, sobald alle Punktspieltermine bekannt sind. Weitere Informationen findet Ihr unter: <https://frankicup.de/>

## Ein weiteres besonderes Highlight planen wir in diesem Jahr erstmals:

das DTB Tennis-Sportabzeichen.

Dieses richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene und berücksichtigt das jeweilige individuelle Spielniveau. Es bietet eine tolle Möglichkeit, die eigenen Tennisfertigkeiten unter Beweis zu stellen und sich mit anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern bundesweit zu vergleichen. Weitere Informationen gibt es hier: <https://vereine.tennis.de/sportabzeichen>

Zum Start der Sommersaison laden wir herzlich zu unserem Tag der offenen Tür ein. **Am Samstag, den 9. Mai von 11:00 bis 14:00 Uhr** freuen wir uns darauf, möglichst viele Gäste auf unserer Tennisanlage begrüßen zu dürfen. Auch in diesem Jahr haben wir wieder zahlreiche Aktivitäten vorbereitet – ideal für alle, die Tennis einmal ausprobieren möchten.

Wer anschließend tiefer einsteigen möchte, kann auch in diesem

Sommer wieder einen Schnupperkurs mit fünf Trainingseinheiten für nur 50 € buchen. Anmelden kann man sich unter folgenden Link:

<https://tinyurl.com/TKA-Tennis-Schnupperkurs>

**Freut Euch also auch 2026 auf Schnupperkurse, Mannschaftsspiele, Feriencamps, Turniere und viele weitere Highlights. Über alle Termine und Veranstaltungen informieren wir Euch rechtzeitig.**

**Wenn Ihr noch mehr über das Leben in der Tennisabteilung erfahren wollt, folgt uns bei Instagram unter [www.instagram.com/tennis\\_tka/](http://www.instagram.com/tennis_tka/) besucht unsere Website <https://www.tus-komet-arsten.de/tennis/> oder meldet Euch für unseren Newsletter an. Dafür schickt Ihr bitte eine Mail an [tennis@tuskometarsten.de](mailto:tennis@tuskometarsten.de).**

**Ich wünsche Euch ab ca. Mitte April viel Spaß beim Tennis an der frischen Luft!**

*Adrian Leu*





## LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiterin Sandra Schwenke  
Telefon 01520 25 80 050  
E-Mail: leichtathletik@tuskometarsten.de



### **Die erste Bremer Unified Schneeschuhstaffel geht an den Start**

Am Samstag, 28. Februar machte sich die erste Unified Schneeschuhstaffel auf den Weg nach Baiersbronn in Baden-Württemberg. Eine Unified Staffel besteht aus 2 Menschen mit Beeinträchtigung und 2 Menschen ohne Beeinträchtigung. Die über 8-stündige Fahrt wurde gut gelaunt mit einem Bus der Lebenshilfe Syke



e.V. vollzogen. Auch die Pannen beim Einchecken und Essen im Hotel vor Ort, wurden müde weggelächelt. Am Ende des Tages waren dann aber doch alle froh ins Bett zu kommen.

Nach einem ausgiebigen Frühstück am Sonntag ging es dann zur Wettkampfstätte. Irgendwie haben die Veranstalter es geschafft, noch ein bisschen Schnee für uns zur Verfügung zu stellen. Leider war die Beschaffenheit des Schnees nicht optimal. Er glich stellenweise einer Huckelpiste aus Eis. Dadurch war es auch nicht möglich, so schnell wie im Training zu laufen.

- Exklusive Malerarbeiten
- Gesundes Wohnen
- Fassadengestaltung
- Parkett- u. Teppichverlegung
- Designboden-Verlegung
- Trockenbau



**Malermeister  
Rainer Zieris  
Tel.: 04 21- 82 86 866**

Würtjen 26 | 28279 Bremen | malermeister-zieris@t-online.de

In der Vergangenheit ist nur Mike Schwenke bei den Schneeschuhveranstaltungen gestartet (u.a. hat er international in der Schweiz Silber- und Bronzemedailles erworben). Nun haben sich 4 Athleten aus der Leichtathletikabteilung gefunden, die bei den Special Olympics Winterspielen teilnehmen (Momme Linke, Mike Schwenke, Leena Mädler, Frederik Sobeck sowie Sven Michael als Ersatzläufer).

**Die Hoffnung von Trainerin Sandra Schwenke ist, dass in Zukunft auch eine Staffel bei der Leichtathletik zustande kommt. Und die Chancen stehen gut, denn die Mannschaft hat in 2 Läufen über 4x100m den 1. Platz belegt. Somit ist die Motivation natürlich hoch.**

*Sandra Schwenke*





## HANDBALL

Abteilungsleitung: Maxi Remer

E-Mail: handball@tuskometarsten.de



**Unsere Mitgliederversammlung findet am Mittwoch, 06. Mai um 19.30 Uhr in unserer Vereinsgaststätte Auszeit statt.**

**Wir bitten um zahlreiche Teilnahme**

### **Regionalliga-Frauenmannschaft begeistert:**

#### **Nach Aufstieg vorzeitiger Klassenerhalt**

Spätestens nach dem überzeugenden 34:21 - Heimerfolg über den Wilhelmshavener HV steht fest - auch in der Saison 2026/27 wird das Aushängeschild der Handballabteilung der Arster Kometen in der vierthöchsten deutschen Handballliga vertreten sein.

**„Was die Mädels heute gegen den Tabellenvierten abgeliefert haben, war eine richtig starke Mannschaftsleistung“, konstatierte Trainer Thomas Panitz am Tag nach dem überraschend klaren Erfolg gegen das Team vom Jadebusen.**

Angefangen im Tor, wo Merle Theilig gleich fünf Strafwürfe abwehren konnte, über die gut stehende Abwehrreihe um Ann-Kathrin Abbes und Jona Zurkuhle, spielte sich auch die Angriffsreihe in einen wahren Torrausch. Nicht nur die Rückraumreihe mit einer erneut stark aufspielenden Carla Mattfeldt (9 Tore) sondern auch die Flügelzange um Janna Meyer (4/1), Mirja Meinke (6), Anni Lampe und Felina Stehmeier (je 2) traf fast nach Belieben. Jantje Uhlenberg (3) und Laura



Gatzka (1) zogen in der Rückraum-Mitte geschickt die Fäden. Endlich konnte sich auch die lange verletzte Abwehrspezialistin Johanna Beuße wieder in die Torwerferinnenliste eintragen. Letztere wechselte vor Saisonbeginn zusammen mit Arstens Torjägerin Madita Woltemade (119 Treffer in 19 Spielen) vom Ligakonkurrenten TV Oyten in den Bremer Süden. „Es ist enorm wichtig, zwei in der Spielklasse erfahrene Spielerinnen im Team zu haben“, weiß auch Co-Trainer Rainer „Möbel“ Lange, der sich besonders um das Training der Torfrauen (Marina Lehmann, Jacqueline Elias und Merle Theilig) kümmert.

**Mit einem positiven Punktekonto von 20:18 Zählern kann unsere erste Frauenmannschaft die letzten drei Saisonspiele mit etwas mehr Gelassenheit angehen und die Planungen für die nächste Saison aufnehmen. Aber Coach „Panne“ Panitz verlangt etwas mehr von seinem Team. „Jetzt wollen wir die tolle Saison mit dem 5.Platz krönen“, so der ambitionierte Trainer.**

*Torsten Uhlenberg*

## ***Ungeschlagene Aufsteiger - Die 3. Damen im Handball auf Höhenflug***

Bereits am 13. Spieltag steht es fest, die 3. Damen sind Aufsteiger in der Regionsklasse Süd. Nun scheinen wir den idealen Mix zwischen jungen, wilden und erfahrenen Spielerinnen gefunden zu haben, um erstmals aufzusteigen. Und das ist schon drei Spiele vor Saisonende klar, denn bisher sind wir ungeschlagen, mit einer Tordifferenz von 383:226.

Das bedeutet viele souveräne Siege, wobei es zuletzt spannender wurde als nötig... Und wer schon mal eine Mädchen- oder Damenmannschaft trainiert hat, der weiß wie sehr das alleine an den Nerven zehren kann.

**Somit gilt nun auch einmal Danke zu sagen an Alexander Feuker, der seit vielen Jahren die 3. Damen als Trainer leitet!**

**Danke Alex für deine Zeit, deine Mühe und deine Gelassenheit in den meisten Situationen!**

Das letzte Heimspiel fand am 12.4. um 13:00 Uhr in der EKS Halle statt. Das Ergebnis ist auf Insta anzusehen.



*Julia Franke*

## ***Eine starke Saison der männlichen D-Jugend***

In dieser Saison wurde die Vorrunde erstmals bis Dezember gespielt. Das heißt mehr Spiele, die zwischen sehr ungleich starken Mannschaften gespielt werden mussten. Unsere Arster Kometen haben alle Spiele hoch bis sehr hoch gewonnen. Hier konnten sich unsere Jungs zwar finden und zusammenwachsen, wurden sportlich aber nicht gefordert.

Mit dem Start der Regionsoberliga Ost starteten endlich Spiele, bei denen die Jungs sich sportlich messen konnten. Und die Erkenntnis: Spiele, bei denen man auch kämpfen muss, machen noch mehr Spaß. Es gab bisher eine Reihe von Siegen mit mehr oder weniger knappen Ergebnissen und wir führten lange die Tabelle mit null Minuspunkten an.

Im letzten Spiel mussten wir uns leider geschlagen geben, da wir unsere mannschaftliche Leistung nicht abrufen konnten. Aber Kopf hoch, Jungs! Auch Niederlagen gehören zum Sport dazu und jetzt wollen wir gestärkt in die letzten beiden Spiele der Saison gehen. Mal sehen, was noch möglich ist!!!

Vor den Osterferien gingen wir alle gemeinsam zur deutschen Handballnationalmannschaft in die ÖVB-Arena, schauten uns die Silbermedaillengewinner an und beobachteten besonders Miro Schluroff aus unserem Nachbarortsteil Habenhausen. Miro machte bekanntlich dort seine ersten Schritte in unserem Sport.

*Verena Reif*



## JU-JUTSU

Abteilungsleiter: Jan-Philipp Koll  
Telefon: 0421-69 67 88-0  
E-Mail: [jujutsu@tuskometarsten.de](mailto:jujutsu@tuskometarsten.de)



### **Hallo zusammen.**

Unser Training im neuen Jahr haben wir mit vielen neuen bunten Gürteln begonnen. Ende des letzten Jahres haben insgesamt 30 Kinder und Jugendliche eine Gürtelprüfung bestanden. Die Prüflinge aus allen drei Trainingsgruppen (Minis, Kinder, Jugendliche) haben die Techniken für die Gürtel in Weiß-gelb, Gelb-orange und Orange gemeistert. Unter den Erwachsenen konnte eine Sportlerin ihren Grüngürtel erhalten und drei Fortgeschrittene bestanden die Prüfung zum Braungürtel.



Unter den Erwachsenen konnte eine Sportlerin ihren Grüngürtel erhalten und drei Fortgeschrittene bestanden die Prüfung zum Braungürtel.

### **Wir freuen uns über die gezeigten Leistungen und die Trainingsfortschritte.**

**Am Sonntag, den 15. Februar** haben wir einen Selbstverteidigungskurs organisiert. Teilnehmer und Teilnehmerinnen im Alter von 16 bis über 10 Jahren lernten die Grundlagen moderner Selbstverteidigung aus dem Ju-Jitsu kennen. Mit einfachen Techniken aus dem Ringen und Boxen wurde gezeigt, wie man sich in Konfliktsituationen gegen körperliche Angriffe verteidigt und sich zum Selbstschutz schnell wieder aus den Situationen entfernt. Ganz konkret trainierten wir den Kopf gegen Schläge zu schützen, nach einem Sturz wieder aufstehen mit Eigensicherung und schnell in den Rücken vom Gegner gelangen. Der Kurs hat allen viel Spaß gemacht und wir planen einen nächsten Kurs über zwei bis drei Sonntage für die zweite Jahreshälfte. **Auf Anfrage bieten wir gerne einen Selbstverteidigungskurs für größere Gruppen an.**



Ju-Jitsu beinhaltet alle Distanzen des Kämpfens und enthält Schlag- und Tritttechniken, Wurftechniken, Haltegriffe, Hebel- und Würfetechniken. Im Training werden die Techniken in Sparrings oder Stresssituationen zur Selbstverteidigung angewendet.

**Sportler\*Innen und Anfänger\*Innen in jeder Altersgruppe sind herzlich willkommen Ju-Jitsu bei einem Probetraining auszuprobieren. Das Training findet in der Turnhalle der Grundschule Alfred-Faust-Str. statt. Die Trainingszeiten sind unter **SPORTANGEBOTE FÜR KINDER** nachzulesen.**

*Christoph Buck*  
Bilder



## TURNEN/FITNESS/GESUNDHEIT

Abteilungsleiterin Marina Streppel  
Telefon: 0170-1065743  
E-Mail: [turnen@tuskometarsten.de](mailto:turnen@tuskometarsten.de)



### **Liebe Mitglieder,**

unsere Abteilung zählt inzwischen 864 Mitglieder und wächst weiterhin. Über diese Entwicklung freuen wir uns sehr. Gleichzeitig bleibt die angespannte Lage beim Thema Übungsleitermangel eine dauerhafte Herausforderung. Im Kinderturn-Bereich suchen wir weiterhin vor allem Vertretungskräfte, die kurzfristige Ausfälle abdecken können. Gerade hier ist Verlässlichkeit wichtig, gleichzeitig aber schwer zu gewährleisten, wenn spontan niemand verfügbar ist.

Auch im Erwachsenenbereich zeigt sich die Lage zunehmend angespannt. Einige unserer langjährigen Übungsleiterinnen fallen zum Teil nach vielen Jahrzehnten aus gesundheitlichen Gründen aus, und im Bereich neuer Übungsleiterinnen und Übungsleiter gibt es kaum Nachwuchs. Diese Entwicklung erschwert es, unser Angebot dauerhaft in der gewohnten Qualität fortzuführen.

**Wir danken allen, die durch Flexibilität und zusätzliches Engagement helfen, diese Lücken zu überbrücken.**

### **Einladung zur Mitarbeit**

Wer Interesse hat, sich als Übungsleiterin oder Übungsleiter einzubringen – auch ohne Vorerfahrung – ist herzlich eingeladen, Kontakt mit uns aufzunehmen. Wir unterstützen gerne beim Einstieg und freuen uns über jede Person, die unser Team verstärken möchte. Jede zusätzliche helfende Hand trägt dazu bei, unser vielfältiges Vereinsangebot zu sichern und weiterzuentwickeln.

### **Erweiterung unseres Kursangebots für junge Frauen**

Um unser Angebot besser auf die Bedürfnisse verschiedener Altersgruppen abzustimmen, öffnen wir einzelne Kurse und erweitern die bisherigen Mama-Fitness-Angebote. Künftig richten sich einige dieser Kurse an Frauen im Alter von etwa 20 bis 45 Jahren. So möchten wir neben Angeboten für Kinder und ältere Mitglieder auch Frauen in der Lebensphase „dazwischen“ gezielt ansprechen. Einzelne Kurse bleiben reine Kurse für Mütter andere der bisherigen Mama-Fitness-Kurse werden jedoch für die neue Zielgruppe geöffnet und angepasst. Dazu findest du aktuelle Infos aus der Website.

Auf unserer Website halte ich stets alle Abteilungsbelange aktuell und informiere dort regelmäßig über wichtige Neuigkeiten.

*Marina Streppel*



WhatsApp an mich.



Website  
Turnen/Fitness/Gesundheit

## **Angebote Turnen / Fitness / Gesundheit**

### **TURNEN BABYS**

Die Teilnahme am Babyangebot kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.

Hier können Sie auch die genauen Tage und Uhrzeiten entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:

<https://www.tus-komet-arsten.de/turnen-fitness-gesundheit/angebotefuerkinder/angebotefuerbabys/>

**Krabbelgruppen Mini-Kometen / Midi-Kometen**  
Baby- und Kleinkind-Turnen (vormitt.)

**Orte:**  
Egon-Kähler-Str. / Parkettraum und Dreifeldhalle

### **KINDER**

Die Teilnahme am Kinderturnen kann nur mit Registrierung und vorheriger Buchung über unser Buchungssystem erfolgen.

Hier können Sie auch die genauen Tage, Uhrzeiten und Orte entnehmen. Sie finden unser Buchungssystem auf unserer Website und unter:

<https://www.tus-komet-arsten.de/turnen-fitness-gesundheit/angebotefuerkinder/>

### **TURNEN KINDER ohne Vormittagsbetreuung**

**Angebote:**  
Baby- und Kleinkind-Turnen (vormittags)  
Eltern-Kind-Turnen 1-3 (vormittags)

**Orte:**  
Egon-Kähler Str. / Dreifeldhalle  
Sporthalle GS Korbhauser Weg

### **TURNEN KINDER mit Vormittagsbetreuung**

**Angebote:**  
Eltern-Kind-Turnen 1-2 (für Kita-Kinder)  
Eltern-Kind-Turnen 3-4 (für Kita-Kinder)  
Kinderturnen 4-6 Jahre  
Kinderturnen 5-7 Jahre

**Orte:**  
- Sporthalle GS Korbhauser Weg  
- Sporthalle der GS Alfred-Faust-Str.  
- Korbhauser Weg / Mehrzweckhalle

### **TURNEN KINDER 6-10 Jahre**

Mädchenturnen 7-11 Jahre (keine freien Plätze)	Mo. 16:00-17:00	Turnhalle GS Korbhauser Weg	Kathy Siemer
Mädchenturnen 7-11 Jahre (keine freien Plätze)	Mo. 17:00-18:00	Turnhalle GS Korbhauser Weg	Kathy Siemer
Jungenturnen 6-9 Jahre	Sa. 10:00-11:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom
Jungenturnen 10-16 Jahre	Sa. 11:00-12:00	GS Korbhauser Weg	Andreas Vroom

## **TURNEN / FITNESS / GESUNDHEIT**

Herzsport für Erwachsene ohne Verordnung	Mo. 18:45-20:00	GS Buntentorsteinweg	René Brünings
Fitness für Frauen	Mo. 19:00-20:30	GS Korbhauser Weg	Britta Conrad
Seniorensport 60+	Di. 10:00-11:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Fit in den Tag für Frauen 60+	Di. 11:00-12:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Aerobic/Fitness für Frauen	Di. 18:30-19:30	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Marina Streppel
Gymnastik für Frauen 60+	Mi. 09:30-10:45	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Brigitte Puvogel
Ganzkörpergymnastik für Männer & Frauen 50+	Mi. 17:30-19:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Walter Mühlenbruch
Fitness für Frauen 45+	Mi. 19:00-20:00	GS Korbhauser Weg	Walter Mühlenbruch
Gymnastik + Ballspiele für Männer 35+	Mi. 19:00-21:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Andreas Vroom
Fitness + Gymnastik für Frauen	Do. 09:00-10:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Marion Lentz
Turnen, Gymnastik + Volleyball für Männer	Do. 18:00-19:30	Egon-Kähler-Str. 3-Feld-Halle 1/3	Kurt Ewert + Bernd Luxenhofer
Gymnastik für Frauen	Do. 19:15-20:15	GS Alfred-Faust-Str.	Karin Müller
Männerturnen 50+	Fr. 19:30-21:30	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Stefan Masphul

## **KURSE**

Zumba	Mo. 18:15-19:15	Gy. L. d. W. kleine Halle	Sabrina Helms
Ganzkörpertraining	Di. 10:00-11:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Christa Kühn
Faszilates	Mi. 10:00-11:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feld-Halle	Katrin Hessenkemper
Rückengymnastik I	Mi. 09:00-10:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
Rückengymnastik II	Mi. 10:00-11:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Martina Struß
Vitalgymnastik 65 +	Fr. 09:30-10:30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Karin Müller
Qi Gong	Mo. 18:00-19:00	GS Korbhauser Weg	Maren Hoops
	Do. 10:30-11:30	Egon-Kähler-Str. Parkettraum	Maren Hoops
	Fr. 11:30-12:30	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops

*Bei Kursen (10 Einheiten) handelt es sich um Angebote, die für Mitglieder als auch für Nichtmitglieder offen sind. Die Kurskosten sind abhängig vom Angebot. Vereinsmitglieder zahlen 50% der Kursgebühr.*

## REHA-SPORT

Herzsport	Mo. 20:00-21:30	GS Buntentorsteinweg	René Brünings
Lungensport	Mo. 12:15-13:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Fr. 10:30-11:15	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
Polyneuropathie & Gleichgewicht	Mo. 11:15-12:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	Katrin Hessenkemper
Krebsnachsorge	Di. 12:15-13:00	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	Katrin Hessenkemper
Reha-Orthopädie	Mo. 11:30-12:15	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Di. 09:00-09:45	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Do. 10:15-11:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
	Do. 12:15-13:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Maren Hoops
	Do. 16:30-17:15	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	Beate
	Do. 17:30 -18:15	Egon-Kähler-Str. 1-Feldhalle	Beate
Reha-Orthopädie im Sitzen	Do. 11:15-12:00	Korbhauser Weg Mehrzweckhalle	Doris Rogmann
<b>Wichtig: Mit einer ärztlichen Verordnung entstehen für die Reha-Sportangebote keine Kosten!</b>			
Anmeldung / Informationen	Geschäftsstelle TuS Komet Arsten Egon-Kähler-Str. 145 Öffnungszeiten: mo. + do. 15:30 - 18:30 Telefon: 0421/828202-11 - E-Mail: info@tuskometarsten.de		



**GUTSCHEIN**

Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie einmalig

**10%**

**auf einen Artikel Ihrer Wahl.**  
(gilt aus rechtlichen Gründen nicht für Rezeptgebühren und verschreibungspflichtige Arzneien)

**www.viamiko.de**

**Alfred-Faust-Straße 3, direkt neben Penny · 28277 Bremen · Telefon 0421 - 84 13 40**



# HUNDESPORT

Abteilungsleiter Hermann Wichmann  
Telefon (0421) 82 09 83  
E-Mail hundesport@tuskometersten.de



## **Hundesport ist mehr als nur Sport mit dem Hund!**



### **Welpentreff/Junghundkurs**

Der Hund ist da, die Fragen auch. Wir helfen beim Umgang mit dem Hund von Anfang an. Weitere Erziehungskurse sorgen für einen zuverlässigen Start. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig.



### **Begleithundprüfung/Basisausbildung**

Die Basis für alle Hundesportarten und Grundlage für den Alltag mit dem Hund. Die BH ist ein tolles Ziel, das für jeden zu erreichen ist, der Spaß am Lernen mit dem Hund hat. Weitere Infos online.



### **Agility**

Der Mensch weist dem Hund den Weg durch einen anspruchsvollen Hindernisparcour. Eine tolle Sportart für jung und alt, für Einsteiger und Profis. Weitere Infos online.



### **Hoopers**

Ein anspruchsvoller Sport für fast jedes Mensch-Hund-Team, auch wenn es nicht mehr so belastend sein darf. Egal, ob groß oder klein, jung oder erfahren. Weitere Infos online.



### **Rally Obedience**

Eine Mischung aus Parcour, Gehorsam und Zeit. Im RO dürfen Mensch und Hund ständig miteinander kommunizieren. Der Hund darf jederzeit angesprochen, motiviert und gelobt werden.



### **Turnierhundsport (THS)**

Der Turnierhundsport ist sehr gut mit „Leichtathletik mit dem Hund“ beschrieben. Mensch und Hund bewältigen alle Disziplinen gemeinsam. Weitere Infos online.



### **Gebrauchshundsport (GHS)**

Die besonderen Fähigkeiten des Hundes werden vollends angesprochen. Fährte für die Nase, Gehorsam und Schutzdienst für den Kopf. Eine besondere Teamleistung mit hohem Anspruch.

## **Bundessiegerprüfung im Hoopers am 29./30.08.26 bei uns**

An diesem Wochenende im August treffen sich die erfolgreichsten Teams aus ganz Deutschland um das Beste zu finden. Auch wenn der Deutsche Hundeverband im Grunde der Veranstalter ist, stellt die Größenordnung dieser Veranstaltung eine besondere Herausforderung für die Hundesparte dar. Die vielen Teams reisen alle einen Tag früher an, als es auf normalen Turnieren üblich ist. Das heißt dann auch, dass sie Hunger haben, betreut werden müssen und nicht zuletzt, für den nächsten Tag ausgeruht sein wollen.

Solch Event schafft man als Verein nicht alleine. Wir werden dabei tatkräftig durch die **Elsedogs** unterstützt. Alle sind gerade in einer Mischung aus Vorfreude und Anspannung.

Wir sind der festen Überzeugung, dass es eine tolle Veranstaltung mit hervorragenden, sportlichen Leistungen wird. Wir bedanken uns bereits vorab beim Gesamtverein für die Unterstützung und Bereitstellung der Platzanlage am Korbhauser Weg.

**Zuschauer sind immer gerne gesehen.** Damit Ihr Euch ein Bild dieser noch recht neuen Disziplin im Hundesport machen könnt, stellen wir sie Euch kurz vor.

### **Hoopers ist ein Hundesport für Hund und Mensch.**

Hoopers ist eine Hundesportart in der es darum geht, einen Hindernisparcours bestehend aus z.B. sogenannten Hoops, Tunnel, Tonnen und Gates fehlerfrei zu bewältigen. Eine reibungslose Zusammenarbeit zwischen Mensch und Hund und ein hohes Maß an Geschicklichkeit im Team sind die wichtigsten Grundlagen für diesen Hundesport.



#### **Wie funktioniert Hoopers genau?**

Wie im klassischen Agility gibt es auch hier einen Geräteparcours, der in einer bestimmten Reihenfolge vom Hund durchlaufen werden muss. Anders als im Agility muss der Hund in einem Hoopers Parcours nicht springen. Der Parcours ist in der Regel sehr weitläufig und besteht aus Bögen (Hoops), Tunneln, Tonnen (Barrels) und Zäunen (Gates). Die Reihenfolge, Distanz und Anzahl der Gräte richtet sich nach dem Können bzw. der Klasse des jeweiligen Hund-Mensch-Teams.

Eine große Besonderheit besteht darin, dass der Hundeführer NICHT mitläuft. Der Hundeführer bringt seinen Hund zu Beginn an den Start und begibt sich dann in seinen festgelegten Führbereich, den er während des Laufes nicht verlassen darf. Der Hund wird nur mit Körpersprache, Sicht- und Hörzeichen auf Distanz durch den Parcours geführt.



#### **Für wen ist Hoopers geeignet?**

##### **Wer eignet sich für Hoopers?**

Hoopers ist für Jedermann und „Jederhund“ geeignet! Alter, Rasse und Größe spielen so gut wie keine Rolle. Voraussetzung jedoch ist, dass die Hunde freudig mitarbeiten. Es ist auch für Hunde geeignet, die aufgrund körperlicher Einschränkungen nicht (mehr) springen dürfen. Auch für Hundeführer, die nicht mehr ganz so „gut zu Fuß“ sind, ist diese Sportart bestens geeignet.

**WENN**

schnelle Hilfe

gefragt ist,

**DANN**

fragen Sie mich!


**Vertretung Giuseppe Carrera**

Arsterdamm 73 a 28277 Bremen

Tel. 0421 876664 Fax 0421 875445

[www.oevb.de/giuseppe.carrera](http://www.oevb.de/giuseppe.carrera)

[carrera@oevb.de](mailto:carrera@oevb.de)

 Finanzgruppe

**ÖVB**   
fair versichert

## Monatliche Mitgliedsbeiträge ab 01. April 2026

Grundbeitrag	Erwachsene	Kinder
	9,00 €	9,00 €
<b>Spartenbeitrag für</b>		
Badminton	12,00 €	6,00 €
Basketball	15,00 €	7,50 €
Cricket	(ermäßigt 11,00 €) 14,00 €	7,00 €
Dart	6,00 €	6,00 €
Fechten	15,00 €	9,00 €
Fußball	15,00 €	8,00 €
Handball	16,00 €	8,50 €
Hundesparte	5,50 €	5,00 €
Judo	10,00 €	5,00 €
Ju-Jutsu	12,00 €	6,00 €
Karate	10,00 €	5,00 €
Leichtathletik	13,00 €	(bis 15 J.) 7,00 €
Outdoor Fitness	20,00 €	20,00 €
Reha	10,00 €	---
Ringen	10,00 €	5,00 €
Tanzen	10,00 €	5,00 €/10,00 €
Tennis	14,50 €	7,50 €
Tischtennis	9,50 €	5,50 €
Turnen	9,00 €	5,00 €
Volleyball	13,50 €	6,00 €
Wandern	Spartenbeitrag 1,00 € zzgl. Passiver Beitrag 7,50 €	

**Schüler:innen von 14-27 Jahren/Azubis/Studenten (längstens bis 27 Jahre) und**

**Bürgergeld-Empfänger** zahlen bei unaufgeforderter Vorlage entsprechender Bescheinigungen bei der Anmeldung die Kinderbeiträge. Ansonsten werden die Beiträge hochgesetzt. Bei Nachreichung wird der Beitrag des laufenden Monats nicht erstattet.

Familie Grundbeitrag 21,00 € zzgl. pro Familienmitglied entsprechende Spartenbeiträge. Der Familienbeitrag kann nur über ein Konto abgerechnet bzw. eingezogen werden.

Mutter-Vater-Kind-Turnen

18,50 €

Beim begleitenden Kinderturnen (bis 4 Jahre) ist mindestens eine passive Mitgliedschaft des begleitenden Erwachsenen notwendig.

Passiv

6,50 €

6,50 €

**Aufnahmegebühr:**

20,00 €

10,00 €

Mutter-Vater-Kind-Turnen

10,00 €

Familie (ab 3 Personen)

30,00 €

Beitragseinzüge jeweils zum 1. eines Quartals

**Zahlungsweise:** vierteljährlich / halbjährlich / jährlich

Rechnungszahler zahlen 13 Beiträge. Die Mitgliedschaft beträgt mindestens 12 Monate.

Vereinsaustritte können erfolgen auf Grund schriftlicher Kündigung der Mitgliedschaft bei Einhaltung einer Frist von 6 Wochen zum 30.06. (15. Mai) bzw. 31.12 (15. November) eines Jahres.

**Mahnungen:** 6,50 €

**Änderungen/Irrtümer vorbehalten!**



# Spätester Abgabetermin

für die nächsten Vereinsnachrichten ist der

→ → → **15.06.2026** ← ← ←



Bitte alle Artikel als Word-Datei und die Fotos als angehängte jpg-Datei (Dateigröße über 1,5 MB) per e-Mail an [medienteam@tuskometarsten.de](mailto:medienteam@tuskometarsten.de) senden.

Kürzungen und Bearbeitungen vorbehalten.

## **Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.**

**Gegründet:** 1896 / Mitglied des LSB Bremen e.V.  
**Geschäftsstelle:** **Egon-Kähler-Str. 145, 28279 Bremen**  
Telefon (0421) 82 82 02-11/15 · Telefax (0421) 82 82 02-20  
E-Mail: [gs@tuskometarsten.de](mailto:gs@tuskometarsten.de) oder [info@tuskometarsten.de](mailto:info@tuskometarsten.de)  
**Öffnungszeiten: Mo. u. Do. von 15.30 - 18.30 Uhr**  
Katrin Hessenkemper, Melanie Busch  
Geschäftsstellenleiter: Lennard Vroom,  
E-Mail: [Lennard.Vroom@tuskometarsten.de](mailto:Lennard.Vroom@tuskometarsten.de), Tel. (0421) 82 82 02-21  
**Vereinsgaststätte:** (0421) 82 82 02-18  
**Festausschuss** E-Mail: [festausschuss@tuskometarsten.de](mailto:festausschuss@tuskometarsten.de)

### **Vorstand**

**Vorsitzender** Andreas Vroom, Tel. 82 12 33  
**Stellvertreter** Bernd Nehrhoff, Tel. 82 96 06  
**Stellvertreter** Dr. Bernward Fröhlingdsdorf, Tel. 82 41 01  
**Kassenwartin** Britta Körber, Tel. 87 18 261

### **Erweiterter Vorstand**

**Medienwart** Bernd Nehrhoff (komm.)  
**Technischer Leiter** Andree Pierach, Tel. 87 85 965  
**Schriftführer** Thomas Pfeiffer, Tel. 82 19 96  
**Festausschuss** Julia Franke Tel. 0160-70 80 879  
**Seniorenwart** Jörg Voigt, Tel. 82 51 49  
**Badminton** Holger Schöttmer, Tel. 01520-29 55 620  
**Basketball** Danny Petzold, Tel. 0172-1074291  
**Cricket** Vivek Bhandari Tel. 0179 90 26 290  
**Fechten** Joachim Hoops, Tel. 0162 91 91 683  
**Fußball** Björn Dopmann, Tel. 0174-18 56 810  
**Handball** Maxi Remer, E-Mail: [handball@tuskometarsten.de](mailto:handball@tuskometarsten.de)  
**Hundesport** Hermann Wichmann, Tel. 82 09 83  
**Judo** Alisa Reinhold, Tel. 01575 8409500  
**Ju-Jutsu** Jan-Philipp Koll, Tel. 69 67 88 - 0  
**Karate** Christian Umbach, Tel. 0179 - 47 95 945  
**Leichtathletik** Sandra Schwenke, Tel. 0160 - 83 82 525  
**Outdoor Fitness** Tammo Vroom, Tel. 0157-58767086  
**Tanzen** Jessica Zambrano, Tel. 01556-30 48 964  
**Tennis** Adrian Leu, Tel. 0173-6361910  
**Tischtennis** Ronald Mosch, Tel. 82 60 41  
**Turnen** Marina Streppel, Tel. 0170-10 65 743  
**Volleyball** Markus Schäffer, Tel. 04298-46 53 04  
**Wandern** Gregor Bitter, Tel. 0421 17 32 352  
**Sonstige Angebote**  
**Dart** Felix Niemeier Tel. 0173-87 24 178  
**Gewichtheben** Wilfried Hagedorn Tel. 0179-4924371  
**Ringen** Hadi Jahani Tel: 0176-61051879

**Impressum:**  
**Herausgeber:**  
**Verantwortlicher Redakteur:**  
**Bankverbindung:**  
  
**Spendenkonto:**  
  
**Gesamtproduktion/Anzeigen:**  
**Erscheinungsweise:**  
**Bezugspreis:**

Turn- und Sportverein Komet Arsten e.V.  
Ralf Lüdeker  
Sparkasse in Bremen  
IBAN DE20290501010010219889 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX  
Sparkasse in Bremen  
IBAN DE85290501010001144369 · SWIFT-BIC: SBREDE22XXX  
DruckMedia · [mail@druckmedia.de](mailto:mail@druckmedia.de) · Telefon (04207) 66 68 7-0  
Vierteljährlich im Quartal  
Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten



# FACTORY OUTLET

BIS ZU  
**60%**  
RABATT

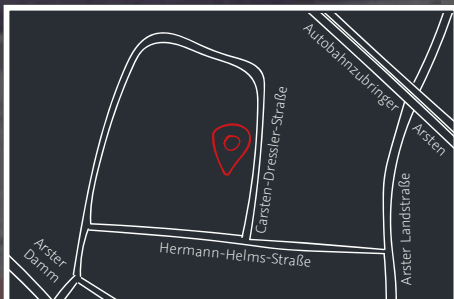
**PADDOCK'S**<sup>®</sup>



**redpoint**  
back to nature

**fransa**<sup>®</sup>

**PADDOCK'S - EINE BREMER MARKE MIT MODE AUS EIGENER HERSTELLUNG.**



Besuchen Sie das **PADDOCK'S OUTLET** und profitieren Sie von unseren exklusiven Angeboten und Sonderaktionen.

Carsten-Dressler-Straße 17, 28279 Bremen

MO-FR 10.00 - 18.00 Uhr  
SA 10.00 - 13.00 Uhr  
Telefon 0421 84 01 146

Gleich Termin  
**vereinbaren**

# Frühling startet auf Sommerreifen.

Die Winterräder haben ihren Dienst getan und die Temperaturen steigen wieder: Zeit für den Räderwechsel. Starten Sie sicher und komfortabel in die neue Saison mit einem professionellen Wechsel auf Ihre Sommerräder. Wir kümmern uns darum, dass Ihr Škoda bestens vorbereitet in die warmen Monate rollt.

**Hier geht's zur  
Terminvereinbarung:**

Škoda Bremen Schmidt + Koch GmbH  
Stresemannstraße 1-7, 28207 Bremen  
T 0421 4495-700, str@schmidt-und-koch.de



Autohaus Neustadt Schmidt + Koch GmbH  
Neuenlander Straße 440, 28201 Bremen  
T 0421 8710-0, neu@schmidt-und-koch.de



**[www.schmidt-und-koch.de](http://www.schmidt-und-koch.de)**