



Leuchtfeuer



DAS TUSMAGAZIN



- Ehrung ehrenamtlich Jugendlicher
ENGAGEMENT, EINSTELLUNG, ENERGIE
- FerienpassAktion
GELEGENHEIT, GEMEINSAMKEIT, GESELLIGKEIT
- Lauftreff erfolgreich
LAUFEN, LEIDEN, LACHEN
- VorstandsklausurTagung
EFFIZIENT, ERFOLGREICH, ENERGIEGELADEN



TuS Eversten e.V.
der Stadtteilverein

mein
Verein

Grußwort

Liebe Mitglieder,
Mitstreiterinnen, Mitstreiter
und Interessierte!

Herzlich willkommen beim
TuS Eversten.

Das „Leuchtfeuer“, das Vereinsmagazin der Monate Juli/August 2024, ist da.

Der neue Vorstand hat einen Tag lang getagt, um sich neu aufzustellen. Der Tag ist harmonisch, zielgerichtet und dabei zugleich Spaßvoll und effektiv verlaufen.

Anlässlich der Klausurtagung gibt es Gedanken über Ideen bezüglich einer grundsätzlichen Neuaufstellung des TuS Eversten.

Es erscheint geboten, Visionen und Ziele zu finden, die Grundlage für eine sinnvoll geplante und gesteuerte Vereinsarbeit bilden. Welche Vereinskultur wollen wir leben? Sind wir eine Solidargemeinschaft oder sind wir eher dienstleistungsorientiert unterwegs?

Für eine fundierte Betrachtung ist es vielleicht hilfreich zu wissen, dass ein Geselligkeitsverein, wie der Name schon sagt, großen Wert auf Geselligkeit und Tradi-

tion legt. Diesem Verein ist es zudem wichtig, seinen Mitgliedern zusätzlich ein breites Angebot im Breiten-, Reha-, Gesundheits- und Seniorensport zu unterbreiten.

Die alternative Ausrichtung stuft Vereinstradition, Geselligkeit und Gemeinschaft sowie außersportliche Angebote als sehr wichtig ein. Dagegen wären Angebote und Engagement im Leistungssport relativ unwichtig.

Eine weitere Variante wäre eine Leistungs-, aber auch Breitensportorientierung. Angebote im Leistungssport, aber auch Angebote im Breiten- und Reha- bzw. Gesundheitssport werden für bedeutend gehalten. Aspekte wie soziale Gemeinschaft, Tradition und Geselligkeit werden als relativ unwichtig eingestuft.

Leistungssportorientierte Vereine verfolgen dagegen neben Tradition und Geselligkeit in hohem

Maße eine leistungssportliche Ausrichtung. Talentförderung, Kaderschmiede sowie leistungssportliche Erfolge sind diesen Vereinen besonders wichtig.

Wo sieht der TuS sich? Will er gar ein mehrgleisig orientierter Verein sein? Allen Zielen in etwa die gleiche Wichtigkeit beimessen? Sind wir vielleicht sogar genau das?

Spannend, oder?

Auf geht's!

Zunächst aber erst wieder das „Leuchtfeuer“ lesen!

Auch mit diesem Heft hoffen wir, wieder Interessantes gefunden beziehungsweise zusammengestellt zu haben, und wünschen viel Spaß beim Lesen!

Harry Vogel





12 | Ehrung ehrenamtlich tätiger Jugendlicher



14 | FerienpassAktion/ BB-Camp



16 | Lauftreff erfolgreich



22 | Vorstands- klausurtagung



INHALT	Seite
GrußWort	2
BERICHTE/ INFORMATIONEN	
100jährige Eingemeindung Everstens	09
Ehrung ehrenamtlich tätiger Jugendlicher	12
Ferienpassaktion	14
Lauftreff erfolgreich unterwegs	16
Kickboxen im TuS Eversten	20
Vorstandsklausurtagung	22
Aufruf	23
Weißt du noch?	24
Sportangebote des TuS Eversten	28
Termine	31

In eigener Sache

*Liebe Sportkameradinnen, liebe Sportkameraden, liebe Eltern,
liebe Erziehungsberechtigte, liebe Interessierte,
der TuS-Info-Letter „Leuchtfeuer“ enthält wie immer Termine, Terminänderungen und Informationen rund um unseren Verein.*

*Viel Spaß beim Lesen wünscht
die TuS-Info-Letter
Redaktion*



Hinweis:

Wir wollen nach wie vor Kosten sparen und etwas für die Umwelt tun. Wenn also auch ihr euch für die elektronische Fassung des TuS-Info-Letters interessiert und unser Vorhaben unterstützen mögt, informiert darüber bitte die Geschäftsstelle:

*Gebt bitte Namen und
E-Mail-Adresse an.*

info@tus-eversten.de

*Gedruckte Ausgaben gibt es nur auf Anfrage in
der Geschäftsstelle!*

Danke für euer Verständnis!

Eure TuS-Info-LetterRedaktion

TuS Eversten e.V.



be ^{wegt}
^{lebt}
^{geistert}

Die Förderung der Lebenskompetenz junger Menschen steht bei der Arbeit im TuS Eversten im Vordergrund. Der Mensch mit seinen Stärken und Schwächen, mit seinen Gefühlen und Bedürfnissen ist der Mittelpunkt unseres Wirkens.

Ziel ist, neben sportlicher, ganzheitlicher Grundausbildung auch alternative Handlungsmöglichkeiten zu Sucht und Gewalt zu vermitteln und so die Kinder und Jugendlichen für ihr Leben in der Gemeinschaft zu stärken.

*Unter dem Stichwort **Lebenskompetenztraining** verstehen wir somit die ganze Persönlichkeit und die kann in viele Aktivitäten und Lebensbereiche einfließen.*

Seniorinnen und Senioren nehmen ebenfalls einen breiten Raum in unserem Verein ein. Sie sind ein unverzichtbarer Bestandteil unseres Vereinslebens, weil sie durch Erfahrung, Ruhe und Gelassenheit unsere Arbeit bereichern.

Wir vergessen auch nicht Mitmenschen mit Handicap. Auch ihnen wird ein Angebot unterbreitet, das sie an unserem Vereinsleben teilhaben lässt.

NachrichtenSplitter

Laufkurs für Wiedereinsteiger

Insgesamt 11 Termine, 2-mal die Woche!

Beginn: Montag, 9. September 2024, 18.00-19.00 Uhr

Ende: Donnerstag, 17. Oktober 2024, 18.00-19.00 Uhr,

Treffpunkt: Finnenlaufbahn, Sportpark Eversten, Tegelkamp 32

Kursleitung: Agnes Reiher, Dirk Spekker, Frank Lehnhof, Theo Kröger

Kosten: 50 Euro

Für Vereins- und Lauftreffmitglieder, die schon länger dabei sind, ist der Kurs kostenlos.



Wiedereinsteiger sind Läuferinnen und Läufer, die schon mal 20 Minuten ununterbrochen langsam laufen können. Ziel des Kurses ist, den Spaß am Laufsport zu fördern und bis zu eine Stunde ruhig und langsam laufen zu können. Die Länge der Strecke ist noch nicht ganz so entscheidend, denn die Ausdauer beim Laufen soll gemeinsam in der Gruppe trainiert werden. Kursinhalte sind Übungen aus dem Lauf-ABC, Verbesserung des Laufstils und läuferspezifische Dehn-, Koordinations- und Kräftigungsübungen. Dieser Kurs bietet auch die Möglichkeit zur Vorbereitung auf den 5 oder 10 km Lauf beim Oldenburg Marathon am 20. Oktober 2024.

18

LOKALSPORT

Walde führt Kreisverband weiterhin an

FOKKBALL-KREISVERBAND Vorsitzender in Marktholz Rodenkirchen einstimmig im Amt bestätigt

VON ROLF BULTMANN

RODENKIRCHEN - Ein auf fünf Perioden reduzierter 19. laufender Vorstand ist im kommenden Jahr schon der Kreisverband (KV) Rodenkirchen (KV) im Verband der Fußball-Kreisverbände (FKV) mit seinen 13 Vereinen und deren rund 1.500 Mitgliedern. Der Wahl des Vorstandes von Marktholz Rodenkirchen (M.R.) am Sonntag, 17. September, verlief ohne größere Überraschungen. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

18.09.2024, 7. August 2024
NORDHEIDE-ZEITUNG, 18. 181

Dieses Talent holt EM-Titel

FOKKBALL-KREISVERBAND Vorsitzender in Marktholz Rodenkirchen einstimmig im Amt bestätigt

VON ROLF BULTMANN

RODENKIRCHEN - Ein auf fünf Perioden reduzierter 19. laufender Vorstand ist im kommenden Jahr schon der Kreisverband (KV) Rodenkirchen (KV) im Verband der Fußball-Kreisverbände (FKV) mit seinen 13 Vereinen und deren rund 1.500 Mitgliedern. Der Wahl des Vorstandes von Marktholz Rodenkirchen (M.R.) am Sonntag, 17. September, verlief ohne größere Überraschungen. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt. Die Wahl der Mitglieder des Vorstandes wurde einstimmig bestätigt.

1. Herren Fußball!

Eversten lag in der vergangenen Saison lange auf Kurs in Richtung Bezirksliga. Im Schlussspurt ging der Mannschaft von Tom Agena aber die Luft aus. Ein 0:0 in Wiefelstede und ein deutliches 1:5 bei Meister Ohmstede bedeuteten schließlich das Aus im Kampf um den Aufstieg. Auch jetzt müssen die TSE-Spieler wieder die Favoritenbürde tragen.

Im Kreispokalspiel am vergangenen Sonntag konnte Eversten in der Offensive überzeugen und kam nach einer deutlichen Leistungssteigerung in der zweiten Halbzeit zu einem klaren 5:2-Erfolg beim Tus Bloherfelde (2. Kreisklasse).

Platz	Team	Tore	Punkte
1.	VfL Edewecht	31:10	15
2.	SV Gotano	29:9	15
3.	FC Nordenham	23:7	15
4.	SG Wangerland	18:9	15
5.	TuS Eversten	23:10	13
6.	SVE Wiefelstede	12:6	23
7.	SV Eintracht	14:12	23
8.	TuS Buppel	10:9	22
9.	VfL Wilhelmshaven	14:16	9
10.	FSV Jever	7:9	7
11.	FC Ohmstede	15:23	5
12.	SW Oldenburg	12:19	4
13.	SV Otterndiek	10:17	4
14.	TV Metjendorf	14:28	3
15.	WSC Frisia II	8:36	1
16.	SG Lehmden/Jaderberg	6:26	0

TuS Eversten startet wieder als Favorit in neue Kreisligasaison

FOKKBALL Fünf Oldenburger Mannschaften am Start – SVO, SV Eintracht und FC Ohmsted II kämpfen um Klassenerhalt

VON UDOPEP METZ

OLDENBURG - Im Fußballkreis der Kreisklasse II sind die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start. Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start.

Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start. Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start.



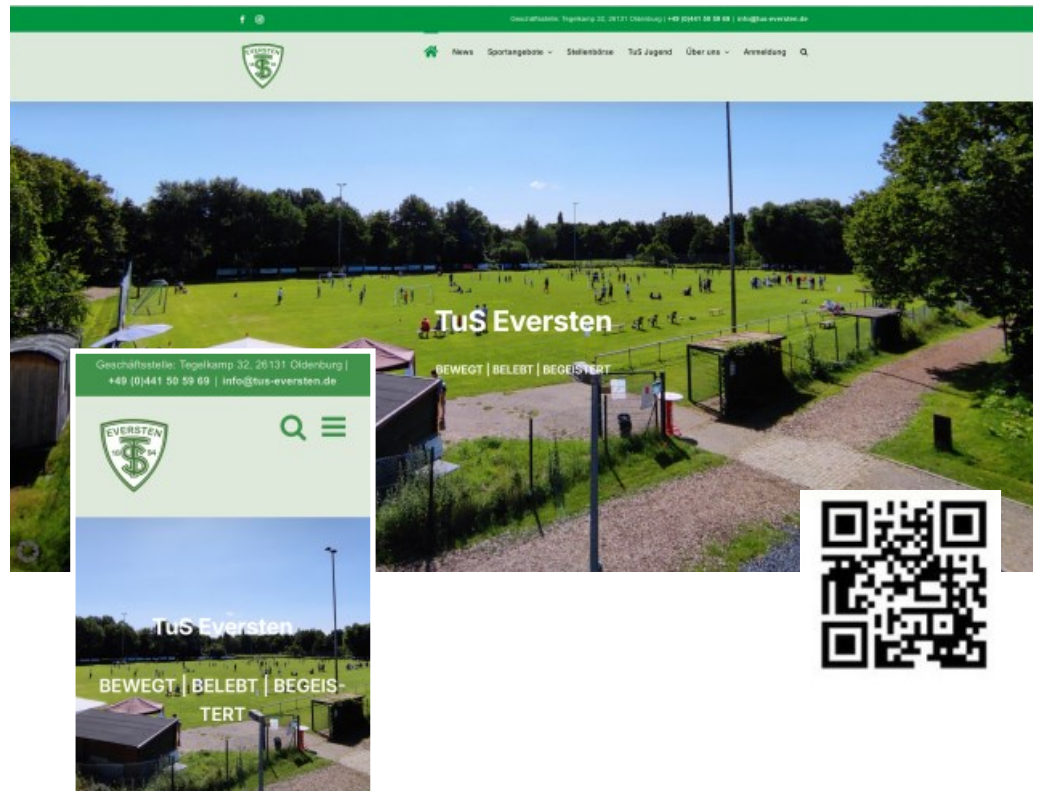
Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start. Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start.

Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start. Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start.

Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start. Die Mannschaften der TuS Eversten, des FC Ohmsted II, des SV Eintracht und des SVO am Start.

NachrichtenSplitter

Die neue Homepage
ist online!



Tag des Mädchenfußballs

Am 27.08.2024 veranstaltete die Fußballabteilung einen Tag des Mädchenfußballs. 44 Mädchen im Alter von 5-10 Jahren wurden von den Trainerinnen Annika, Greta, Marike, Annukka, Alma und Anna betreut!

Es waren 4 Stationen aufgebaut worden: ein Dribbelparcour, ein Slalom, eine Tor-schussstation und eine Passstation. Auf drei Spielfeldern wurden Fußballspiele ausgetragen. Die Mädchen wurden in 8 Teams aufgeteilt und hatten so die Möglichkeit, alles auszuprobieren. Es waren sowohl Vereinsmitglieder als auch Nichtmitglieder dabei, die vorher noch kein Fußball gespielt hatten.

Eine tolle Veranstaltung mit viel Spaß und Abwechslung!



NachrichtenSplitter

Kickboxen beim TuS Eversten

Ab Dienstag, dem 6. August 2024, beginnen wir das erste Mal beim TuS Eversten mit dem Training in der Sportart Kickboxen.

Das Training findet jeden Dienstagabend von 20:30 bis 22:00 Uhr in der Grundschulsporthalle am Hogenkamp, Wieselweg 1, 26131 Oldenburg statt.

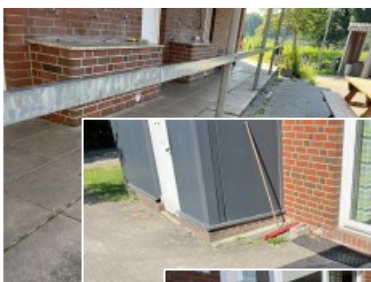
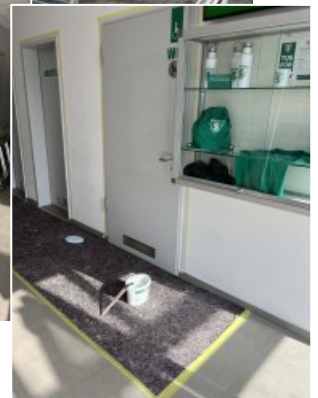


OldenburgMarathon!

Der diesjährige Oldenburg Marathon findet am 20. Oktober statt!
<https://oldenburg-marathon.de/>

Renovierung an vielen Ecken!

Der Sommer ist dafür genutzt worden, notwendige Renovierungen umzusetzen. Bisher: Platz, Umkleieräume Neu: 2Feldhalle, Schuhgang, Küche in der Grünen Halle!



Stadtteil Eversten feiert

JUBILÄUM - Vier Tage lang wurde an die Eingemeindung vor hundert Jahren erinnert

Der Saal im Stadthotel Oldenburg war sehr gut besucht als Bürgervereinsvorsitzende Petra Averbeck die Gäste begrüßte und die 100-Jahrfeier eröffnete. Natürlich wurde am ersten Abend der Feierlichkeiten auch zurückgeblickt. Wie sollte es auch anders sein, wenn ein 100-Jähriges gefeiert wird. Am 1. August 1924 war ein Teil der Großgemeinde Eversten in die Stadt Oldenburg eingemeindet worden. Der Blick ging aber immer mal wieder auch nach vorn. Oberbürgermeister Jürgen Krogmann wollte angesichts eines stetigen Wachstums der Stadt „für die Zukunft nichts ausschließen“, wenngleich er auch betonte, dass die Stadt in vielen Bereichen an ihre Grenzen stoße. Auch heute seien Gründe für ein zukünftiges auch flächenmäßiges Wachstum die Schaffung von Wohnraum und wirtschaftlicher Fortschritt. „Die Ofener, Petersfeher, Wahnbecker und Tungalner können aber ganz entspannt bleiben“, beruhigte der Oberbürgermeister die Nachbarn. Konkrete Pläne einer Erweiterung in diese Bereiche gäbe es zurzeit nicht.

Eversten selbst lobte er dahingehend, dass es ein „ganz wichtiges und entscheidendes Stück Oldenburgs“ sei. Der Stadtteil steche mit viel Lebensqualität, einer sicheren sozialen Vernetztheit und einem starken Vereinsleben hervor.

Im Bürgerverein wurde unter der Leitung von Petra Averbeck viel geplant und organisiert, bis ein von allen Mitstreiterinnen und Mitstreitern akzeptiertes Festprogramm stand. Hundert Jahre der Eingemeindung Everstens sollten natürlich gebührend gefeiert werden. Ziel war unter anderem, Menschen jeden Alters anzusprechen, um bei den über vier Tage dauernden Veranstaltungen möglichst eine hohe Beteiligung erzeugen zu können. Den Einstieg bildete der offizielle Festakt, bei dem neben Oberbürgermeister Jürgen Krogmann auch Dr. Jörgen Welp von der Oldenburgischen Landschaft mit einem Festvortrag zu Wort kam. Erste urkundliche Erwähnung gäbe es von einem Wilhelm von Eversen am 24. Februar 1253 und dem „frühesten zu greifenden Urvater des Hauses Eversten“ Wilhelm Frodewien. Wahrscheinlich sei es auch, dass die Herren von Eversten sich nach einem schon bestehenden Dorf benannt hätten und nicht umgekehrt.

Beim großen Sport- und Familienfest am zweiten Tag der Feierlichkeiten lud der TuS Eversten bei bestem Wetter zu viel Spaß und Spannung ein.

Die Werbegemeinschaft Eversten organisierte eine Radtour, bei der etwa 40 Teilnehmerinnen und Teilnehmer mitmachten. Den gelegentlichen Regenschauer zum Trotz gab es doch Vieles zu entdecken. „Mit dabei waren Kleinkinder und über 80-Jährige“, freut sich Hans-Georg Hess über die generationenübergreifende Tour, die gleich zu mehreren Zielen führte. Auf dem Bauernhof der Familie Boltes zeigte diese das Leben auf einem traditionellen und doch modernen Hof. Beim TuS Eversten präsentierte Vereinsvorsitzender Harry Vogel unter anderem die beiden Hallen, die Fußballplätze, die Finnenlaufbahn und die Sportbox. Bei der Feuerwehr führte Ortsbrandmeister Fred Ramke unterschiedlichste Einsatzwagen vor.

Überall gab es Getränke und kleine Snacks, bei der Feuerwehr fand schließlich das gesellige Abschlussgrillen statt. Beendet wurde das Festprogramm mit einem ökumenischen Gottesdienst in der Ansgari-Kirche. Dazu gab es festliche Klänge vom Posaunenchor.







Ehrung für ehrenamtlich tätige Jugendliche 2024



Die Ehrung für das „Junge Ehrenamt“ hat der Stadtportbund Oldenburg am 10. August 2024 auf der Bienenwiese in Ofen an der Stadtgrenze Oldenburgs unter Mitwirkung der Bürgermeisterin und Vorsitzenden des Sportausschusses im Stadtrat, Petra Averbeck, durchgeführt. Aus vielen Vereinen Oldenburgs wurden Jugendliche für die Auszeichnung nominiert und es wurde für jede Nominierung auch eine Begründung des jeweiligen Vereins vorgetragen. Vom Tus Eversten wurden Julia Kraut für ihr Engagement im Turnen für Kinder und Jugendliche sowie Lasse Fornfeist für seine langjährige Tätigkeit als Junior-Coach, Trainer und Organisator im Jugendfußball geehrt.

Die Veranstaltung wurde von allen Mitwirkenden und Geehrten als sehr gelungen bezeichnet. Die Beauftragte für den Bereich Jugend im Stadtportbund, Johanna Hilker, sagte abschließend:

„Ich bedanke mich sehr herzlich für die tolle Veranstaltung, die wir ohne eure Unterstützung so nicht hätten durchführen können. Wir sind sehr zufrieden und werden [...] diese Veranstaltung für die nächsten Jahre fortführen und noch weiter optimieren. Danke für euer Vertrauen in die Sportjugend!“



<https://www.picdrop.com/duoshot-fotografie/JAa6nSXscy>





Laudatio zur Nominierung von Julia Kraut

Der TuS Eversten freut sich, dass sich für sein Sportangebot viele junge Menschen ehrenamtlich engagieren und so vielen Menschen im Stadtteil eine sportliche Betätigung im Verein ermöglicht wird. Eine von ihnen ist Julia Kraut, die mit viel Begeisterung im Turnen aktiv ist.

Sie ist seit 2023 als Trainerin für Kinder und Jugendliche tätig und bietet ihnen Woche für Woche viele herausfordernde Übungen an den Turngeräten in den Everstener Sporthallen. Eine Anfängergruppe hat sie als Trainerin zu Aufführungen vor Publikum angeleitet und für die „Sternchen-Twinkels“ eine Choreografie entwickelt, mit der die Kinder bei der Turnshow des TuS

Eversten, beim Everstener Brunnenlauf und beim Sportsommer auf dem Schlossplatz in Oldenburg aufgetreten sind. Zudem unterstützt Julia auch beim Training der älteren Turnerinnen und Turner.

Doch nicht nur das Training und die Aufführungen und Wettkämpfe sind ihr Betätigungsfeld, sondern auch die Planung und Organisation der Veranstaltungen bis hin zum Nähen von Vorhängen für die Bühne. Auch bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen zur Werbung für den Sport im Verein ist Julia aktiv.

Der TuS Eversten freut sich, eine so engagierte junge Sportlerin in seinen Reihen zu haben und hat sie gerne nominiert für die Auszeichnung zum Tag des Jungen Ehrenamts 2024 des Stadtverbands Oldenburg.

Mit sportlichen Grüßen



Laudatio zur Nominierung von Lasse Fornfeist

Der TuS Eversten freut sich, dass sich für sein Sportangebot viele junge Menschen ehrenamtlich engagieren und so vielen Menschen im Stadtteil eine sportliche Betätigung im Verein ermöglicht wird. Einer von ihnen ist Lasse Fornfeist, der vor mehr als acht Jahren als Junior-Coach im Schul- und Kinderfußball aktiv wurde.

Er absolvierte seine erste Ausbildung im Sommer 2016 als 16-jähriger und setzte sie mit dem Erwerb einer C-Lizenz im Sommer des gleichen Jahres fort. Seine erste Trainertätigkeit übte er für die Fußballer der E-Jugend aus und aktuell trainiert er die B1-Jugend in der Landesliga Niedersachsen. Zudem war und ist er laufend aktiv als Betreuer von Ferien-Fußballcamps für Kinder und Jugendliche. Selber spielt er seit der E-Jugend beim TuS Eversten und ist aktuell Spieler der 1. Herrenmannschaft.

Auch in seinem schulischen/beruflichen Bereich spielt Sport eine große Rolle: Sein Abitur machte er am Gymnasium Eversten im Leistungskurs Sport und sein Freiwilliges Soziales Jahr absolvierte er bei

Werder Bremen mit der Leitung von Arbeitsgruppen im Ammerland, im Emsland und in Ostfriesland. Aktuell ist er Student für das Lehramt mit den Fächern Englisch und Sport.

Der TuS Eversten freut sich, einen so engagierten jungen Menschen in seinen Reihen zu haben und hat ihn gerne nominiert für die Auszeichnung zum Tag des Jungen Ehrenamts 2024 des Stadtverbands Oldenburg.

Mit sportlichen Grüßen
gez. Dirk Spekker

BasketballFerienPassAktionen 2024



Der Oldenburger Ferienpass hatte auch 2024 wieder einiges zu bieten: Mehr als 550 Veranstaltungen sorgten in den Sommerferien für Abwechslung bei den daheimgebliebenen Schülerinnen und Schülern. Bis Freitag, den 2. August, konnten alle noch freien oder wieder freigewordenen Plätze gebucht werden.

In diesem Jahr standen folgende Ferienpass-Angebote ganz vorne auf der Wunschliste: Ein Tag auf dem Flugplatz Westerstede-Felde mit Rundflug, Spiel und Spaß mit Ponys, Keramik und Töpfern, Waldspürnasen im Wildenloh, digitales Zeichnen am iPad, Mittelalter-Holzwerkstatt, Experimente mit Dynamik und Energie, Speckstein, Schmieden sowie viele weitere kreative Angebote.

Auch die Basketball-Ferienpass-Aktionen beim TuS Eversten standen hoch im Kurs.

Auf dem Gelände des Sportparks Eversten, hier vor allem in der 2Feldhalle am Tegelkamp, wurden Kids aus Oldenburg verschiedene basketballerische Ferienpass-Aktionen angeboten.

In einem Tagescamp für Mädchen und diversen Schnuppertrainingseinheiten wurden grundlegende Basketballfähigkeiten trainiert.

Höhepunkt war ein Übernachtungscamp für insgesamt 30 Kids im Alter von 8-13 Jahren. Mit einer Mischung aus etwas Training, 3x3-Wettbewerb, Olympia auf der Leinwand, Milchshakes, Pizza, Lagerfeuer, Basketballfilm verging die Zeit wie im Flug. Die drei Coaches Marvin, Gerrit und Fabian hatten die Horde gut im Griff. Eine rundum gelungene Veranstaltung für alle Beteiligten.



Lauftreff des TuS Eversten erfolgreich unterwegs!

05.07.2024

8. Brückenlauf in Bremen

Kevin Eisermann gewinnt den 10km Brückenlauf mit 32:07 Min in persönlicher Bestzeit. Helge Schweers wird Erster in seiner Altersklasse und Rolf Stamereilers Zweiter! Es war sehr windig, was für Brückenläufe eine zusätzliche Herausforderung darstellt - davon gab es reichlich!

10 km Lauf							
Männlich							
1.	1561	EISERMANN Kevin	1. m	00	1. M20	TuS Eversten	32:07 32:07
12.	9122	SCHWEERS Helge	12. m	63	1. M60	TuS Eversten	43:42 43:44
17.	9121	STAMEREILERS Rolf	17. m	62	2. M60	TuS Eversten	45:21 45:23

[Mehr anzeigen](#) Alle 128 Teilnehmer



02.08.2024

Ferien-Abendsportfest NLV/BLV Meisterschaft 10.000m - Delmenhorst

Sehr erfolgreich kamen unsere Läuferinnen und Läufer von den Landesmeisterschaften aus Delmenhorst zurück.

Ab sofort ist Eversten bekannt in Delmenhorst! Nicht nur der Stadionsprecher war begeistert!

Landesmeister Männer wurde Kevin Eisermann in persönlicher Bestzeit mit 31:55 Minuten.

Den 2. Platz AK 35 belegte Carsten Cordes in persönlicher Bestzeit von 35:05 Minuten.

Den 2. Platz AK 30 belegte Christine Dahmen mit 48:25 Minuten.

Den 2. Platz AK 60 belegte Helge Schweers mit 43:06 Minuten.



Das Besondere war, dass Kevin und Carsten im 4ten Lauf über 10km starten mussten. Kevin hatte noch keine Zeit beim NLV vorliegen, da er erst seit kurzem einen Startpass hat. Zudem hatte der Lauf sich noch weiter nach hinten geschoben. Als es dann endlich so um 21:20 Uhr losging, wurde es schon langsam dunkel. Aber das schien kein Problem zu sein, denn beide liefen sehr gleichmäßig ihre Runden. Wegen ihrer Laufstärke mussten beide alleine ihre Runden drehen. Kevin erregte nach einigen Runden Aufsehen. Konnte sich doch keiner vorstellen, dass so ein Schneller im 4ten Lauf startete. Teilweise lief er an die Rundenzeit von Sebastian Kohlwes heran. Das war bis zum Schluss sehr spannend.

Christine und Helge liefen ihre Rennen, obwohl es sehr warm war, auch erfolgreich durch.



17./18. 8.2024

37. Jever Fun Lauf in Schortens

Start-Ziel-Sieg des Landesmeisters von Delmenhorst auf der Bahn! Auch auf der Straße ist Kevin einfach nicht zu schlagen. Er gewann den 10km Lauf in persönlicher Bestzeit von 31:53 Minuten! Carsten kam als starker Vierter mit einer Zeit von 36:29 Minuten ins Ziel. Dazu gewann er in der AK M35. Frank brannte mit 37:59 Minuten eine neue persönliche Bestzeit in den Asphalt und gewann als Gesamt-Achter in seiner AK M45. Lars wurde ebenfalls mit neuer persönlicher Bestleistung in 38:12 Minuten in der AK M20 Dritter und Gesamt-Neunter. Auch Christine gewann als insgesamt zehntschnellste Frau nach langer Verletzungspause ihre AK M30 mit einer Zeit von 47:43 Minuten! Als Routinier war Dirk in der AK M70 vertreten und belegte dabei souverän den 2. Platz mit einer Zeit von 59:01 Minuten. Mit Emil waren wir auch auf den 5km vertreten. Er brachte starke 17:43 Minuten ins Ziel und wurde damit Zweiter MU18...

Die Teamwertung ging natürlich auch an den TuS Eversten!



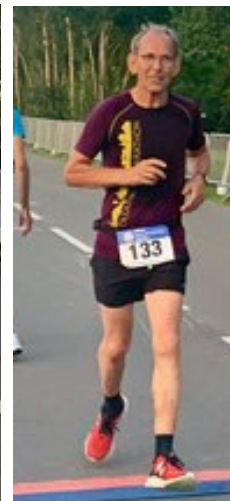
5 km Lauf								
Männlich								
9.	1635	KOZIOLEK Emil	9. m	07	2. MU18	TuS Eversten	17:43	17:44
							Mehr anzeigen	Alle 298 Teilnehmer
10 km Lauf								
Männlich								
1.	796	EISERMANN Kevin	1. m	00	1. M20	TuS Eversten	31:53	31:53
4.	436	CORDES Carsten	4. m	89	1. M35	TuS Eversten	36:28	36:29
8.	513	LEHNHOF Frank	8. m	78	1. M45	TuS Eversten	37:56	37:59
9.	590	TIEMANN Lars	9. m	95	3. M20	TuS Eversten	38:10	38:12
129.	576	SPEKKER Dirk	129. m	53	2. M70	TuS Eversten	59:01	59:07
							Mehr anzeigen	Alle 193 Teilnehmer
Weiblich								
10.	439	DAHMEN Christine	10. w	90	1. W30	TuS Eversten	47:35	47:43
							Mehr anzeigen	Alle 108 Teilnehmer



24. 8.2024

17. Hafenfestlauf in Barßel

Ein erfolgreicher und sonniger Abend beim Hafensportfest liegt hinter unseren Läuferinnen und Läufern. Es wurden viele Topplatzierungen erreicht! Nach dem Start über 10km blieb Carsten an Kevin dran. 5km liefen sie zusammen, danach liefen beide in ihrem Tempo weiter! Carsten verbesserte seine persönliche Bestzeit um 22 Sekunden. Kevin wurde Gesamtsieger. Platz 1 und Platz 2 TuS Eversten! Es ist lange her, dass es das mal gegeben hat. Beim 5km Rennen lief Lina ein tolles Rennen und wurde Gesamtzweite bei den Frauen und Erste in ihrer Altersklasse! Altersklassensiegerin Christine steigert sich von Woche zu Woche! Wir sind gespannt, wie weit es noch dieses Jahr geht! Theo gewohnt stark! Wenn er rennt, ist es immer der erste Platz in der AK. Nadine und Agnes nach längerer Verletzungspause wieder mit super Zeiten! Dirk ist in seiner Altersklasse immer unter den ersten Dreien zu finden! Fernando, der ja noch nicht so lange bei uns läuft, ist stark im Kommen! Wartet mal ab! So kann es weiterlaufen!



Platz	Name	Verein	Bruttozeit (Nettozeit)
1 (1. MHK)	Eisermann, Kevin	TuS Eversten	32:41 min (Netto: 32:41)
2 (1. M35)	Cordes, Carsten	TuS Eversten	34:43 min (Netto: 34:43)
47 (1. W30)	Dahmen, Christine	TuS Eversten	45:52 min (Netto: 45:48)
57 (1. M65)	Kröger, Theo	TuS Eversten	46:57 min (Netto: 46:53)
92 (2. M60)	Splittgerber, Thomas	TuS Eversten	50:34 min (Netto: 50:26)
116 (3. W45)	Jenrich, Nadine	TuS Eversten	52:59 min (Netto: 52:55)
165 (2. M70)	Spekker, Dirk	TuS Eversten	56:37 min (Netto: 56:37)
184 (14. M45)	Munoz Dittmer, Fernando	TuS Eversten	58:12 min (Netto: 58:02)
185 (4. W60)	Reiher, Agnes	TuS Eversten	58:20 min (Netto: 58:13)

KickBoxen beim TuS Eversten!

➤ *Ab wann kann ich dort Kickboxen betreiben?*

Am Dienstag, dem 6. August 2024, beginnen wir das erste Mal beim TuS Eversten mit dem Training in dieser Sportart.

➤ *Wo findet das Training statt?*

Das Training findet jeden Dienstagabend in der Grundschulsportthalle am Hogenkamp, Wieselweg 1, 26131 Oldenburg, statt.



➤ *In welcher Zeit wird das Training durchgeführt?*

Das Training wird jeweils in der Zeit von 20:30 bis 22:00 Uhr durchgeführt.

➤ *Welche Sportbekleidung benötige ich?*

Am Anfang reicht zunächst erst einmal normale Sportbekleidung. Wer schon eine entsprechende Kickboxausrüstung besitzt, darf diese selbstverständlich gerne nutzen. Die anderen können sich nach und nach eine entsprechende Ausrüstung kaufen.

➤ *Wer leitet das Training?*

Der Trainer heißt Uwe Wessels und ist ein sehr erfahrener Kampfsporttrainer und Schwarzgurtträger (Dan-Träger). Im Kickboxen verfügt er gut über 25 Jahre Erfahrung als Sportler, Kämpfer und auch als Trainer.



➤ *Wo ist diese Sportart überhaupt entstanden?*

Kickboxen, anfänglich auch „Full Contact“ (Karate) genannt, ist ein junger Kampfsport, der in den siebziger Jahren in den USA entstand. Vom Karate und auch vom Taekwondo übernahm man die Fußtrittstechniken. Die Fausttechniken stammen aus dem Boxsport.

➤ *Was für ein Kampfsport ist Kickboxen?*

Kickboxen ist eine Wettkampfsportart. Das heißt, dass hauptsächlich nur für das Wettkampfsystem im Kickboxen trainiert und vorbereitet wird. Es können und werden bei Bedarf auch Anwendungen in der Selbstverteidigung behandelt.



➤ *Welche Art von Techniken finden in diesem Sport ihre Anwendung?*

Vom Karate und auch vom Taekwondo übernahm man die Fußtrittstechniken. Die Fausttechniken stammen aus dem Boxsport.

➤ *Was gibt mir diese Sport persönlich?*

Kickboxen ist ein sehr intensives Training für den ganzen Körper. Kickboxer erreichen im allgemeinen einen sehr hohen Fitnessgrad.





Vor allem die Schnellkraft, die Kraftkondition, die Kurzzeitkondition, die Koordination und die Reaktionszeit werden sehr intensiv trainiert und gefördert.

➤ Kann ich mich mit Kickboxen auf der Straße verteidigen?

Kickboxen ist in erster Line ein Wettkampfsport. Natürlich ist ein

Kampfsportler einem Straßenschläger immer etwas voraus. Denn wie sagte Manfred Wolke: „Straßenschlägern begegnet man am besten mit Schulboxen“. Aber zur Wahrheit gehört auch, dass Kickboxen sich eben nur mit Schlag und Tritttechniken beschäftigt. Somit ist der reine Kickboxer für den Clinch-Kampf oder für den Bodenkampf schlicht nicht vorbereitet. In solch einem Fall ist es gut, wenn auch Jiu-Jitsu (Training am Donnerstagabend) und Judo (Training am Freitagnachmittag) Erfahrungen vorhanden sind.

➤ Wie steht es mit Moral und Ethik im Kickboxen?

Das Training erfordert eine sehr starke Disziplin und Selbstbeherrschung. Da die Trainierenden dazu angehalten werden,

bei jedem Training über sich selbst hinauszuwachsen. Auch das Trainieren im Übungskampf sowie im Wettkampf erfordert ein hohes Maß an Selbstkontrolle und Selbstbeherrschung. Denn ein wütender Kämpfer ist leicht zu besiegen, da er/ sie sich nicht unter Kontrolle hat und somit nicht kontrolliert und gezielt seine Techniken und Kampfstrategien anwenden kann.

Wir freuen uns darauf, mit dir zusammen die tolle Sportart Kickboxen zu erleben!!

PS.: weitere Informationen erhältst du bei dem Trainer und Autor des Textes Uwe Wessels unter der Tel.-Nr.: 0176 29546350.



SPORTANGEBOTE
BEIM TUS EVERSTEN

Wettkampfsport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
Badminton	Dienstag-Donnerstag	19.00 Uhr - 22.00 Uhr	Feststraße	O. Norkus
Jugendliche und/ oder Erwachsene	Freitag	20.00 Uhr - 22.00 Uhr	2Feldhalle H2	O. Norkus
Ballschule	Freitag	14.30 Uhr - 15.30 Uhr	2Feldhalle	F. Löhring
04 - 06 Jahre				
Basketball Herren- und Jugendbasketball				
Trainingszeiten bitte in der Geschäftsstelle erfragen oder auf den QR-Code klicken!				
Fußball Damen-, Herren- und Jugendfußball				
Trainingszeiten bitte in der Fußballabteilung erfragen (fussballobmann@tus-eversten.de)				
Geräturnen				
Kinder ab 5 - 8 Jahre - Anfänger	Samstag	09.30 Uhr - 11.00 Uhr	2Feldhalle	M. Lang
Kinder ab 6 - 7 Jahre - Anfänger	Montag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle	L. K...
Kinder ab 8 - 9 Jahre - Anfänger	Montag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle	L. K...
alle von 7 - 17 Jahre - fortgeschritten	Montag, Samstag	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	L. K...
Freizeitgruppe 7 - 17 Jahre	Donnerstag	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	L. K...
Erwachsenentraining				
Kinder-Abend				

Gesundheitssport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
die Mitte stärken Beckenbodengymnastik	Dienstag	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Gymnastikhalle V. Breier	
Faszientraining	Dienstag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle A. Sgraja	
Gleichgewicht/Koordination	Montag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle S. Konen	
KoronaSport Fußball	Mittwoch	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle S. Konen	
Nackenschule	Montag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	2Feldhalle H1 B. G...	
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Freitag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr		
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Mittwoch	09.30 Uhr - 11.00 Uhr		
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Mittwoch	09.30 Uhr - 11.00 Uhr		
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Mittwoch	09.30 Uhr - 11.00 Uhr		

Judo / Jiu-Jitsu / Kickboxen

Kickboxen

Jiu-Jitsu

Judo

Kickboxen

Jiu-Jitsu

Judo

Kickboxen

Jiu-Jitsu

Dienstag

Donnerstag

Freitag

20.30 Uhr - 22.00 Uhr

19.00 Uhr - 20.30 Uhr

16.00 Uhr - 17.30 Uhr

Hogenkamp

Hogenkamp

Hogenkamp

U. Wessels

U. Wessels

U. Wessels

Fitnesssport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
Bodystyling	Montag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	2Feldhalle H1	B. Wehmeyer
Bodystyling	Donnerstag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Gymnastikhalle I. Brandes	
Bodystyling	Donnerstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Gymnastikhalle I. Brandes	
Fit for Men	Freitag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	2Feldhalle H2	G. Holm-Scholten
Fit forever	Dienstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Gymnastikhalle B. Wehmeyer	
Funktionssport Frauen	Montag	19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Gymnastikhalle E. Splittgerber	
Senioren/innen & Senioren	Mittwoch	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle E. Splittgerber	
Senioren/innen / Funktionsgymnastik	Dienstag	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Gymnastikhalle V. Breier	
Senioren/innen / Funktionsgymnastik	Dienstag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle V. Breier	
Laufreff Jogging 8 km	Montag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Finnbahn	A. Reiter
Laufreff Tempotraining	Dienstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Unibad	R. Stamerleiers
Laufreff (11 bis 13 km)	Mittwoch	18.30 Uhr - 20.00 Uhr	Finnbahn	D. Speker
Laufreff (11 bis 13 km)	Freitag	09.00 Uhr - 10.30 Uhr	Finnbahn	U. Brandes
Laufreff (13 bis 25 km)	Sonntag	09.00 Uhr - 11.30 Uhr	Finnbahn	R. Stamerleiers
Mannefitness	Dienstag	19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Hauptstraße	H. Busch
Preilball Frauen	Donnerstag	20.30 Uhr - 21.00 Uhr	2Feldhalle H1	H. Margner
Step-Aerobic	Mittwoch	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Gymnastikhalle B. Amedick	
Walking	Montag/Mittwoch	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Finnbahn	Kann
Wandern	nach Absprache			A. Sgraja
Wassergymnastik nach Absprache	Dienstag/Donnerstag	09.00 Uhr - 11.30 Uhr	Unibad	Chantal, Mieke

VostandsWorkShop

Beim Workshop des Vorstandes Ende August stand neben einer notwendigen Neuaufstellung des Vorstandes ein Themenspeicher mit über 70 Schwerpunkten auf dem Plan. Man kann sich sicher vorstellen, dass für die Fülle der Themen eine Zeit von sieben Stunden kaum ausreichen kann.

Allein die Vorlage eines Organigramms konnte nicht abschließend behandelt werden. Hier hat sich der Vorstand die Hausaufgabe gegeben, dass jeder für seinen Bereich eine Ordnung nach aktuell notwendigen und nachgeordneten Aufgaben vornimmt. Weitere Absprachen und Abstimmungen werden also folgen.

Auch für über 70 Schwerpunktthemen war die Zeit einfach nicht ausreichend. Gut ist, dass die Themen auf dem Tisch liegen. Gut ist, dass man sich geeinigt hat, eine Clusterung vorzunehmen und Themen der Priorität A auf der nächsten Vorstandssitzung sukzessive anzugehen.

Neben allen Themen war die Stimmung verheißungsvoll. Eine effektive, konstruktive und teils auch ausgelassene Stimmung bestimmten den Tag, vor allem beim Schießen der Fotos!



Aufruf!!

*Der neue Vorstand hat einen Tag lang getagt,
um sich neu aufzustellen.*

*Eine Herausforderung ist allerdings schon früh
offensichtlich geworden. Es wird nötig sein,
dem neu gegründeten Redaktionsteam
mit Denise, Pia und Harry Unterstützung
zukommen zu lassen.*

*Bei aller Begeisterung, bei allem Know How
im Team wird zum Beispiel das „Leuchtfener“
nicht länger in seiner bisherigen
Form erscheinen können.*

*Aufgrund der neu angenommenen Herausforde-
rung des Vereinsvorsitzes sind die Aufgaben für
Harry nicht mehr wie bisher zu bewältigen.*

*An dieser Stelle also der Aufruf, die neue Redakti-
on zu unterstützen. Es gibt bestimmt die eine oder
den anderen in unserem Tus mit Interesse an Öff-
fentlichkeitsarbeit, mit Lust am Schreiben, am Fo-
tografieren, an grafischer Kommunikation oder
auch an Trendentwicklungen.*

Wir freuen uns auf Interessierte!



Weißt du noch?



WANDERN

Anfrage an den Vorstand in der Jahreshauptversammlung 1996:

"Wanderfreizeit im Fassatal Sommer 1996"

Der Fragesteller hat sicher inzwischen eine Antwort vom Vorstand erhalten.

Damit aber auch alle anderen bei der Versammlung anwesenden Personen informiert sind, möchte ich hier meine Antwort, so wie ich sie dem 1. Vorsitzenden Günter Meyer gegeben habe, zur Kenntnis bringen.

Nach der Rückkehr von unserer Wanderfreizeit im Fassatal 1993, hatten die Teilnehmer an mich, den Organisator, den Wunsch herangetragen, eine solche Freizeit noch einmal für sie zu wiederholen. Schon damals habe ich gesagt, daß das frühestens in drei Jahren, also 1996 sein könnte. Ebenso hatte ich gesagt, daß die Freizeit dann im Frühsommer sein und die Gruppe nicht wieder so groß werden sollte. Es waren damals 31 Personen.

Deshalb war es für mich selbstverständlich, zuerst die Teilnehmer von 1993 wieder einzuladen. Denn damit entsprach ich ihrem 1993 geäußerten und im Vereinsreport vom Oktober 1994 nachzulesenden Wunsch.

Nachdem sich von den ehemaligen Teilnehmern 22 Personen für die diesjährige Freizeit angemeldet hatten, waren nur noch sechs Plätze frei. Diese habe ich dann am 8. Dezember 1995 bei der Weihnachtsfeier der "Jedermann-Wandergruppe" angeboten. Am nächsten Tag bereits waren dann alle Plätze vergeben, so daß eine weitere Veröffentlichung nicht mehr erforderlich wurde.

Darüber war ich übrigens froh, denn es ist nicht immer einfach, genügend Teilnehmer zu gewinnen und die Fahrten kostendeckend zu gestalten.

Wohl auch deshalb versenden die Bus- und Reiseunternehmen ihre Fahrtenangebote vorab an die langjährigen Fahrgäste. Genauso wird es deshalb auch - und so seit 20 Jahren - bei unseren Skifreizeiten gehalten. Das weiß auch unser 1. Vorsitzender, denn auch er war ja schon ein paarmal dabei.

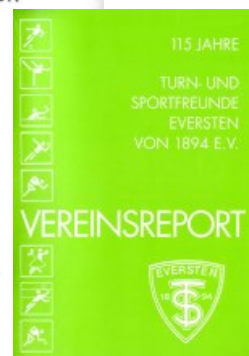
Gern hätte ich auf die gestellte Frage spontan geantwortet, aber eine starke Grippe hatte mich ans Haus gefesselt.

Daß auch die diesjährige Wanderfreizeit wieder ein voller Erfolg und ein schönes, gemeinsames Erlebnis war, ist in dem in dieser Ausgabe veröffentlichten Bericht von vier begeisterten Teilnehmerinnen nachzulesen.

Eitel Hesemeyer

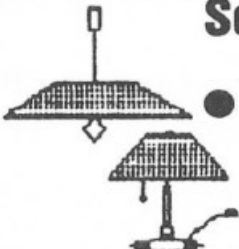


Kinderbrillen bei Brillen-Heß, Hauptstr.



Vereinsreport,
1996

Papierstau
Der Kopiersteg



Schirmanfertigung nach Ihren Wünschen.

● Reparatur von Klein- u. Großgeräten

Elektro- und Leuchtenhaus Lenz

Hundsmühler Straße 95
Telefon 04 41 / 50 37 07

Wandern beim 11. Landesturnfest in Stadt

Einer Einladung folgend nahm ich kurzentschlossen an einer Wanderung anlässlich des 11. Landesturntages teil. Eingeladen hatte mein langjähriger Wanderfreund Günter Gellfahrt. Als Kreiswanderwart war er verantwortlich für die Organisation aller 17 Wanderungen. Daß er dieser Aufgabe gut gewachsen war, zeigte der hervorragende Verlauf der Wanderungen. Dieses zu beobachten war der eigentliche Grund meiner Teilnahme.

Die Wanderung, an der ich teilnahm, führte durch blühende Apfelplantagen – die Kirschblüte war schon vorbei – zu einem Obsthof. Hier erhielten wir neben dem frisch gepreßten Apfelsaft auch viele Informationen über den Obstanbau. Nach der Pause kam eigentlich der schönste Teil der Wanderung. Jetzt führte der Weg fast immer auf dem Deich der Luhe entlang, vorbei an den schönen, typischen und sehr gepflegten Häusern des Alten Landes. Der Weg verlief bis zur Mündung der Luhe in die Elbe. Die letzten Kilometer wanderten wir dann auf dem Elbe-Deich zurück zum Ausgangspunkt.

Während der Pausen auf dem Obsthof, an der Luhe-Mündung, am Parkplatz, wo wir auch hinkamen, der Organisator G.G. war schon da. So hielt er ständigen Kontakt mit den einzelnen Wandergruppen und deren Führern.

Im Jahr 2000 wird das Landesturnfest hier bei uns in Oldenburg stattfinden. Da wird es für unseren Kreiswanderwart Erich Diers sehr viel Vorbereitungsarbeit geben. Hoffen wir, daß ihm dabei alle Wanderwarte der Oldenburger Vereine helfend zur Seite stehen.

Eitel Hesemeyer



schumacher : Heizung
heizungsbau : Lüftung
: Klima
: Service

Hans-Georg Schumacher · Heizungsbauermeister

Mutzenbecherstraße 10 · 26131 Oldenburg
Telefon 04 41 / 50 80 02 · Fax 04 41 / 50 80 02

115 JAHRE

TURN- UND
SPORTFREUNDE
EVERSTEN
VON 1894 E.V.

VEREINSREPORT



Vereinsreport,
1996

**OLDENBURGER
MARATHON**
VEREIN E.V.



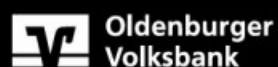
Bild: Fotografie Björn Knölke

SO., 20.10.2024 OLDENBURG MARATHON

EWE MARATHON | ÖFFENTLICHE HALBMARATHON | AZO STAFFEL-HALBMARATHON
10 KM VOLKSBANK CITYLAUF | 5 KM MÜLLER & EGERER LAUF | REWE KINDER-MEILENLAUF



EWE



AZO



REWE





TuS EVERSTEN E.V.
der Stadtteilverein

**NEUE
GRUPPE!!**

KickBoxen

beim TuS Eversten

- **SCHATTENBOXEN**
- **PRATZENTRAINING**
- **BOXSACKTRAINING**
- **SPARRING**

- **ZEIT:** dienstags ab 20.30 Uhr
- **ORT:** Sporthalle Hogenkamp

**SELBST-
VERTEI-
DIGUNG**



**FITNESS
REAKTION
KONDITION**



**ICH
STÄR-
KUNG**

START IST AM 06.08.2024 UM 20.30 UHR

Weitere Informationen:

Trainer: Uwe Wessels
ab wann: 06. August 2024
Handy: 017629546350

TuS EVERSTEN E.V. - OLDENBURG | TEGELKAMP 32 | 26131 OLDENBURG

FON: 0441/ 505969 | E-MAIL: INFO@TUS-EVERSTEN.DE

INTERNET: WWW.TUS-EVERSTEN.DE





Wettkampfsport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
Badminton				
Jugendliche und/ oder Erwachsene	Dienstag+Donnerstag	19.00 Uhr - 22.00 Uhr	Feststraße	O. Norkus
Jugendliche und/ oder Erwachsene	Freitag	20.00 Uhr - 22.00 Uhr	2Feldhalle H2	O. Norkus
BallSchule				
04 - 06 Jahre	Freitag	14.30 Uhr - 15.30 Uhr	2Feldhalle	F. Lühring
Basketball Herren- und Jugendbasketball				
Trainingszeiten bitte in der Geschäftsstelle erfragen oder auf den QR-Code klicken!				
Fußball Damen-, Herren- und Jugendfußball				
Trainingszeiten bitte in der Fußballabteilung erfragen (fussballobmann@tus-eversten.de)!				
Geräturnen				
Kinder ab 5 - 8 Jahre - Anfänger	Samstag	09.30 Uhr - 11.00 Uhr	2Feldhalle	M. Lang
Kinder ab 6 - 7 Jahre - Anfänger	Montag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle	J. Kraut, L. Murer
Kinder ab 8 - 9 Jahre - Anfänger	Montag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle H2	A. Sgraja/ M. Lang
alle von 7 - 17 Jahre - fortgeschritten	Montag, Samstag	17.00 Uhr, 11.00 Uhr	2Feldhalle H2	A. Sgraja/ M. Lang
Freizeitgruppe 7 - 17 Jahre	Donnerstag	16.00 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	M. Lang
Erwachsenentraining	Dienstag	20.00 Uhr - 22.00 Uhr	2Feldhalle	M. Lang
Kinder-Abenteuerturnen				
Abenteuerturnen 3 - 7 Jahre	Dienstag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle	U. Dorn-Beravat
Abenteuerturnen 3 - 7 Jahre	Dienstag	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	U. Dorn-Beravat
Eltern-Kind-Turnen				
1 - 3 Jahre	Mittwoch	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	2Feldhalle	A. Sgraja
1 - 3 Jahre	Mittwoch	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	A. Sgraja
HipHop				
Kinder von 7-10 Jahren	Montag	15.30 Uhr - 16.30 Uhr	Gymnastikhalle	I. Schmidt
Teens ab 11 Jahren	Montag	16.30 Uhr - 17.30 Uhr	Gymnastikhalle	I. Schmidt
Contemporary Kinder ab 8 Jahren	Mittwoch	15.30 Uhr - 16.30 Uhr	Gymnastikhalle	I. Schmidt
BauchBeinePo/ Contemporary ab 18 Jahren	Montag	20.30 Uhr - 21.30 Uhr	Gymnastikhalle	I. Schmidt
Judo / Jiu-Jitsu / Kickboxen				
Kickboxen	Dienstag	20.30 Uhr - 22.00 Uhr	Hogenkamp	U. Wessels
Jiu-Jitsu	Donnerstag	19.00 Uhr - 20.30 Uhr	Hogenkamp	U. Wessels
Judo	Freitag	16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Hogenkamp	U. Wessels
Leichtathletik Hallentraining				
Kinder (nur im Winter)	Donnerstag	16.30 Uhr - 18.00 Uhr	2Feldhalle	H. Möller
Kinder	Samstag	14.30 Uhr - 16.00 Uhr	Hauptstraße	H. Möller
Sommertraining und Sportabzeichen von April bis September im Marschwegstadion				
Erwachsene Sportabzeichen	Donnerstag	ab 18.00 Uhr	Marschweg	H. Möller
Tischtennis				
Jugendtraining	Montag	17.30 Uhr - 19.00 Uhr	Hogenkamp	T. Postels
Erwachsenentraining	Montag und Mittwoch	19.00 Uhr - 22.00 Uhr	Hogenkamp	M. Bruns
	Freitag	19.00 Uhr - 22.00 Uhr	Hauptstraße	M. Bruns
Trampolin				
Freizeitgruppe ab 7 Jahre	Mittwoch&Freitag	16.00 Uhr - 17.30 Uhr	Feststraße	M. Lang
Volleyball				
Erwachsene Best Ager	Montag	20.30 Uhr - 22.00 Uhr	Hauptstraße	J. Luhmann
Erwachsene Mixed (Liga)	Dienstag	20.30 Uhr - 22.00 Uhr	Feststraße	B. Niggemeyer
Beach-Volleyball (Sommermonate)	Donnerstag	ab 18.00 Uhr	Feststraße	B. Niggemeyer

Geschäftsstelle: Montag bis Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr sowie Montag und Donnerstag: 17.00 - 19.00 Uhr

Seite 1 von 2



Gesundheitssport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
die Mitte stärken BeckenbodenGymnastik	Dienstag	17.00 Uhr - 18.00 Uhr	Gymnastikhalle	V. Breier
Faszientraining	Dienstag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle	A. Sgraja
Gleichgewicht/Koordination	Montag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
Gleichgewicht/Koordination	Mittwoch	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
KoronarSport Fußball	Montag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	2 Feldhalle H1	B. Garmann
Nackenschule	Freitag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle	E. Splittgerber
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Mittwoch	08.15 Uhr - 09.00 Uhr	Gymnastikhalle	V. Breier
Stabile Wirbelsäulengymnastik Frauen	Mittwoch	09.00 Uhr - 09.45 Uhr	Gymnastikhalle	V. Breier
Stabile Wirbelsäulengymnastik Männer	Donnerstag	16.00 Uhr - 17.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
Stuhlgymnastik	Freitag	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Gymnastikhalle	E. Splittgerber
Yoga	Montag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Gymnastikhalle	A. Sgraja
Yoga	Freitag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle	A. Sgraja
Rehabilitationssport mit Verordnung		Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
Ambulante Herzgruppe (ÜG)	Donnerstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	2Feldhalle H2	A. Sgraja
Orthopädie	Montag	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
	Montag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
	Montag	12.00 Uhr - 13.00 Uhr	Gymnastikhalle	A. Sgraja
	Dienstag	10.30 Uhr - 11.00 Uhr	UniBad	M. Wenning
	Donnerstag	08.30 Uhr - 09.00 Uhr	UniBad	C. Behrens
	Donnerstag	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
	Donnerstag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
	Donnerstag	11.00 Uhr - 12.00 Uhr	Gymnastikhalle	S. Konen
	Donnerstag	20.15 Uhr - 21.00 Uhr	Gymnastikhalle	A. Sgraja
Fitnesssport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
Bodystyling	Montag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	2Feldhalle H1	B. Wehmeyer
Bodystyling	Donnerstag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Gymnastikhalle	I. Brandes
Bodystyling	Donnerstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Gymnastikhalle	I. Brandes
Fit for Men	Freitag	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	2Feldhalle H2	G. Holtm-Scholten
Fit forever	Dienstag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Gymnastikhalle	B. Wehmeyer
Funktionsgymnastik Frauen	Montag	19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Gymnastikhalle	E. Splittgerber
Seniorinnen&Senioren	Mittwoch	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle	E. Splittgerber
Seniorinnen/ FunktionsGymnastik	Dienstag	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Gymnastikhalle	V. Breier
Seniorinnen/ FunktionsGymnastik	Dienstag	10.00 Uhr - 11.00 Uhr	Gymnastikhalle	V. Breier
Lauftreff Jogging 8 km	Montag	19.00 Uhr - 20.00 Uhr	Finnbahn	A. Reiher
Lauftreff Tempotraining	Dienstag	19.00 Uhr - 20.30 Uhr	Uni Wechloy	R. Stamereilers
Lauftreff (11 bis 13 km)	Mittwoch	18.30 Uhr - 20.00 Uhr	Finnbahn	D. Spekter
Lauftreff (11 bis 13 km)	Freitag	09.00 Uhr - 10.30 Uhr	Finnbahn	U. Brandes
Lauftreff (13 bis 25 km)	Sonntag	09.00 Uhr - 11.30 Uhr	Finnbahn	R. Stamereilers
Männerfitness	Dienstag	19.30 Uhr - 20.30 Uhr	Hauptstraße	H. Busch
Prellball Frauen	Donnerstag	20.30 Uhr - 21.00 Uhr	2Feldhalle H1	H. Margner
Step-Aerobic	Mittwoch	18.00 Uhr - 19.00 Uhr	Gymnastikhalle	B. Amedick
Walking	Montag/Mittwoch	09.00 Uhr - 10.00 Uhr	Finnbahn	Karin
Wandern	nach Absprache			A. Sgraja
Wassergymnastik nach Absprache	Dienstag/Donnerstag	09.00 Uhr - 11.30 Uhr	UniBad	Chantal, Mieke

Geschäftsstelle: Montag bis Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr sowie Montag und Donnerstag: 17.00 - 19.00 Uhr

Seite 2 von 2



Wir unterstützen die Fußballabteilung des TuS Eversten e.V.





Basketball

Wettkampfsport	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleitung
BallSchule				
04 - 06 Jahre	Freitag	14.30 Uhr - 15.30 Uh	2Feldhalle	F. Lühring
Basketball				
Erwachsene	Montag	20.30 Uhr - 22.00 Uh	Feststraße	M. Husmann
Erwachsene	Mittwoch	20.30 Uhr - 22.00 Uh	2Feldhalle	M. Husmann
U 08 (6-7 Jahre)	Mittwoch	16.15 Uhr - 17.30 Uh	Staakenweg	F. Lühring/ C. Kluck
	Freitag	15.00 Uhr - 16.00 Uh	2Feldhalle	
	Samstag	11.00 Uhr - 12.00 Uh	2Feldhalle	
U 10 (7-9 Jahre)	Mittwoch	16.15 Uhr - 17.30 Uh	Staakenweg	F. Lühring/ C. Kluck
	Freitag	15.30 Uhr - 16.45 Uh	2Feldhalle	
	Samstag	11.00 Uhr - 12.00 Uh	2Feldhalle	
U 10 Fortgeschrittene (7-9 Jahre)	Dienstag	16.30 Uhr - 17.30 Uh	Staakenweg	F. Lühring
	Mittwoch (14tägig)	16.00 Uhr - 17.30 Uh	Hogenkamp	
	Freitag	15.30 Uhr - 17.00 Uh	2Feldhalle	
	Samstag	12.00 Uhr - 13.30 Uh	2Feldhalle	
U 12 (9-11 Jahre)	Dienstag	16.30 Uhr - 17.45 Uh	Staakenweg	F. Lühring
	Freitag	16.45 Uhr - 18.00 Uh	2Feldhalle	
	Samstag	12.00 Uhr - 13.30 Uh	2Feldhalle	
	Dienstag	17.45 Uhr - 19.00 Uh	Staakenweg	
U 12 Fortgeschrittene (9-11 Jahre)	Mittwoch (14tägig)	16.00 Uhr - 17.30 Uh	Hogenkamp	F. Lühring
	Freitag	15.30 Uhr - 17.00 Uh	2 Feldhalle	
	Samstag	12.00 Uhr - 13.30 Uh	2 Feldhalle	
	Dienstag	17.45 Uhr - 19.00 Uh	Staakenweg	
U 14	Mittwoch	17.00 Uhr - 18.00 Uh	2Feldhalle	T.Hoerstebroek
	Freitag	16.45 Uhr - 18.00 Uh	2Feldhalle	
	Samstag	12.00 Uhr - 13.30 Uh	2Feldhalle	
	Dienstag	17.45 Uhr - 19.00 Uh	Staakenweg	
Basketball für Mädchen	Montag&Donnerstag	16.30 Uhr - 17.30 Uh	Staakenweg	I. Janusevicene

Geschäftsstelle: Montag bis Donnerstag: 09.00 - 12.00 Uhr sowie Montag und Donnerstag: 17.00 - 19.00 Uhr

Was?	von / am	bis	Uhrzeit
Laufkurs für Wiedereinsteiger	09.09.2024	17.10.2024	Mo&Do, 18.00
Imagefilmdreh	21.09.2024		
FußballCamp	02.10.2024	06.10.2024	
BasketballCamp	07.10.2024	11.10.2024	
OldenburgMarathon	20.10.2024		

„Sportlich aktiv –
präventiv handelnd“
beziehungsweise junge
Menschen in ihrer Entwicklung
zu unterstützen ist das
Aufgabenfeld, in dem sich
viele von uns wiederfinden.
Einen Spannungsbogen zu
installieren, bei dem die
Förderung oder
Nachwuchsarbeit mit den
Interessen der Kinder und
Jugendlichen korrespondiert,
sollte immer wieder unser
Antrieb sein.



TuS-Info-Letter-Redaktion: Harry Vogel
TuS Eversten e.V. - Oldenburg
Tegelkamp 32
26131 Oldenburg
☎ +49 441/ 505969
✉ info@tus-eversten.de
🌐 www.tus-eversten.de
Juli/August 2024
Titelfoto: TuS Vorstandsklausurtagung



Papierstau
Der Kopiershop

Cloppenburger Straße 94, 26135 Oldenburg
Druckdaten bitte an: papierstau@arcor.de



Der **Gesundheitssport** beim TuS Eversten wurde mit dem Gütesiegel **SPORT PRO GESUNDHEIT** ausgezeichnet.



Der **Gesundheitssport** will möglichst alle die physischen Ressourcen stärken, die unmittelbar zur Problemlösung in Bezug auf Risikofaktoren benötigt werden und die zur allgemeinen Verbesserung der Lebensqualität beitragen. Ziel ist es, möglichst viele in Bewegung zu bringen, um die positiven Effekte von Sport und Bewegung zu erfahren. Neben körperlicher Konstitution geht es gleichermaßen um die Psyche und das soziale Leben. Gesundheitssport stellt die Basis für einen lebenslangen aktiven Lebensstil für alle Generationen dar.



FitnessSport beinhaltet vor allem die Bereiche Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Kraft, aber auch EntspannungsTraining und fördert oder erhält die individuelle körperliche Leistungsfähigkeit. Neben traditionellen Aktivitäten der „funktionellen Gymnastik“ zählen ebenso Pilates, Yoga, FunktionsTraining sowie auch aktuelle Fitnesstrends zum Fitnessraining. Die Angebote und Kurse im FitnessSport zeichnen sich durch motivierende, kurzweilige Inhalte sowie abwechslungsreiche Rahmenbedingungen wie Geräte, Materialien, Musik, Natur etc. aus.



Der **Mannschaftsport** bezeichnet die Arten von Sport, in denen nicht einzelne Individuen gegeneinander antreten, sondern in bestimmter Weise strukturierte Gruppen, so genannte Mannschaften.



Der **IndividualSport** umfasst Sportarten, deren Ausübung überwiegend auf den Leistungen des Individuums basieren und die nicht primär in Mannschaften organisiert sind. Hierzu zählen unter anderem Geräturnen, Leichtathletik, Schwimmen, Badminton, Tischtennis und auch der Kampfsport.



Im **KinderSport** sollen Kinder neben der intensiven Schulung sportlicher Koordination und Vielseitigkeit lernen, sich im Sinne einer positiven Persönlichkeitsentwicklung auch außerhalb der Familie zu behaupten. Im Sportverein kann der Nachwuchs unter anderem seine Fähigkeiten und Grenzen ausloten. Auch der Umgang mit Erfolg und Misserfolg wird erprobt.