



# TuS Bothfeld 04

Wir bewegen Bothfeld

## Neues vom TuS: Februar 2025

Liebe Mitglieder, liebe Sportbegeisterte,  
der Februar ist da! Zeit, neue Ziele anzugehen und gemeinsam aktiv zu bleiben. Lasst uns diesen Monat voller Energie und Begeisterung erleben!

Sportliche Grüße,  
Euer Team vom TuS Bothfeld

### Rückblicke

- Training mit Koray Ayar - Handball - 30.12.2024
- TuS Show - Video - Rückblicke
- Erfolgreiches Wochenende für unsere Jugendteams! - 18.01.,19.01.2025
- Netzwerktreffen - Respekt Vereint! - 22.01.2025

### Termine und Ankündigungen

- **Schließt Euch der Menschenkette und der Kundgebung an! Gemeinsam setzen wir ein Zeichen und stoppen den Rechtsruck! - 08.02.2025, 12:00 Uhr, Ernst-August-Platz / Opernplatz.**

- **Am 23. Februar 2025 findet die Bundestagswahl statt - der TuS Bothfeld 04 ruft zur Teilnahme auf!**
- **Mitgliederversammlung - 28.02.2025 19:30Uhr**
- Faustball Schnupperwochen
- 10. Bothfelder Crosslauf der Leichtathletik - 01.03.2025
- Sportabzeichentermine 2025

## Aktuelles im Verein

- Erinnerung - Hannover Aktiv-Pass 2025
- Übungsleiter\*in für Sitzgymnastikgruppe und Gymnastikgruppe +50 gesucht
- BFD´ler\*in und/oder FSJ´ler\*in 2025/2026 gesucht
- Unser Kooperationspartner, die DMSG sucht zu sofort eine Teamassistentin für die Landesgeschäftsstelle

## Über uns

- Interview - Bundesfreiwilligendienstler (BFD´ler) 2024/2025

## Neue Kurse

- Autogenes Training
- Yoga
- Zumba Gold

## Freie Plätze in laufenden Kursen

- Pilates - Fortgeschrittene
- Nordic Walking
- Lungensport
- Kickboxfitness
- Funktionstraining
- Babys in Bewegung

# Rückblicke

# Training mit Koray Ayar - 30.12.2024 Handball



Kurz bevor ein tolles Jahr 2024 zu Ende ging, gab es für unsere männliche E1 noch ein ganz besonderes Highlight: Am 30.12.2024 kam Recken-Star Koray Ayar zu uns in die Bothfelder Sporthalle, um ein 90-minütiges Training zu leiten.

Es war eine intensive Einheit mit Koordinationstraining, Wurfübungen und einem spannenden Abschlusspiel. Immer wieder unterbrochen vom Coach, um gute Tipps und taktische Hinweise zu geben. Unsere Jungs waren hoch motiviert und offensichtlich begeistert vom Training beim Profi-Handballer. Zum Abschluss konnten die Kids noch viele Fragen an den Recken loswerden. Auch Zeit für Autogramme und Fotos gab es genug.

Das hat richtig viel Spaß gemacht und nicht nur die Kinder, sondern auch die Eltern und das Bothfelder Trainerteam waren begeistert! Wir bedanken uns ganz herzlich bei Koray Ayar für dieses tolle Erlebnis!

Text und Bild: Caspar

# Video Rückblick vom TuS SHOW 2024

**Ein unvergesslicher Abend!** Unsere Show war ein voller Erfolg! Mit beeindruckenden Auftritten, spannender Story und tollen Lichteffekten haben unsere Gruppen das Publikum begeistert.

Für alle, die nicht live dabei sein konnten – hier zwei Videos mit Highlights der Show!

SHOW

Vorbereitung

## Erfolgreiches Wochenende für unsere Jugendteams! - 18.01,19.01.2025



Am vergangenen Wochenende (18.01,19.01.2025) konnten unsere **Handball-Nachwuchsteams** mit beeindruckenden Leistungen



glänzen.

Unsere **Mini A** erzielte beim Turnier in Immensen drei souveräne Siege und beeindruckte mit starkem Teamspiel. Auch die **Mini A II** glänzte beim Heimturnier mit drei klaren Siegen, darunter ein Spiel ohne Gegentor!

Unsere **männliche E1** sicherte sich beim TSV Anderten nach einem spannenden Spiel einen verdienten 30:24-Auswärtssieg und zeigte eine starke Teamleistung.

Herzlichen Glückwunsch an alle Teams – wir sind stolz auf Euch!

## Netzwerktreffen - Respekt Vereint! - 22.01.2025

Am 22. Januar fand das erste Respekt-Vereint-Treffen des Jahres beim Stadtsportbund statt. Viele der dazugehörigen Vereine kamen zusammen, um Ideen und Termine auszutauschen. Der TuS Bothfeld 04 war als Gründungsmitglied von Anfang an dabei und engagiert sich seitdem aktiv für Fairness, Respekt und Zusammenhalt im Sport.

Besonders gefreut haben wir uns, den **TuS Ricklingen** als neuen Verein in unserem Netzwerk willkommen zu heißen. Der Verein lebt die Werte von Respekt Vereint bereits seit Langem vorbildlich und bringt wertvolle Erfahrungen und Ideen mit.

Ein herzliches Willkommen geht auch an **Stefanie Wehling** vom SSB, die im Rahmen der Koordinierungsstelle für Sport und Geflüchtete unser Team verstärken wird.

Im Rahmen des Treffens haben wir verschiedene Möglichkeiten besprochen, wie wir das Netzwerk weiterentwickeln und unsere Vision noch sichtbarer machen können. Geplant ist die Entwicklung eines Leitbilds, das unsere Werte klar definiert und nach außen trägt. Darüber hinaus möchten wir regelmäßige Treffen vereinbaren, um den Austausch zwischen den Vereinen zu fördern und die Idee von Respekt Vereint weiter zu verbreiten.

Wir freuen uns auf die nächsten Schritte und die gemeinsame Arbeit!

Stadtsportbund Hannover

# Termine und Ankündigungen

# TuS Bothfeld 04 ruft zur Teilnahme an Bundestagswahl auf - 23.02.2025

Unter dem Motto "**Demokratie im Sport - Demokratie in der Politik**" ruft der LSB seine Mitgliedsvereine und Verbände zur Teilnahme an der Bundestagswahl am **23.02.25** auf. Der TuS Bothfeld 04 schließt sich diesem Aufruf gerne an, denn wir stehen gemäß unserem Leitbild für die Werte Fairness, Respekt und Solidarität.

Nutze Dein Wahlrecht und setze ein Zeichen für Demokratie und Zusammenhalt. Geh wählen und unterstütze Kandidat\*innen, die sich für die Werte einsetzen, die uns im Sport und in der Gesellschaft wichtig sind. Jede Stimme zählt und trägt dazu bei, unsere Demokratie zu stärken und eine positive Zukunft zu gestalten.

## Mitgliederversammlung 2025 - 28.02.2025 19:30 Uhr

Liebe Mitglieder,

wir laden Euch herzlich zur Mitgliederversammlung 2025 des TuS Bothfeld 04 ein:

**Datum:** 28. Februar 2025

**Uhrzeit:** 19:30 Uhr

**Ort:** Vereinsgaststätte H'Vin

**Wir freuen uns auf Eure Teilnahme und auf einen konstruktiven Austausch mit Euch.**

## Faustball Schnupperwochen

**Bist du auf der Suche nach dem richtigen Teamgeist?**

Dann schnuppere in unsere Faustball-Schnupperwochen! Komm vorbei und entdecke, was Faustball zu bieten hat!

**Termine:**

**Kinder 6 - 8 Jahre**

- **Dienstag, 11. Februar 2025**

Uhrzeit: 16:00 - 17:30 Uhr

Ort: IGS Bothfeld

und / oder

- **Freitag, 14. Februar 2025**  
Uhrzeit: 17:30 – 18:45 Uhr  
Ort: Grundschule Grimsehlweg

### **Kinder 9 - 13 Jahre**

- **Dienstag, 25. Februar 2025**  
Uhrzeit: 16:00 – 17:30 Uhr  
Ort: IGS Bothfeld

und / oder

- **Freitag, 28. Februar 2025**  
Uhrzeit: 17:30 – 18:45 Uhr  
Ort: Grundschule Grimsehlweg

**Wichtig:** Aufgrund begrenzter Kapazitäten bitten wir um eine vorherige Anmeldung! - E-Mail: [faustball@tus-bothfeld.de](mailto:faustball@tus-bothfeld.de)

## **Sportabzeichentermine 2025**

Bist Du bereit für eine neue Herausforderung? Schaffst Du Bronze, Silber oder vielleicht sogar Gold? Bereite Dich jetzt auf Deine Medaille vor und nimm die Herausforderung beim Deutschen Sportabzeichen an!

Egal, ob Du bereits fit bist oder Dich noch steigern möchtest – jetzt kannst Du Deine sportlichen Fähigkeiten testen und Deine Auszeichnung holen. Mach mit und sei stolz auf Deine Leistung!

Termine 2025

## **Aktuelles im Verein**

### **Erinnerung: Hannover Aktiv-Pass 2025**

Die Stadt Hannover hat die neuen Aktiv-Pässe für 2025 verschickt. Falls Ihr Euren aktuellen Aktiv-Pass noch nicht in unserer Geschäftsstelle vorgelegt habt, bitten wir Euch, dies zeitnah nachzuholen.

**Wichtig:** Für Mitglieder, die den Aktiv-Pass erstmals zur Beitragsreduktion nutzen möchten, benötigen wir zusätzlich einen rechtsverbindlichen Ausweis zur Legitimation.

## Übungsleiter\*in gesucht

### Wir suchen Verstärkung für unser Team!

Du liebst es, Menschen in Bewegung zu bringen? Dann haben wir genau das Richtige für Dich!

Wir suchen dringend eine\*n Übungsleiter\*in für unsere **Sitzgymnastikgruppe** und die **Gymnastikgruppe 50+** (Damen und Herren).

#### Wann?

Jeden Dienstag:

- 14:35 - 15:35 Uhr** - Sitzgymnastik
- 15:45 - 16:45 Uhr** - Gymnastikgruppe 50+
- Ort:** Grundschule Hoffmann-von-Fallersleben

**Auch ohne Lizenz möglich!** Eine 14-tägige Unterstützung wäre ebenfalls denkbar.

Kontakt: [riebe@tus-bothfeld.de](mailto:riebe@tus-bothfeld.de)

## BFD´ler\*in und/oder FSJ´ler\*in für das Jahr 2025/2026 gesucht!

Du bist sportbegeistert und suchst nach einem spannenden Jahr voller Erfahrungen?

Starte ab 1. August 2025 Dein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) oder Deinen Bundesfreiwilligendienst (BFD) beim TuS Bothfeld 04!

- Bewerbungsfrist: 1. Juni 2025
- Bewerbung an: [info@tus-bothfeld.de](mailto:info@tus-bothfeld.de)

Wir freuen uns auf Dich!

Stellenausschreibung

**Unser Kooperationspartner, die DMSG sucht zu sofort eine Teamassistenz für**



# die Landesgeschäftsstelle!

Die **DMSG (Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft) Landesverband Niedersachsen e.V.**, sucht zu sofort eine **Teamassistentenz** für die Landesgeschäftsstelle in Hannover. Diese unbefristete Teilzeitstelle (20 bis max. 30 Stunden) bietet ein interessantes Aufgabengebiet mit eigenverantwortlichen Teilbereichen in einem engagierten Team.

Weitere Informationen unter: 0511-703338

Stellenausschreibung

## Über uns

**Bundesfreiwilligerdienstler (BFD`ler)  
2024/20225  
Finn Höcker und Silas Beckmann**



### **Einblick in den BFD beim TuS Bothfeld 04:**

Finn und Silas berichten in ihren Interviews über ihre Erfahrungen als Berufsfreiwillige beim TuS Bothfeld 04.

**Was machst du genau als Berufsfreiwilliger im TuS Bothfeld 04?**

Finn: Als BFDler im TuS Bothfeld 04 hat man verschiedene Aufgaben. Meine Woche beinhaltet zum Beispiel die Betreuung des Kinderschwimmens, wo ich die Schwimmtrainer unterstütze. Dazu leite ich noch Sport-AGs an Grundschulen und zeige den Kindern dort hauptsächlich Sportarten, die auch der TuS Bothfeld 04 selbst anbietet. Außerdem unterstütze ich noch bei der U11 vom Basketball und bei der Ballschule. Zusätzlich helfe ich noch beim Kinderturnen und unserem Platzwart Udo. Bei der Platzarbeit pflegen wir, reparieren oder erneuern Dinge rund um den TuS Bothfeld. Das heißt, wir arbeiten auf dem Platz, auf dem Gelände, im Vereinsgebäude oder auch in der Sporthalle. Auch im Geschäftszimmer ist man als BFDler tätig. Dort arbeitet man hauptsächlich am Computer und hilft vor allem bei der Ordnung der Dateien, die in so einem großen Sportverein natürlich vorhanden sind.

### **Warum hast du dich für den TuS Bothfeld 04 entschieden?**

Silas: Ich habe mich für den TuS Bothfeld entschieden, weil ich durch meine Vorgänger auf den Verein aufmerksam geworden bin, die mir von der Vielseitigkeit der Arbeit erzählt haben. Das hat mich überzeugt.

### **Wie würdest du andere überzeugen, ein freiwilliges Jahr in einem Sportverein zu machen?**

Finn: Ein BFD bei einem Sportverein ist für jeden etwas, der gerne mit Kindern arbeitet, gerne andere unterstützt und auch eine Liebe zum Sport hat.

Bei einem BFD in einem Sportverein bekommt man all diese Punkte unter einen Hut, hat eine tolle Zeit und tut zeitgleich etwas Gutes für die Gesellschaft.

Silas: Wenn jemand interessiert ist, mit Menschen zu arbeiten und sportlich aktiv ist, kann man mit einem BFD in einem Sportverein nichts falsch machen. Durch die vielseitigen Aufgaben wird einem nie langweilig, und man hat immer Kontakt zu anderen Menschen.

[Finn Höcker - gesamtes Interview](#)

[Silas Beckmann - gesamtes Interview](#)

## **Neue Kurse**

### **Autogenes Training**

	<b>Kursstart: 19.02.2025</b>
Kurszeit:	Mittwochs 18:00 Uhr - 19:00 Uhr

Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kursleitung:	Anne Malert-Zschoch
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

## Yoga

	<b>Kursstart: 03.02.2025</b>
Kurszeit:	Dienstags 18:00 - 19:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kursleitung:	Antje Roch
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	12 EUR für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

## Zumba Gold

	<b>Kursstart: 28.01.2025</b>
Kurszeit:	Dienstags 20:30 Uhr - 21:30 Uhr
Ort:	Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20
Kursleitung:	Rita Maria Blanco da-Silva
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

**Freie Kursplätze in laufenden Kursen**

## Pilates

<b>Anfänger:</b>	Kursdauer voraussichtlich bis <b>10.03.2025</b>
Kurszeit:	Montags 16:30 - 17:30 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges- Straße 12
Kursleitung:	Kerstin Hergt
<b>Fortgeschrittene:</b>	Kursdauer voraussichtlich bis <b>11.03.2025</b>
Kurszeit:	Dienstags 17:00 - 18:00 Uhr
Ort:	Turnhalle Hoffmann-von- Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2
Kursleitung:	Anne Engel
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	12 EUR für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

## Nordic Walking

<b>Einsteiger*innen- und Fortgeschrittenenkurs:</b>	Kursdauer voraussichtlich bis <b>13.03.2025</b>
Kurszeit:	Donnerstags 09:30 - 11:00 Uhr
Ort:	Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Rainer Nierfeld
<b>Lauf- und Übungsgruppe:</b>	Kursdauer voraussichtlich bis <b>12.03.2025</b>
Kursleitung:	Susanne Jarosch
Ort:	Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	kostenlos für Mitglieder
	45 / 50 EUR für Nicht-Mitglieder
Leihgebühr Stöcke:	8 EUR pro Kurs

[Online-Anmeldung](#)

## Lungensport

	fortlaufend
Gruppe 1	Mittwochs 15:00 - 16:00 Uhr
Gruppe 2	Mittwochs 16:00 - 17:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges- Straße 12
Kursleitung:	Christian Köller

Kosten:	kostenlos auf Verordnung
	10 EUR pro Stunde für Selbstzahler

[Online-Anmeldung](#)

## Kickboxfitness

	Kursdauer voraussichtlich bis <b>03.03.2025</b>
<b>Anfänger:</b>	Montags 19:00 - 20:00 Uhr
<b>Fortgeschrittene:</b>	Montags 20:00 - 21:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Florian Wiechmann
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	12 EUR für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

## Funktionstraining

	fortlaufend
<b>Basic 1</b>	Montags 09:15 - 09:45 Uhr
<b>Basic 2</b>	Montags 09:45 - 10:15 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Karin Bockhorst
Kosten:	kostenlos auf Verordnung
	Privat 8,00 EUR/ Einheit

[Online-Anmeldung](#)

## Babys in Bewegung

	Kursdauer voraussichtlich bis <b>18.03.2025</b>
<b>9-12 Monate</b>	Dienstags 10:45 - 11:45 Uhr
<b>13-18 Monate (Kiddies)</b>	Dienstags 09:15 - 10:15 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Kathrin Buchholz



Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	60 EUR für Mitglieder
	80 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

## Exklusiv für unsere Mitglieder!

Ohne Anmeldung und ohne zusätzliche Kosten – einfach vorbeikommen und mitmachen!

Unsere Übungsangebote sind individuell auf Dich und Deine Leistungsfähigkeit abgestimmt. **Hier steht der Spaß am Sport im Mittelpunkt!**

### Damengymnastikgruppe

	Mittwochs 20:00 - 22:00 Uhr
Ort:	GS Gartenheimstraße (Gartenheimstr. 2 - große Halle)
Kursleitung:	Rita Imeri
<b>Kostenlos</b>	<b>für Mitglieder</b>

### Damenfitness - aktiv in Bewegung

	Donnerstags 20:00 - 21:30 Uhr
Ort:	Fös Albrecht-Dürer-Schule (Ebelingstr. 3)
Kursleitung:	Iris Dallmann
<b>Kostenlos</b>	<b>für Mitglieder</b>

Wir hoffen, dass Euch dieser Newsletter einen guten Überblick über die bevorstehenden Ereignisse und Neuerungen gegeben hat.

Habt Ihr Fragen, Anregungen oder möchtet einfach nur Hallo sagen? Zögert nicht, uns zu kontaktieren. Wir sind für Euch da!

Bis bald und bleibt sportlich!

Herzliche Grüße,  
Euer TuS Bothfeld Team

---

[Zur Webseite](#)



Wenn du den Newsletter (an: {EMAIL}) nicht mehr empfangen möchtest, kannst du ihn [hier](#) einfach abbestellen.

TuS Bothfeld 04 e.V.  
Carl-Loges-Straße 12  
30657 Hannover

[info@tus-bothfeld.de](mailto:info@tus-bothfeld.de)