



TuS Bothfeld 04

Wir bewegen Bothfeld

Neues vom TuS: Oktober 2025

Liebe Mitglieder, liebe Sportbegeisterte,

wir starten gemeinsam in den Oktober – das Herbstwetter ist da und wir ziehen in die Hallen. Genießt die Zeit und bleibt aktiv!

Rückblicke

- Interkulturelles Sportfest
- 3. FarbenSpiel - CUP
- Handball-E Jugend - Saisonauftakt der anderen Art
- Inklusion und Bildung
- Bothfelder Herbstmarkt

Termine und Ankündigungen

- Run4Respekt - 07.10.2025
- Herbstferien-Basketball-Camp - 13.10.-16.10.2025
- 19. Bothfelder Waldlauf der Leichtathletik - 02.11.2025
- GoSports-Festival 2025 -16.11.2025

Aktuelles im Verein

- Kassenwart*in gesucht!

- Werde Leichtathletik-Trainer*in!
- Kursleitung für Yoga gesucht!
- Kursleitung für Strong Nation gesucht!
- Hilfe beim Kinderturnen gesucht!
- Walking mit Rosi - wir freuen uns auf Dich!
- Prellball - Ballspiele für Erwachsene!
- Werde Teil unserer Showgruppe!
- Soziale Talente 2025 - Wir suchen engagierte Jugendliche!

Zeitachse TuS Bothfeld - Eure Erinnerungen sind gefragt!

Über uns

- Interview - Jelle Bartelink - Abteilungsleiter Basketball

Neue Kurse

- Pilates
- Zumba Gold
- Nordic Walking

Freie Plätze in laufenden Kursen

- Marma Yoga
- Kung Fu

Rückblicke

Interkulturelles Sportfest



Am 29. August 2025 veranstaltete das **Institut für Sprachen und Kommunikation (ISK e.V.)** auf dem **Sportcampus der Leibniz Universität Hannover** ein **großes Sportfest der Begegnung** – und der TuS Bothfeld war mit dabei!

Bei strahlender Sonnenschein, vielen neugierigen Teilnehmenden und einem abwechslungsreichen Programm konnten wir zeigen, wie **Sport Menschen verbindet – über Sprachen, Kulturen und Grenzen hinweg**.

Unsere Vereinsangebote wurden begeistert angenommen:

- **Zumba mit Rita** brachte alle in Bewegung – voller Energie, Rhythmus und Lebensfreude.

- **Pilates & Yoga mit Petra** luden ein, Ruhe zu finden, Kraft zu tanken und Balance zu spüren.

Auch die Lehrer*innen machten mit und hatten mindestens genauso viel Spaß wie ihre Kursteilnehmenden. So entstand eine wunderbare Mischung aus Bewegung, Musik und Lachen.

Das Fest war ein echtes Zeichen für **Internationalität, Integration, Zusammenhalt und Respekt**. Menschen unterschiedlichster Herkunft trafen sich auf dem Sportplatz, probiertes Neues aus und lernten einander kennen – ein großartiges Erlebnis für alle Beteiligten!

Zum Abschluss waren sich alle einig: Dieses Sportfest hat nicht nur bewegt, sondern auch **verbindet**. Ein herzliches Dankeschön an das ISK e.V. für die Einladung und die großartige Organisation.

3. FarbenSpiel-Cup - 06.09.2025



FarbenSpiel 2025



Auch im dritten Jahr in Folge ist ein **Team der Handballabteilung** des TuS Bothfeld dabei gewesen!

Um zwölf Uhr mittags standen wir, **Basti, Carsten, Stephan** und ich, **Sonja***, an der Marktkirche, um in Handball-Trikots beim FarbenSpiel Cup mitzumachen.

Dreizehn Teams hatten sich, entweder im Vorfeld angemeldet oder haben sich vor Ort zusammengetan. Mitmachen konnte wieder Jeder, der spontan vorbeikam.

Start war um 12:30 Uhr... sieben Spielstationen waren abzulaufen:

Eierlauf um das Beachvolleyball-Feld, Leitergolf, eine abgewandelte Art „Bier-Pong“ natürlich ohne Bier 😊, Cornhole, verschiedene Bälle

und Ringe in Eimer werfen, Quiz-Fragen beantworten und der Fröbelturm sollte gebaut werden! Wiederholt hatten wir eine Menge Spaß bei den einzelnen Aktionen. Es war ein aktiver Mittag bei trockenem Wetter, mit viel Sonne und Musik.

Zur Siegerehrung gab es nur vier Platzierungen: mehrere Teams belegten gemeinsam den 4. und 3. Platz und wir „Bothfelder Handballer“ waren punktgleich mit einem anderen Team auf dem 2. Platz.

Die Punkte lagen nah beieinander: die Dritten hatten alle 38 Punkte, die beiden Zweiten, so auch wir, 39 Punkte und der Sieger, das Team um Axel von der Ohe, hatte 40 Punkte erspielt.

Wir werden nächstes Jahr wieder mit dabei sein... in der Hoffnung endlich mal mit mehr, oder wenigstens mit zwei Vierer-Teams mitzumachen!!!

Bericht: Sonja Schittek

Handball - E-Jugend - Saisonauftakt der anderen Art



Am **13.09.** machten beide **E-Jugendmannschaften** zusammen einen Ausflug ins **Rastiland**. Die paar Tropfen Regen von oben waren nichts gegenüber dem Wasser beim Rafting & Co. Die Kindern und Eltern hatten viel Spaß auf den Achterbahnen und auch die Bobbahn war

sehr beliebt.

Nun folgen die ersten Saisonspiele: In dieser Saison werden insgesamt drei E-Jugendmannschaften in drei verschiedenen Ligen an den Start gehen.

Auf eine schöne und verletzungsfreie Saison.

Bericht: Daniel & Sandra

Inklusion und Bildung



Anne Nyhuis (SportRegion Hannover/SSB),
Anja Grau (TuS Bothfeld, DMSG),
Hans-Werner Chudoba (TuS Bothfeld/SSB),
Patrick Pacios (TKH), Katharina Freyberg
(Hannover 78), Kevin Kitsch (Hochschulsport
Hannover), Holger Apitius (Hannover 96)

Am **10.09.2025** fand die Sitzung der **AG Inklusion des StadtSportBundes** in der Akademie des Sports in Hannover statt. Für den TuS Bothfeld nahmen **Anja Grau** (auch in ihrer Funktion für die DMSG) und **Hans-Werner Chudoba** teil, der zudem auch den **StadtSportBund Hannover** vertrat.

Im Mittelpunkt standen Ideen und Maßnahmen, wie Bildung im inklusiven Sport gestärkt werden kann. Vereinbart wurde, ab Oktober 2025 eine Suchfunktion für Inklusionsbildungsangebote einzurichten, um Aus- und Fortbildungen für Übungsleitende im inklusiven Bereich leichter auffindbar zu machen. Außerdem wird bis Januar 2026 eine Hospitationsliste erstellt, die Vereine mit inklusiven Angeboten auflistet und Ausbildungsteilnehmenden zur Verfügung stellt. Ebenfalls beschlossen wurde, für 2026 eine praxisnahe ÜL-C-Fortbildung mit dem Titel „Inklusiven Sport hautnah erleben“ einzuplanen. Darüber hinaus soll ab 2026 eine Übersicht über bestehende inklusive Angebote in Sportvereinen zusammengestellt werden, um mehr Transparenz zu schaffen.

28. Bothfelder Herbstmarkt - 20.09.2025



Am Samstag den **20.09.25** fand wieder einmal der **Herbstmarkt** in der Kurze-Kamp-Str statt.

Bei herrlichstem Wetter ging TuSbi mit 80 Mitgliedern, davon 50 Kinder beim Umzug durch Bothfeld mit. Die kleinen Handballkinder, unsere Zumba Damen und die Mädchen der Leistungsriege freuten sich über die Danke-Eiskugel wieder sehr.

Auch auf der Bühne ging es wieder sportlich zu. Unsere Zumba Damen brachten die Bühne zum Wanken. Unsere kleinen Tanzmäuse flatterten als Bienchen über die Bühne und die kleinen Fire Dancer zeigten ihr Können. Von unserer neuen Showgruppe, The Powergeneration, die derzeit aus 16 Personen besteht, gaben drei einen kurzen Einblick. Auch unsere Cheerleader waren zahlreich dabei und zeigten ihr Können mit wunderbaren Pyramiden. Alle hatten wieder sehr viel Spaß.

Bericht Nadja Groth

Termine und Ankündigungen

"Run4Respekt"

Am Dienstag, den **7. Oktober**, findet am **Platz der Menschenrechte** ein besonderer Lauf statt. Ziel ist es, Respekt und Wertschätzung gegenüber Polizei, Feuerwehr, Rettungsdienst, Pflegepersonal und weiteren Helfenden sichtbar zu machen.

☐ Treffpunkt: 17:00 Uhr | ☐ Start: 18:00 Uhr

➔ Strecke: 4 km | Kosten: 4 € (als Spende an den WEISSER RING e.V.)

Der **StadtSportBund Hannover** und das Netzwerk „**Respekt Vereint!**“, in dem auch der TuS Bothfeld aktiv mitwirkt, rufen alle Mitglieder und Interessierten zum Mitlaufen auf.

[Mehr Infos](#)

Herbstferien-Basketball-Camp 2025

In den Herbstferien findet unser Basketballcamp statt – mit zwei Gruppen:

U10/U12 (Jg. 2018–2014, auch für Anfänger*innen) vormittags

U14/U16 (Jg. 2013–2010, leistungsorientiert) nachmittags

[Infos zu Zeiten, Kosten & Anmeldung](#)

[Hier anmelden](#)

19. Bothfelder Waldlauf der Leichtathletik - 02.11.2025

Auch im Jahr 2025 richtet der TuS Bothfeld seinen Bothfelder Waldlauf aus!

Die Läufe beginnen und enden auf dem Sportplatz. Vom Sportplatz geht es in den wunderschönen Bothfelder Wald, in dem auf einem Rundkurs auf Waldwegen und gut ausgebauten Forstwegen gelaufen wird.

Der Bothfelder Waldlauf nimmt am Laufpass der Region Hannover 2025 teil und ist ein vom DLV offiziell genehmigter Volkslauf (Veranstaltungs-Nr.: 25V09000340760001).

[Anmeldung](#)

GoSports-Festival 2025 - 16.11.2025

Am **16. November 2025** lädt das GoSports-Festival von 09:00-17:00 Uhr in Hannover (Akademie des Sports, Sportleistungszentrum & Olympiastützpunkt) zu einem Tag voller Bewegung ein.

Über **40 Workshops und Foren** warten auf Übungsleiter*innen, Jugendliche und alle Sportbegeisterten, die neue Trends kennenlernen und selbst ausprobieren möchten - von **Flossenschwimmen** über **Hula Hoop** und **Kin-Ball** bis hin zu **SUP-Yoga**.

[Mehr Infos](#)

[Anmeldung](#)

Aktuelles im Verein

Wir suchen Kassenwart*in

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt einen Kassenwart*in für unseren Verein.

Die Position ist Teil des **Vorstandsteams** und damit ein wichtiger

Baustein für die Zukunft unseres Vereins.

Eine gründliche Einarbeitung wird selbstverständlich sichergestellt.

Bei Interesse oder Fragen melde Dich bitte bei:

- Frank Rückert: rueckert@tus-bothfeld.de

- Steffen Staude: staude@tus-bothfeld.de

Werde Leichtathletik-Trainer*in!

Du hast Freude am Sport und Lust, Kinder und Jugendliche auf ihrem sportlichen Weg zu begleiten?

Dann komm in unser Team und werde Leichtathletik-Trainer*in!

Das bieten wir dir:

- ☐ Eine faire Ehrenamtspauschale
- ☐ 250 € Willkommensbonus bei Übernahme einer Gruppe + TuS-Shirt
- ☐ Unterstützung bei Trainer-Aus- & Fortbildungen
- ☐ Ein herzliches, starkes Team mit viel Zusammenhalt

☐ **Interesse?** Dann melde Dich gerne bei:

☐ Timo Görtler-Klages - leichtathletik@tus-bothfeld.de

Kursleitung für Yoga gesucht!

Ab Oktober suchen wir eine engagierte Kursleitung für die **langfristige Übernahme unseres Yoga-Kurses.**

☐ **Kurszeit:** mittwochs, 17:45 – 18:45 Uhr

☐ **Ort:** Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2

Interesse? Dann melde Dich bei uns: info@tus-bothfeld.de

Kursleitung für Strong Nation gesucht!

Ab Oktober suchen wir eine Kursleitung für die Übernahme unseres **Strong-Nation-Kurses.**

☐ **Kurszeit:** freitags, 11:00 – 12:00 Uhr

☐ Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12, Hannover-Bothfeld

Du hast Power, Lust und bereits eine passende Lizenz – oder planst, sie zu erwerben? Dann melde dich bei uns – **info@tus-bothfeld.de** – wir freuen uns auf Dich!

Hilfe beim Kinderturnen gesucht!

Hast Du montags ab 16:00 Uhr Zeit und Lust, beim Kinderturnen in der Sporthalle Ebelingstraße zu unterstützen?

Ob für eine Stunde oder zwei – jede Hilfe ist herzlich willkommen!

Wir freuen uns über Jugendliche ab 14 Jahren genauso wie über Erwachsene, die Freude daran haben, mit Kindern aktiv zu sein. Als kleines Dankeschön gibt es auch eine Aufwandsentschädigung.

Bei Interesse melde Dich gerne – wir freuen uns auf Dich!

Rita Groth - kinderturnen@tus-bothfeld.de

Walking mit Rosi - wir freuen uns auf Dich!



Unsere Walking-Gruppe trifft sich **ganzjährig bei jedem Wetter** – die Bewegung an der frischen Luft macht fit, hält gesund und sorgt für gute Laune.

Zurzeit besteht die Gruppe überwiegend aus Frauen. Unser „Quoten-Mann“ Robert würde sich sehr über männliche Begleitung freuen – Männer haben schließlich manchmal andere Themen 😊.

Auch über **Nachwuchs in der Gruppe** freuen wir uns jederzeit. Wer Lust hat, ist herzlich eingeladen, bei uns mit einzusteigen!

Wir walken jeden Mittwoch von 10:00 bis 11:30 Uhr

Prellball - Ballspiele für Erwachsene

BALL GAMES FOR ADULTS
DIVERSE, FAIR, TOGETHER

COME AND GIVE IT A TRY!
SLOW - FAST - SIMPLE - FUN
BOUNCE BALL - MAT BALL - BOARD BALL - WALKING
HANDBALL - FIVE-A-SIDE AND MORE

YETİŞKİNLER İÇİN TOP OYUNLARI
ÇEŞİTLİ, ADIL, BİRLİKTE

GELİN VE DENEYİN!
YAVAŞ - HIZLI - BASIT - EĞİLENCİLİ
PRELLBALL - MATBALL - BOARDBALL - YÜRÜYEREK HENTBOL -
BEŞ KİŞİLİK HENTBOL VE DAHA FAZLASI

BALLSPIELE FÜR ERWACHSENE
VIELFÄLTIG, FAIR, MITEINANDER

KOMM UND PROBIER AUS:
LANGSAM - SCHNELL - EINFACH - LUSTIG
PRELLBALL - MATTENBALL - BRETTBALL -
WALKING-HANDBALL - FIVE-A-SIDE HANDBALL
UND MEHR

HSC
VIELFALT BEWEGT HANNOVER

MOVE 2GETHER

TuS GÖTTHELD 04

Gefördert aus Mitteln der Finanzhilfe
des Landes Niedersachsen
Niedersachsen

**LandesSportBund
Niedersachsen e.V.**

MEHR INFORMATIONEN:
DANA FAZLA BİLGİ:
MÁS INFORMACIÓN:
INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES:
MERE INFORMACIÓE:



WWW.HANDBALL-HSC.DE/FIVE-A-SIDE-HANDBALL

Ab dem 21. September gibt es bei uns ein neues Sportangebot: Immer montags treffen wir uns zum gemeinsamen Spielen verschiedener Ballspiele – leicht zu lernen, abwechslungsreich und mit viel Spaß an der Bewegung.

- Wann? Ab 21.09., jeden Montagabend um 20:00 Uhr
- Wo? IGS Stöcken, Eichsfelder Straße 38 (Eingang Buschriede)
- Kosten? Die Teilnahme ist kostenlos!

Und das Beste: Unter allen aktiven Teilnehmenden verlosen wir ein Aufwärmshirt des HSC.

Kommt vorbei, macht mit und entdeckt die Freude an Spiel & Bewegung!

Fragen & Weiteres: Bora Kumova - kumova@tus-bothfeld.de

Werde Teil unserer Showgruppe!



Die Showgruppe „**The Powergeneration**“ beginnt im November eine neue Choreografie (Piraten) und bereitet die nächste TuS Show „Nicht von dieser Welt“ vor.

Wer gerne tanzt, turnt oder Akrobatik interessant findet, zwischen 6 bis 60 Jahre alt ist, ist Herzlich Willkommen.

Jeder bringt seine Stärken mit und wir basteln daraus eine tolle Darbietung. Auch Mütter oder Väter die nicht tänzerisch oder turnerisch begabt sind, können die Gruppe unterstützen, indem sie bei Pyramiden Hilfestellung geben.

Wir trainieren 1-2 mal im Monat auf einem Samstag 10-13 Uhr in der Sporthalle der Schule in der Ebelingstraße.

Aufbau des Trainings ist 2 Std Choreografie und 1 Std neue Elemente ausprobieren oder Spezialtraining.

Die Termine bis Ende dieses Jahres sind: 1.11./ 15.11./ 13.12.
Meldet Euch gerne bei Nadja groth@tus-bothfeld.de

Soziale Talente 2025 - Wir suchen engagierte Jugendliche!

Auch in diesem Jahr zeichnet die SportRegion Hannover wieder junge Menschen aus, die sich mit besonderem Einsatz im Verein engagieren - die „Sozialen Talente 2025“.

Nominierungen sind bis zum 12. Oktober 2025 möglich - in den Altersklassen 14-17 Jahre sowie 18-21 Jahre.

Zeitachse TuS Bothfeld - Eure Erinnerungen sind gefragt!

Für unsere Vereinsgeschichte möchten wir eine Zeitachse gestalten. Dafür sammeln wir Fotos, Infos und Geschichten rund um den TuS Bothfeld.

Habt ihr Material oder persönliche Erinnerungen, die ihr mit uns teilen möchtet? Dann schickt uns gerne eine E-Mail an **friske@tus-bothfeld.de**.

Wer Lust hat, persönlich über die Geschichte des TuS Bothfeld 04 und eigene Erinnerungen zu sprechen, kann sich ebenfalls melden - wir freuen uns über jede Unterstützung!

Über uns

Interview - Jelle Jonathan Bartelink - Abteilungsleiter Basketball

Könntest Du Dich bitte kurz vorstellen und uns etwas über deine Rolle im TuS Bothfeld erzählen? Wie lange bist Du bereit Teil des TuS Bothfeld?

Hallo, ich bin **Jelle Jonathan Bartelink (35)** und bin seit letztem Februar Abteilungsleiter Basketball. Ich spiele selbst Basketball, seit ich acht bin, und spiele beim TuS Bothfeld seit Februar 2019 in der Hobby Mannschaft. Außerdem bin ich als Schiedsrichter bei Heimspielen aktiv.

Erzähl uns bitte etwas über die Basketball-Abteilung des TuS Bothfeld 04.

Die Basketball Abteilung hat mehr als 200 Mitglieder. In den verschiedenen männlichen Jugendligen des **Niedersächsischen Basketballverbands** sind wir jeweils vertreten. Dazu haben wir für jede Altersklasse mehrere Mannschaften, die auf unterschiedlichem Niveau spielen. Außerdem haben wir aktuell 3 Herren-Mannschaften und eine gemischte Hobbygruppe.

Welche Trainingsmöglichkeiten bietet die Abteilung für verschiedene Altersgruppen und Spielstärken?

Wir bieten für fast alle Mannschaften mindestens zwei Trainingszeiten in der Woche an. Je nach Spielstärke liegt der Fokus eher auf den Grundlagen (Anfänger) oder eher auf der Weiterentwicklung (Leistungsteams). Wichtig ist uns bei den Trainings, dass die Spieler selbst lernen, die besten Entscheidungen zu treffen, statt feste Spielzüge. Außerdem sollen die meisten Übungen mit Ball und Gegenspieler stattfinden, damit spielähnliche Situationen geübt werden. Unter dem Motto: **Wenn Spieler besser werden sollen im Basketball, dann sollen sie mehr Basketball spielen.**

Welche besonderen Angebote oder Unterstützung gibt es für Anfänger oder Neueinsteiger in der Abteilung?

Dadurch, dass wir für jede Altersklasse mehrere Mannschaften haben, haben wir eigentlich für jede und jeden eine passende Mannschaft - auch für Anfänger oder Neueinsteiger.

Die Kinder von vier bis acht Jahre fangen in unserer Ballschule an, wo verschiedene Ballsportarten kennengelernt werden. Ab ungefähr acht Jahre wird dann mit Minibasketball in der Altersklasse U10 mit den ersten Punktspielen angefangen. In den Altersklassen U10 und U12 gibt es mit dem Minibasketball angepasste Regel, damit alle zum Spielen kommen und der Spaß am Basketball-Sport im Vordergrund steht.

Was sind Deiner Meinung nach die größten Vorteile oder Highlights, die die Basketball-Abteilung des TuS Bothfeld 04 ihren Mitgliedern bietet?

Neben Trainingszeiten unter der Woche und Punktspielen am Wochenende bieten wir in den Schulferien auch Basketball-Camps für Kinder und Jugendliche an. Diese Camps werden nicht nur vereinsintern, sondern auch durch Spieler von verschiedenen regionalen Vereinen sehr gerne besucht. Hier können die Spieler dann vier Tage hintereinander stundenlang Basketball spielen. Außerdem nehmen verschiedene Mannschaften an Turnieren im In- und Ausland teil, was von den Mitgliedern immer sehr positiv hervorgehoben wird. Auch bieten wir mit einer Sommer League für Kinder noch weitere Aktivitäten an, bei denen der Fokus auf dem Spaß am Basketball liegt.

Auf welcher Leistungsstufe oder Ebene befinden sich die Basketball*innen des TuS aktuell?

In allen Altersklassen von U12 bis U18 haben wir **Landesliga-Mannschaften**. Die Landesliga ist bei der männlichen Jugend die höchste Liga im Niedersächsischen Basketballverband. Unsere U18-Landesliga-Mannschaft ist dabei in der letzten Saison in der eigenen Spielhalle sogar **Landesmeister Niedersachsen** geworden. Darüber hinaus sind einige U16-Spieler im Rahmen unserer Kooperation mit dem **MTV Wolfenbüttel** in der **Jugend Basketball Bundesliga (JBBL)** aktiv.

Was sind die größten Herausforderungen, denen sich die Basketball-Abteilung momentan gegenüber sieht?

Die Basketball-Abteilung hat sich Anfang September von dem hauptamtlichen Trainer Malte Mießner verabschiedet. Er hat die Abteilung die letzten Jahre als Trainer vieler Teams und auch in der Abteilungsleitung sehr geprägt. Um die Trainer und die Abteilungsleitung zu entlasten, haben wir uns dazu entschlossen, einige Teams aus dem Spielbetrieb zurückzuziehen, was keine einfache Entscheidung war. Wir haben verschiedene neue Trainer gefunden, sind aber für die Landesliga- bzw. Leistungsteams noch auf der Suche nach weiterer Verstärkung. Auch in der Abteilungsleitung brauchen wir noch mehr Unterstützung in der Organisation. Darüber hinaus ist es seit vielen Jahren schwierig, geeignete Sporthallen für unsere Trainings zu bekommen. Dadurch finden viele Trainingszeiten in Sporthallen statt, die eigentlich zu klein und von schlechter Qualität sind – etwas, womit mehrere Sportarten vereinsintern und auch andere Vereine in Hannover zu kämpfen haben.

Zuletzt wollen wir auch wieder Basketball für Mädchen und Damen anbieten. Dies von Grund auf aufzubauen, wird eine große Herausforderung für die nächste Zeit sein. Wir sind aktuell dabei, eine Trainingsgruppe für Mädchen aufzubauen, und hoffentlich kann ich darüber bald mehr berichten.

Was begeistert Dich persönlich am meisten am Basketball - und warum sollte man es unbedingt mal ausprobieren?

Zuerst mag ich gerne Teamsport, und Basketball ist eine super Teamsportart. Jemand kann supergut sein, aber ohne Team und Zusammenspielen gewinnst Du keine Spiele. Darüber hinaus ist eigentlich jeder in der Lage, in einem Spiel einen Korb zu machen, was einfach ein schönes Gefühl ist. Dabei ist es ein schnelles Spiel, in dem es nie langweilig wird. Man kann eine super Aktion machen, aber viel Zeit, sich darüber zu freuen, gibt es eigentlich nicht, weil man beispielsweise direkt danach wieder in der Verteidigung gefordert ist. Zuletzt kann man auch jederzeit kurz alleine oder in kleiner Runde einen Korb werfen – man braucht nur einen Ball und einen Korb, was es auf vielen Spielplätzen im Stadtviertel gibt.

Welche Botschaft möchtest Du den Vereinsmitgliedern und Leser*innen des Newsletters mitgeben?

Ich bin wirklich stolz auf die vielen Freiwilligen, die den Breitensport in unserem Verein ermöglichen. Unser Sportverein ist ein wichtiger Teil der Gemeinschaft in Bothfeld, und wir sollten uns alle gemeinsam dafür einsetzen, dass dies auch weiterhin so bleibt.

Neue Kurse

Pilates

	ab 08.10.2025
Kurs 5	Mittwochs 20:30 – 21:30 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kursleitung:	Magdalena Kuchenbecker
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	12 EUR für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Nordic Walking

Lauf- und Übungsgruppe	ab 22.10.2025
	Mittwochs 18:30 – 20:00 Uhr
Ort:	Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12,
Kursleitung:	Susanne Jarosch
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	kostenlos für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder
Leihgebühr Stöcke	8 EUR pro Kurs

[Online-Anmeldung](#)

Zumba Gold

	ab 23.09.2025
Kurszeit:	Apr-Sept: Dienstags 20:30 – 21:30 Uhr
Ort:	Apr-Sept: Sporthalle Grimsehlwegschule, Grimsehlweg 20
Kurszeit:	Okt-März: Dienstags 20:00 – 21:00 Uhr
Ort:	Okt-März: Sporthalle Käthe-Kollwitz-Schule, Podbielskistraße 230
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

Marma Yoga

	voraussichtlich bis 02.12.2025
Kurszeit:	Dienstags 18:00 - 19:30 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kursleitung:	Antje Roch
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	15 EUR für Mitglieder
	75 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Kung Fu

	voraussichtlich bis 25.11.2025
	Apr-Sept:
Kurszeit:	Dienstags 17:00 - 18:00 Uhr - Kinder
	Dienstags 18:00 - 19:00 Uhr - Erwachsene
	Okt-März:
	Dienstags 18:00 - 19:00 Uhr - Kinder & Erwachsene
Ort:	Turnhalle Grundschule Grimsehlweg, Grimsehlweg 20
Kursleitung:	Thomas Weiss
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

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!

Sportliche Grüße,
Euer Team vom TuS Bothfeld 04

[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