



TuS Bothfeld 04

Wir bewegen Bothfeld

Neues vom TuS: April 2026

Liebe Mitglieder, liebe Sportbegeisterte,

die Zeitumstellung hat den Frühling eingeläutet und die Osterzeit steht vor der Tür. Die längeren und helleren Abende laden dazu ein, die Outdoorsaison zu nutzen und aktiv zu bleiben.

Wir wünschen Euch frohe Ostern, entspannte Feiertage und eine erholsame Zeit in den Osterferien.

Rückblicke

- Mitgliederversammlung 2026
- Handball kennt kein Handicap - Turnier am 21.02.26 im KWR
- "Sport & Grüne" Netzwerkkonferenz Niedersachsen
- Neuer Rasentraktor für unseren Sportplatz
- Handball - wenn Sport Brücken baut

Termine & Ankündigungen - Aktuelles im Verein

- Sportabzeichentermine 2026
- Ein Team. Ein Look. - Neue Vereinskleidung & frisch gestalteter Online-Shop

Gemeinsam Zukunft bewegen - Wir suchen Dich!

- Beauftragte*r für Antidiskriminierung und Gleichstellung!

- Ärztliche Fachperson zur Betreuung unserer Herzsportgruppen
- Kursleitung für: Babys in Bewegung & Pilates und Yoga am Morgen
- Handball: Trainer*innen & Betreuer*innen
- BFD´ler*in 2026/2027

Über uns

- Interview - Sonja Schittek - Schriftwartin

Neue Kurse

- Funktionstraining PLUS
- Nordic Walking
- Outdoor Fitness
- Pilates
- Tanzkurs
- Marma Yoga
- Yinyasa Flow Yoga

Freie Plätze in laufenden Kursen

- Kung Fu
- Nordic Walking
- Pilates
- Strong Nation®
- Tabata
- ThaiChi & Qigong
- Yoga

Vereinsangebot

- Hip-Hop für Jugendliche ab 12 Jahren
- Futsal - Kicken für größere Kids (10 - 12 Jahren)

Rückblicke

Mitgliederversammlung 2026



Am **27.02.2026** trafen sich die Mitglieder des TuS Bothfeld 04 zur **jährlichen Mitgliederversammlung in der Vereinsgaststätte H'Vin**. Der **1. Vorsitzende Frank Rückert** sowie **Bezirksbürgermeister Dr. Wjahat Waraich** begrüßten die anwesenden Mitglieder und eröffneten den Abend. Bereits zu Beginn wurde deutlich, welche zentrale Rolle der TuS Bothfeld 04 im Stadtbezirk Bothfeld-Vahrenheide einnimmt – als größter Sportverein im Stadtbezirk und zugleich einer der größten Stadtteilvereine Hannovers.

Nach der Begrüßung wurde in würdiger Atmosphäre der verstorbenen Mitglieder gedacht. Anschließend führte Dr. Waraich in seinem Grußwort aus: „Der TuS Bothfeld ist weit mehr als nur ein großer Sportanbieter – er ist ein Ort der Begegnung, des Zusammenhalts und der gelebten Verantwortung für unseren Stadtbezirk.“ Zudem betonte

er: „Mit seinem klaren Bekenntnis zu demokratischen Werten und Transparenz ist der Verein ein verlässlicher Partner für Politik und Gesellschaft.“...

...weiter lesen

Handball kennt kein Handicap



Die Einladung zum HVNB Turnier ging raus und Werder Bremen, die HSG Heidmark und der TSV Altenwalde meldeten sich sofort an, um gemeinsam mit uns auf Torejagd zu gehen, aber ganz besonders auch, um das Miteinander auf und neben der Platte zu feiern.

Alles sieht und fühlt sich wie Handball in den vielen anderen Sporthallen an.

Aber die meisten unsere Sportler*innen an diesem Samstag haben ein Handicap zu tragen. Ob körperliche oder geistige Beeinträchtigungen, im Regelverein werden die allermeisten dieser Fighter nicht am Training oder am Spielbetrieb teilnehmen können.

Wie wunderbar, dass es Mannschaften gibt, die nur die Liebe zum Handballsport sehen. **Viel Toleranz, eine bunte Vielfalt, Respekt**

und Teilhabe stehen ganz, ganz oben. Sogar beim Sturm auf das Buffett in der Mittagspause sind alle gemeinsam am Start.

Unsere Spielereltern haben sich hier mal wieder selbst übertroffen. Neben Salaten, Kuchen, Muffins, Kaffee, Bananen, Snacks und Wasser konnte sich der Hot-Dog-Stand über regen Andrang freuen. Die Tische bogen sich unter den mitgebrachten Speisen, ein tolles Mittagsbuffet, ganz anders als in den vielen anderen Sporthallen.

Ein ganz großer Dank geht raus an alle, die mit uns das Turnier geplant und geholfen haben, dass es mal wieder ein besonderer Sporttag in Hannover wurde. DANKE an die Schiedsrichter, die Teams am Kampfgericht, die Eltern, Zuschauer, unsere Mitspieler aus Bremen, Altenwalde und Heidmark.

Ganz besonders stolz sind wir Trainer auf unsere Kids, sie sind **alle** so besonders und einfach nur mega Klasse. Seit nun neun Jahren sind wir gemeinsam ein großes Team, nicht nur in der Handballhalle.

[...alles lesen](#)

„Sport & Grüne“ Netzwerkkonferenz Niedersachsen

In einer Podiumsdiskussion wurde das Thema Schwimmfähigkeit aufgegriffen. Viele Kinder verlassen die Grundschule ohne Schwimmbzeichen. Besonders in sozialen Brennpunkten. Ebenso zum Thema wurde die fehlende Infrastruktur für Schwimmangebote für Kinder.

Das Thema **Inklusion und Sport** wurde in einem Workshop behandelt. Hier plant Hannover 96 ein Sommerfest. Hürden brechen, Soziales und strukturelles Miteinander vereinen, auf demselben Platz sollten alle Altersgruppen vertreten sein. Ohne Benachteiligung und Barrierefreiheit sollen alle interessierten Sportarten kennenlernen und teilnehmen. Im Workshop **Sicherheit im Fußballstadion** wurden Ansichten zu mehr Miteinander herausgearbeitet und Lösungsansätze gesammelt. Im Workshop **Ehrenamt im Sport** wurde sich rege ausgetauscht und neue Impulse herausgearbeitet. Hier wurde auf die Verzahnung von Ehrenamt und Hauptamt aufmerksam gemacht. Der Nachwuchsmangel und fehlende Anreiz im Ehrenamt Engagement zu zeigen ist deutlich zu erkennen.

Im kommenden Netzwerktreffen „Sport & Grüne“ soll es hauptsächlich um die Schwerpunkte Ganztagschulen, Frauenfußball, und Fördermittel in kleineren Sportarten Diskussionsrunden gehen. Das Treffen wird vom VfL Wolfsburg im November ausgerichtet. Der Mehrwert der Konferenz im 96-Vereinszentrum war für Vereinsvertreter, Verbandsvertreter und Politiker zu erkennen. Diskussionen und Austauschrunden bestimmten den Tag. Für unseren TuS war Arne Denecke aktiv.

Neuer Rasentraktor für unseren Sportplatz



Unser Platzwart ist jetzt noch besser ausgestattet: Für die Pflege unserer Sportanlage hat er einen neuen Rasentraktor erhalten. Damit können die Plätze künftig noch effizienter und sorgfältiger gepflegt werden – beste Voraussetzungen also für optimale Trainings- und Spielbedingungen.

Ein großes Dankeschön an Udo Riebe - unseren Platzwart für seinen täglichen Einsatz - und viel Freude mit dem neuen „Arbeitsgerät“!

Handball - wenn Sport Brücken baut



Es gibt Tage, an denen Handball mehr ist als nur Sport – an denen er verbindet, Grenzen auflöst und Nähe schafft. Unsere gemeinsame Trainingseinheit mit den beiden Mannschaften vom **Handball kennt kein Handicap** war genau so ein Moment.

Ziel der Einheit war es, die Trainerinnen zu unterstützen, den Kindern beim Training zu helfen und dabei zu erfahren, was echter Teamgeist bedeutet: sich einander zuzuwenden, zuzuhören, Rücksicht zu nehmen und zu erkennen, dass jeder Mensch etwas Wertvolles in das gemeinsame Spiel einbringt – egal ob mit oder ohne Handicap.

Diese Begegnung war so wichtig, weil sie unseren Spieler*innen gezeigt hat, was hinter den Schlagworten Fairness, Respekt und Miteinander wirklich steckt und was Geduld, Achtsamkeit und die Kraft des gemeinsamen Tuns bewirken kann.

Es war ein Nachmittag, an dem man erleben konnte, dass Inklusion kein Sonderfall ist, sondern Teil einer gelebten Vereinskultur. Wer gemeinsam spielt, versteht schnell, dass Unterschiede nicht trennen müssen, sondern bereichern können.

Auf dem Spielfeld wurden diese Erkenntnisse zu echten Erlebnissen: Kleine Hilfen beim Ballfangen, gemeinsames Jubeln über jedes gelungene Tor, Lachen über Patzer oder einfach mal so – alles wurde geteilt, ohne Vorbehalte und mit echtem Teamgefühl.

Am Ende blieb eine starke Botschaft: **Handball ist mehr als Technik oder Taktik – er ist ein Ort, an dem Gemeinschaft wächst.** Das

Abschlussfoto ist ein Symbol dafür: ein Bild voller Freude, Offenheit und Stolz, gemeinsam etwas Bedeutendes erlebt zu haben.

Ein herzliches Dankeschön an unsere Mädels für ihr Engagement, an das Team vom Handball kennt kein Handicap und an alle Eltern, deren Flexibilität diesen besonderen Tag möglich gemacht hat.

Termine & Ankündigungen - Aktuelles in Verein

Sportabzeichentermine 2026

Liebe Sportabzeichen-Interessierte,

die **Termine für die Sportabzeichen-Abnahmen 2026** stehen fest.

Termine (jeweils um 10:00 Uhr):

- 9. Mai 2026
- 23. Mai 2026
- 6. Juni 2026
- 20. Juni 2026

Kommt gerne vorbei – eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich. Nutzt die Gelegenheit, Euer Deutsches Sportabzeichen abzulegen!

Ort: Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12, 30657 Hannover

Wir freuen uns auf Euch!

**Ein Team. Ein Look. - Neue
Vereinskleidung & frisch gestalteter
Online-Shop**



Neue Vereinskleidung & frisch gestalteter Online-Shop

Gute Nachrichten für alle Mitglieder und Fans: **Unsere neue Vereinskleidung ist da!**

Mit einem modernen, frischen Motiv bringen wir ein Stück Heimat direkt auf Eure Kleidung – perfekt für Sport, Alltag und Vereinsleben.

Preise im Überblick:

Hoodie: 65,00 €

T-Shirt: 25,00 €

Beutel: 12,00 €

Bestellung: Im Geschäftszimmer oder per E-Mail: info@tus-bothfeld.de

Wichtig:

Die Hoodies und T-Shirts fallen eine Nummer kleiner aus – bitte bei der Bestellung beachten!

Zusätzlich haben wir unseren [Online-Shop](#) komplett neu gestaltet. Dort findet Ihr jetzt neue Sportkleidung in unseren Vereinsfarben. Schaut vorbei und entdeckt die neuen Highlights!

zur neuen Kollektion

Gemeinsam Zukunft bewegen - Wir suchen Dich!

Wir suchen Beauftragte*r für Antidiskriminierung und Gleichstellung!

Für ein faires und respektvolles Miteinander im Verein!

Unser Sportverein steht für Offenheit, Respekt und Gemeinschaft. Damit sich alle Mitglieder – unabhängig von Geschlecht, Herkunft, Alter, sexueller Identität oder möglichen Einschränkungen – willkommen und sicher fühlen, möchten wir ein neues Amt im Verein schaffen.

Geplant ist die Wahl einer bzw. eines **Beauftragten für Antidiskriminierung und Gleichstellung**.

Diese Person soll:

- Ansprechperson für Mitglieder bei Diskriminierung oder unfairer Behandlung sein,
- sich für Chancengleichheit und ein respektvolles Vereinsklima einsetzen,
- den Vorstand bei Fragen zu Vielfalt und Gleichstellung beraten und
- dazu beitragen, unseren Verein weiterhin offen und inklusiv zu gestalten.

Das Amt soll vertrauensvoll, unabhängig und unterstützend wirken – nicht kontrollierend, sondern vermittelnd und stärkend für unsere Gemeinschaft.

Wir sind überzeugt: **Vielfalt macht unseren Verein stärker.**

Über Interesse, Rückfragen oder Kandidaturen freuen wir uns sehr.

Ärztliche Fachperson zur Betreuung unserer Herzsportgruppen

Unsere **Herzsportgruppen** sind ein wichtiger Bestandteil des Gesundheitssports im Verein und bieten Menschen mit **Herz-Kreislauf-Erkrankungen** ein sicheres, betreutes Training in angenehmer Atmosphäre.

Der TuS Bothfeld 04 e.V. sucht daher ab sofort eine engagierte **Ärztin oder einen engagierten Arzt zur Betreuung unserer Herzsportgruppen.**

Ihre Aufgaben

- Ärztliche Betreuung während des Herzsporttrainings
- Sicherstellung der medizinischen Aufsicht und Notfallbereitschaft
- Zusammenarbeit mit unseren erfahrenen Übungsleitungen

Rahmenbedingungen

Einsatz: alle 14 Tage im Wechsel möglich oder wöchentlich

Zeiten: montags und dienstags jeweils von 17:30 - 20:00 Uhr

Ort:

- Turnhalle Grundschule Hägewiesen
- Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule

Kontakt

Bei Interesse oder Fragen wenden Sie sich bitte an:

André Höpfner (Abteilungsleitung Gesundheitssport)

gesundheitssport@tus-bothfeld.de

Kursleitung für: Babys in Bewegung & Pilates und Yoga am Morgen

„Babys in Bewegung“

Dienstagvormittag (zwei Gruppen möglich) im Mehrzweckraum

Gesucht wird eine Kursleitung, die Babys und Kleinkinder (ca. 6-18 Monate) spielerisch in ihrer Entwicklung begleitet und Eltern Anregungen gibt. Erfahrung mit Babys ist wünschenswert, eine Lizenz ist keine Voraussetzung – bei einer Ausbildung unterstützen wir gerne.

„Pilates und Yoga am Morgen“

Donnerstagvormittags im Mehrzweckraum.

Wir freuen uns über eine engagierte Kursleitung mit Freude an Bewegung, Entspannung und idealerweise Erfahrung im Pilates- oder Yoga-Unterricht.

☐ Interesse oder Fragen?

Melden Sie sich gerne unter: info@tus-bothfeld.de

Handball - Trainer*innen & Betreuer*innen

Die Handballabteilung sucht dringend Unterstützung im Jugendbereich.

Gesucht werden **Trainerinnen und Betreuerinnen** für:

- **Mini D** (ca. 5 Jahre, ohne Spielbetrieb) – 1x pro Woche, 1 Stunde
- **weibl. D-Jugend** (Jahrgang 2015/2016) – 2x pro Woche, je 1,5 Stunden
- **männl. D2-Jugend** (Jahrgang 2015/2016) – 2x pro Woche, je 1,5 Stunden

Außerdem freuen wir uns über **Betreuer*innen**, die unsere Teams in verschiedenen Altersklassen unterstützen möchten.

Du hast Lust, Kinder für Handball zu begeistern und Teil unseres Teams zu werden? Dann melde dich bei uns!

☐ **Kontakt:** handball@tus-bothfeld.de

BFD´ler*in 2026/2027

Wir suchen **ab dem 1. August 2026** einen engagierten Menschen für den **Berufsfreiwilligendienst (BFD)**.

Aufgabenbereich:

- Unterstützung der Übungsleiter*innen im Sportbereich (z.B. Kinderturnen, Basketball, Leichtathletik, Jugendhandball)
- Unterstützung in der Ganztagsbetreuung in verschiedenen Grundschulen
- Unterstützung in der Pausenbetreuung in der IGS Bothfeld
- Unterstützung bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen
- Mithilfe bei Projektarbeiten
- Aufgaben in der Vereinsarbeit
- Unterstützung bei der Sportplatzpflege

Unsere Erwartungen:

- Bereitschaft zu flexiblen Arbeitszeiten (tw. auch am Wochenende)
- Pünktlich- und Verlässlichkeit
- Erfahrungen im Umgang mit MS-Office
- Begeisterung für den Sport
- Kommunikations- und Teamfähigkeit

Wir bieten ein angemessenes Taschengeld und interessante Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten an.

Bitte sende uns deine Bewerbung inkl. Lebenslauf vorzugsweise per Mail an unsere Geschäftsstelle (info@tus-bothfeld.de)

Über uns

Interview: Sonja Schittek - Schriftwartin

Kannst Du Dich bitte kurz vorstellen und uns etwas über Deine Rolle im Vorstand des TuS Bothfeld 04 erzählen?

Hallo, ich bin Sonja* Schittek, und nun ein Teil des Hauptvorstandes beim TuS Bothfeld 04!

Wie lange bist Du bereits Teil des TuS Bothfeld 04 und in welcher Funktion hast Du begonnen?

Mein erster Kontakt mit dem TuS kam über die Handballabteilung. Ich nahm, mit unserem ersten Sohn an MuKiVa teil. Auch unser zweiter Sohn (geb. 06/2004) begann seinen sportlichen Werdegang bei Martina Jarosch mit MuKiVa. Im April 2012 habe ich dann selbst mit Handball angefangen. Als Späteinsteigerin fand ich meinen Platz bei den 3. Damen... Dort spielte ich bis zum Ende der Saison 2018/2019 im Tor. Seit April 2019 mache ich die Übungsleiterabrechnungen der Handballtrainer und Helfer, der Handballabteilung. Außerdem bereite ich die Laptops für das Kampfgericht für die Heimspiele vor... Diese Aufgabe gebe ich nun, nach sieben Saisons, ab. In Corona (September 2020) habe ich MuKiVa übernommen... Seither trainiere ich die Aller kleinsten beim Handball... Die Kinder im Alter von drei bis fünf Jahren kommen mit Ihren Eltern, um mit dem Handball zu „sporteln“.

Was hat Dich dazu bewogen, eine Vorstandsposition ehrenamtlich im TuS Bothfeld 04 zu übernehmen?

Ich engagiere mich ehrenamtlich, um aktiv etwas zum gemeinsamen Leben im Stadtteil beizutragen.

Was ist Deine Lieblingssportart und warum?

Handball: Weil Mannschaftssport verbindet und es ein spannender, schneller Sport auf dem Spielfeld ist.

Tanzen (Standard und Latein): Weil neben Sport, die Musik meine zweite Leidenschaft ist... egal ob in Bewegung, als Gesang oder in meiner Selbständigkeit als Musikgarten-Lehrkraft.

Was bedeutet Sport für Dich persönlich?

Sich fit halten und gesund alt werden.

Gibt es ein besonderes Projekt oder eine Initiative, die Dir besonders am Herzen liegt?

Kindern und Jugendlichen den Sport im Verein ans Herz zu legen, weil Sport in Gemeinschaft Spaß macht und keinen isoliert.

Wie verbringst Du Deine Freizeit außerhalb des Vereins?

Ich singe in einer Gemeindeband, gucke unseren zwei Söhnen gerne bei ihren Handballspielen zu und bin gerne in unserem Garten!

Hast Du eine besondere Erinnerung oder ein Highlight aus deiner Zeit im Verein, dass Du mit uns teilen möchtest?

Ja, die Pfingstzeltlager mit der Handballabteilung: zunächst in Datterode und später in Delmenhorst... jedes Jahr ein Höhepunkt für

alle Kinder- und Jugendmannschaften der Handballabteilung: Sehr anstrengend für alle beteiligten Trainer und Helfer, aber unvergesslich!

Außerdem das Handball-Rasenturnier auf unserer BezirksSportAnlage (BSA)... jedes Jahr ein Wochenende mit tollen Begegnungen, vielen Mannschaften und Spaß.

Wie siehst Du die Zukunft des TuS Bothfeld 04 und welche Entwicklungen wünschst Du Dir?

Ich wünsche mir mehr Vereinsmitglieder, die sich ehrenamtlich engagieren. Wenn mehr mitmachen/ mitarbeiten, ist die Arbeit im Verein auf vielen Schultern verteilt und wir bekommen ein attraktives, aktives, buntes und starkes Vereinsleben... Dieses funktioniert nur, wenn man etwas von sich einbringt.

Welche Botschaft möchtest Du den Vereinsmitgliedern und Leserinnen und Lesern des Newsletters mitgeben?

Wir leben in schwierigen Zeiten, Vereinsleben ist nicht mehr so wie noch vor fünfzehn Jahren. Ich bemerke den Schwund an ehrenamtlichen engagierten. Besonders Jugendliche und junge Erwachsene verlassen den Sportverein. Ich wünsche mir, dass sich junge Menschen trauen, sich einzubringen und, dass bereits aktive, „erfahrene/ alte“ TrainerInnen und Kursleiter den jungen Menschen die Chance geben, aktiv zu werden.

Neue Kurse

Funktionstraining PLUS

	ab 28.04.2026
Kurszeit:	Dienstags 16:00 - 17:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Nico Ludwig
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	50,00 EUR Zuzahlung mit Verordnung
	Privat 100,00 EUR

[Online-Anmeldung](#)

Nordic Walking

Einsteiger*innen- und Fortgeschrittenenkurs:	ab 09.04.2026
Kurszeit:	Donnerstags 09:30 - 11:00 Uhr

Kursleitung:	Rainer Nierfeld
Ort:	Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	7 Einheiten à 90 min
Kosten:	kostenlos für Mitglieder
	45,50 EUR für Nicht-Mitglieder
Leihgebühr für NW-Stöcke:	8 EUR pro Kurs

Online-Anmeldung

Outdoor Fitness - raus aus dem Alltag, rein in die Natur! **NEU**

	ab 14.04.2026
Kurszeit:	Dienstags 19:30 - 20:30 Uhr
Ort:	Bothfelder Wald, Treffpunkt: Vor der Sportanlage, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Vera Steuerthal
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

Online-Anmeldung

Pilates

Kurs 5	ab 08.04.2026
Kurszeit:	Mittwochs 20:30 - 21:30 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Straße 12
Kursleitung:	Magdalena Kuchenbecker
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

Online-Anmeldung

Tanzkurs **NEU**

Tanzkurs für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen	ab 17.04.2026
Kurszeit:	Freitags 20:00 - 21:00 Uhr
Ort:	Sportkindergarten, Prinz-Albrecht-Ring 2

Kursleitung:	Tanzsporttrainerin für Breitensport Bettina Fuhrmann
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten á 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Marma Yoga

	ab 07.04.2026
Kurszeit:	Dienstags 18:30 - 20:00 Uhr
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Kursleitung:	Antje Roch
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	30 EUR für Mitglieder
	90 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Vinyasa Flow Yoga

	ab 08.04.2026
Kurszeit:	Mittwochs 17:45 - 18:45 Uhr
Ort:	Turnhalle der Grundschule Hoffmann-von-Fallersleben, Thorner Str. 2
Kursleitung:	Janina Sievers
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

Kung Fu

	Voraussichtlich bis 02.06.2026
--	---------------------------------------

Kurszeit:	Apr-Sept: Dienstags 17:00 – 18:00 Uhr – Kinder und Anfänger Dienstags 18:00 – 19:00 Uhr – Fortgeschrittene
	Okt-März: Dienstags 18:30 – 19:30 Uhr – Kinder und 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](#)

Nordic Walking

Lauf- und Übungsgruppe:	Voraussichtlich bis 20.05.2026
Kurszeit:	Mittwochs 18:30 – 20:00 Uhr
Kursleitung:	Susanne Jarosch
Ort:	Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	kostenlos für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder
Leihgebühr für NW-Stöcke:	8 EUR pro Kurs

[Online-Anmeldung](#)

Pilates

Kurs 2 (Fortgeschrittene)	Voraussichtlich bis 05.05.2026
Kurszeit:	Dienstags 17:00 – 18:00 Uhr
Kursleitung:	Anne Engel
Ort:	Turnhalle Hoffmann-v.- Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Strong Nation ®

	Voraussichtlich bis 12.06.2026
Kurszeit:	Freitags 09:00 – 10:00 Uhr
Kursleitung:	Olivia Sobrino
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Tabata

	Voraussichtlich bis 05.05.2026
Kurszeit:	Dienstags 18:00 – 18:30 Uhr
Kursleitung:	Nico Ludwig
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 30 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	50 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

TaiChi & Qigong

	Voraussichtlich bis 22.05.2026
Kurszeit:	Freitags 15:30 – 17:00 Uhr
Kursleitung:	Hugo Cárdenas
Ort:	Mehrzweckraum, Carl-Loges-Str. 12
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 90 min
Kosten:	30 EUR für Mitglieder
	90 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Yoga

	Voraussichtlich bis 05.06.2026
Kurszeit:	Freitags 17:15 - 18:15 Uhr
Kursleitung:	Schoreh Zati
Ort:	Turnhalle Hoffmann-von-Fallersleben-Grundschule, Thorner Str. 2
Anzahl der Einheiten:	10 Einheiten à 60 min
Kosten:	20 EUR für Mitglieder
	65 EUR für Nicht-Mitglieder

[Online-Anmeldung](#)

Unser Tipp: Nutzen Sie die Warteliste!

Der gewünschte Sportkurs ist aktuell ausgebucht. Gerne nehmen wir Sie auf die Warteliste auf – vielleicht klappt es bald mit einem freien Platz!

Vereinsangebote*

HIP-HOP Dance ab 12 Jahren

Bist Du bereit, deine Moves zu zeigen?

Gemeinsam mit Coach Amalia tauchen die Teilnehmenden in die Welt des Hip-Hop ein und lernen coole Moves, Rhythmusgefühl und erste Choreografien – passend zur aktuellen Musik.

Egal ob Du Anfänger*in bist oder schon Tanzerfahrung hast:

Bei uns ist jede*r willkommen. Wichtig ist nicht Perfektion, sondern Spaß an Bewegung, Musik und Ausdruck. Komm vorbei, tanz dich frei und finde deinen eigenen Style!

Donnerstags

Level 1: 17:30 - 18:30 Uhr

Level 2: 18:30 - 19:30 Uhr

Ort: Sporthalle der GY Käthe-Kollwitz-Schule – Außenstelle Gottfried-Keller-Straße

Futsal - Kicken für größere Kids ab 10-12 Jahren **NEU ab 14.04.2026**

Ohne Vorkenntnisse.

Im Training stehen viele Ballkontakte, wenig Wartezeiten und spielerisches Lernen im Vordergrund! Gespielt wird im 4+1-System auf dem Kleinfeld, mit viel Bewegung und häufigem Wechsel. Nach einer kurzen Übungsphase folgt freies Spielen auf mehreren Feldern – alle Kinder sind immer aktiv dabei.

Eltern unterstützen bei der Aufsicht während der Trainingseinheiten.

Ziel ist es, Spaß an Bewegung und Teamspiel zu vermitteln – ganz ohne Leistungsdruck.

Dienstags 17:30 - 19:00 Uhr

Hinweis: Im Winter wird – je nach Wetterlage – draußen trainiert! Es kann daher zu Ausfällen kommen.

Ort: Sportplatz, Carl-Loges-Str. 12, 30657 Hannover

Aus organisatorischen Gründen bitten wir um die erste Anmeldung an info@tus-bothfeld.de

*** Für unsere Vereinsgebote ist eine Mitgliedschaft im TuS Bothfeld 04 erforderlich. Die Angebote sind langfristig angelegt, ausschließlich für Vereinsmitglieder und durch den Mitgliedsbeitrag finanziert – eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.**

Vertrauensperson

In Zusammenarbeit mit dem LandesSportBund und Violetta e.V. haben wir ein Gewaltschutzkonzept entwickelt und im Verein eingeführt. Ziel ist der Schutz vor sexualisierter Gewalt – für alle Mitglieder, unabhängig von Alter oder Geschlecht.

Ab sofort steht die vertrauliche Kontaktadresse

☐ vertrauensperson@tus-bothfeld.de

zur Verfügung.

Anliegen werden ausschließlich von unseren externen Vertrauenspersonen **Janine Daniele Wagner** und **Frank Böcker** sowie dem Vorstandsverantwortlichen für Kinderschutz (**Martin Möller**) behandelt.

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