ASV Adelheidsdorf

von 1969 e.V. … denn Sport verbindet!

ASV Lokal

Waldbaden

ASVletics

Aufsteiger in die Landesliga
ASV 1. Herren TT-Mannschaft

www.asv-adelheidsdorf.de

ASV Broschüre 2024

Unser Sportangebot

Damen-Gymnastik	**Zirkeltraining**
Herren-Gymnastik	**Faustball**
Handball	**Tennis**
Tischtennis	**Radsport**
RückenFit	**Volleyball**
Cardio-Mix	**Kinderturnen**
Kids-Action	**Darts**
Spiel & Aktiv	**Yoga**
Waldbaden ***NEU***	**ASVletix** ***NEU***

Unsere Sportstätten

Mehrzweckhalle (MZH) an der Grundschule: Schulstraße 1, 29352 Adelheidsdorf

Multifunktionsraum Begegnungsstätte (BGS): Schulstraße 3, 29352 Adelheidsdorf

Tennisplätze (4 Plätze mit roter Asche): Schulstraße 3, 29352 Adelheidsdorf

Herzlich Willkommen beim ASV

Liebe Mitglieder und Nachbarn des ASV!

Auch mit dieser neuen **Vereinsbroschüre 2024** möchten wir Euch herzlich bei uns begrüßen. Es gibt bei uns wieder viel zu erleben und Neues zu entdecken. Einiges davon stellen wir Euch auf den nächsten Seiten vor. Am besten ist es, wenn Ihr live dabei seid und unseren Verein und unsere Gemeinschaft persönlich kennenlernt.

Allen voran berichten wir auf Seite 16 von unserem neuen **ASV Lokal**, dass wir einmal im Monat in unserer Begegnungsstätte für unsere Mitglieder, Ihre Freunde und unsere Nachbarn anbieten. An jedem zweiten Freitag im Monat könnt Ihr uns ab 19:00 Uhr besuchen und ein kühles Getränke oder einen kleinen Snack zu Euch nehmen.

Vor wenigen Monaten haben wir unser neues Outdoor-Erlebnis **Waldbaden** erstmal umgesetzt. Fit im Wald ist das Motto und der Kurs findet bei uns im Wald hinter der Schutzhütte statt. Mit Aktivierungs- und Dehnbewegungen wird die Muskulatur gestärkt und die Atmungs- und Achtsamkeitsübungen wirken sich positiv auf das Herz-Kreislauf-System aus. Versucht es selbst und lest auf den Seite 13 - 14 weiter.

In der letzten Broschüre haben wir Euch erstmals unser Xletics-Team vorgestellt, das bereits an mehreren Abenteuerläufen teilgenommen hat. Aus diesem Kreis hat sich nun die neue Sparte **ASVletics** gegründet, die sich mittlerweile wöchentlich trifft und für Ihre Hindernisläufe regelmäßig trainiert (siehe auch Seite 32).

In dieser Broschüre sind alle Trainingszeiten und -orte zu unserem Sportangebot und die Kontaktdaten unserer Übungsleiter aufgeführt. Auch Informationen über unsere Beiträge und unseren Vorstand sind enthalten. Weitere Details und vor allem aktuelle Termine findet Ihr auf unserer Webseite **www.asv-adelheidsdorf.de**.

Haben wir Euer Interesse geweckt? Dann kommt vorbei und besucht uns in der Schulstraße 3 in Adelheidsdorf. Wir sagen gern **Herzlich Willkommen**!

Alexander Range	**Niko Rickens**	**Torsten Vaupel**
1. Vorsitzender	2. Vorsitzender	1. Schriftwart

Gemeinsam Energiewende bewegen

SVO
Sprengerstraße 2
29223 Celle
Telefon: 05141/2196-0
Fax: 05141/2196-1399

Geschäftszeiten des Kundencenters
montags bis donnerstags von 7.30 bis 16 Uhr
freitags von 7.30 bis 13 Uhr

Damen-Gymnastik

Hier steht ganz klar die **gemeinsame körperliche Ertüchtigung** und der Spaß im Vordergrund. Die Leistung wird nicht bewertet. Die Gymnastik-Gruppe fördert mit Ihrem Training die allgemeine und gleichmäßige Ausbildung des Körpers.

Wann:	donnerstags, 19:30 - 21:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Damen Ü60
Kontakt:	***irmgard.lehmann@asv-adelheidsdorf.de***

Volleyball

Auch für unsere **Volleyball-Freizeit-Gruppe** steht Gemeinschaft und Spaß im Vordergrund. Zu jeder Trainingseinheit gehören neben dem eigentlichen Volleyballspiel ein entsprechendes Aufwärmprogramm und mehrere Technikübungen dazu.

Wann:	sonntags, 15:00 - 17:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Herren
Kontakt:	***robert.arens@asv-adelheidsdorf.de***

Yoga (Viniyoga)

Yoga ist ein ganzheitlicher Übungsweg, der den Zustand unseres Körpers, unserer Atmung und Achtsamkeit positiv beeinflussen und zu mehr Gesundheit, Ausgeglichenheit und Klarheit führen kann. Das **wesentliche Ziel von Yoga** ist, durch eine bewusste Verbindung und Entwicklung der **Bewegung, Atmung und Wahrnehmung** unser Verständnis von uns selbst zu verbessern und die innere Zufriedenheit zu stärken.

Die verschiedenen Konzentrations- und Entspannungstechniken sowie ein regelmäßiges Üben fördern die Beweglichkeit, Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit und steigern das **körperliche und mentale Wohlbefinden**. Yoga kann helfen Stress besser abzubauen und die **Selbstheilungskräfte zu aktivieren**, in dem wir Kraft und Lebensfreude erfahren und so den Alltag besser meistern können.

Die Tradition nach der wir üben, richtet sich nach den Konventionen einer der großen, alten Yogatradtionen Indiens - namens **Viniyoga**. Sie entspricht den alten Lehren von Krishnamacharya, der als Yogalehrer und Ayurveda-Arzt das gesamte Yogaverständnis des 20. Jahrhunderts in Indien und im Westen nachhaltig prägte. Es ist trotzdem eine **moderne Art des Yogas** und frei von religiösen oder spirituellen Dogmen.

Viniyoga ist kein besonderer Yogastil, sondern eine gewisse Art Yogaüben individuell angepasst, kompetent und kreativ anzuleiten. Es versteht sich als ein **offener Weg zu mehr Gesundheit** und innerer Ruhe. Wir folgen dem Grundsatz, dass jeder Mensch ganz individuelle Möglichkeiten sowie körperliche Voraussetzungen mitbringt und daher jede Yoga-Übung an den Einzelnen anzupassen ist und nicht umgekehrt.

Im **Viniyoga** spielen akrobatische Haltungen, übermäßige Beweglichkeit oder perfekte Körperbeherrschung keine Rolle. Als oberster Leitsatz steht die **Gesundheit zu fördern**, Körperfunktionen zu harmonisieren und den Körper beweglich zu halten. Im Mittelpunkt stehen daher achtsame Körper- und entspannendene Atemübungen, die die eigenen Grenzen berücksichtigen und individuelle Fähigkeiten entsprechend ausschöpfen ohne zu überfordern.

Viniyoga spricht jeden Übenden als Mensch in seiner ganzen Vielfalt an. Es kann von jedem erlernt und ausgeführt werden, der die Motivation und Zeit dafür mitbringt.

Das erwartet Euch in unseren Yoga-Kursen:

- eine Gruppengröße von ca. 10 Teilnehmern und 60 Minuten Kurslänge.
- Körper-, Atem und meditative Übungen im Stehen, Sitzen und Liegen.
- Variantenreiche Anpassungen der Übungen, auch an die individuellen Möglichkeiten, so dass in einer Übungsstunde ganz unterschiedlichen Anforderungen an Körper, Atem und Aufmerksamkeit miteinander verbunden werden mit dem Ziel einer besonderen, ganzheitlichen Körpererfahrung.
- Intelligenter Kursaufbau, in dem die Körperhaltungen in aufbauenden Übungen vorbereitet und durch fließende Bewegungen miteinander verbunden werden; dynamische Abläufe bereiten das Verweilen in den jeweiligen Positionen vor.
- Eine harmonische Verbindung der Körperübungen mit dem Atemfluss und der achtsame Umgang mit einem bewusst geführten Atem; jeder übt dabei in seinem eigenen Atemrhythmus.
- Gesundes Üben, bei dem extreme Dehnungen und einseitige Belastungen vermieden werden und stattdessen eine Qualität des Übens in Form von Stabilität, Leichtigkeit und zielgerichtete Aufmerksamkeit erreicht werden soll.

Wann:	donnerstags, 1. Gruppe: 16:00 - 17:00 Uhr donnerstags, 2. Gruppe: 17:30 - 18:30 Uhr donnerstags, 3. Gruppe: 19:00 - 20:00 Uhr
Wo:	Begegnungsstätte Adelheidsdorf Multifunktionsraum
Wer:	ab 16 Jahre (nach Anmeldung)
Kontakt:	***kerstin.voss@asv-adelheidsdorf.de***

Sport verbindet.

Sport macht Menschen stark. Das ist gut für die Region und für unsere Zukunft. Daher fördern wir seit vielen Jahren die Sportlerinnen und Sportler von heute, wie auch die von morgen.

sparkasse-cgw.de

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse
Celle · Gifhorn · Wolfsburg

Herren Gymnastik & Faustball

Frei nach dem Motto "**wer rastet, der rostet**" und um genau diesem Phänomen entgegenzuwirken, wird jeden Dienstag ein abwechslungsreiches Sportprogramm für Herren aller Altersklassen geboten. Allen voran steht die Gemeinschaft und Geselligkeit – jeder ist in dieser Gruppe willkommen. Der Jüngste ist Anfang 30 und auch mit über 80 Jahren beweisen die ältesten Teilnehmer eine außerordentliche Fitness.

Der sportliche Ehrgeiz begleitet natürlich ebenfalls jede Trainingseinheit, jedoch ist es nicht wichtig, welche Mannschaft am Ende gewinnt. Es geht vorrangig um die gemeinsame Bewegung und das Erlebnis. Neben den sportlichen Aktivitäten finden auch gesellige Aktionen statt! Wer die Truppe "**der ewig jung Gebliebenen**" kennenlernen möchte, ist jederzeit gern zu einem Probetraining eingeladen.

Wann:	dienstags
	Gymnastik 18:00 - 19:00 Uhr
	Faustball 19:00 - 20:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Herren
Kontakt:	***rico.aeckerle@asv-adelheidsdorf.de***

ASV Darts

Das Spiel um das "**Ringen nach der 180**" verlagert sich aus den Pubs und Bars heraus in eigene Trainingsstätten. Der sportliche Wettstreit steht nun mehr im Mittelpunkt.

So auch bei uns in Adelheidsdorf, physisch sind wir zum ersten Mal im April 2022 in der neuen Begegnungsstätte zusammenkommen. Schnell hat sich herauskristallisiert, dass einige neben dem gemeinsamen Spaß am Spiel und dem geselligen Beisammensein, Ambitionen teilten, in einer Dartsliga als Team anzutreten.

So spielen wir seit September 2022 mit unserem Team - den "**ASV Steelers**" in dem Bezirksdartverband Lüneburger Heide von 2008 e.V.. Nach nur einer Saison ist unser Team aufgestiegen und wir spielen in der aktuellen Saison mit nunmehr zwei Mannschaften in der Liga um Punkte und Bestleistungen.

Dart wächst und gedeiht. So hat der Bezirksdartverband Lüneburger Heide mit insgesamt 77 Vereinen einen Zuwachs von 22 neuen Vereinen vom Spielbetrieb 2022/23 zur neuen Saison 2023/24. Mit 164 Mannschaften (plus 57 Teams) reichte die Anzahl der vorhandenen Staffeln bei weitem nicht aus, so dass neue erstellt werden mussten. Die Mitglieder sind in einem Jahr um über 300 gestiegen. Falls Du Dich für Darts interessierst, dann bist Du hier und jetzt genau richtig.

Darts ist kein Sport wie jeder andere. Das Wichtigste beim Dartsport ist Dein Kopf. Es zählt Deine mentale Stärke und Deine Gelassenheit. Darts wird in geselligen und vor allem gemischten Gruppen gespielt. Außerdem braucht es nur wenig Ausrüstung: ein Darts-Set, ein Dartboard und eine Wand … fertig.

Ob groß, ob klein - Darts ist für alle geeignet. Komm zu uns, spiele eine Runde mit und werde Teil einer sympathischen Truppe. Wir treffen uns jeden Mittwoch und Freitag in der Begegnungsstätte Adelheidsdorf. Übungspfeile liegen für Dich bereit.

Wann:	mittwochs, ab 19:00 Uhr
	freitags, ab 19:00 Uhr
Wo:	Begegnungsstätte Adelheidsdorf
	Multifunktionsraum
Wer:	ab 16 Jahre
Kontakt:	***stephanie.hinz@asv-adelheidsdorf.de***

Radsport

Der (Renn-)Radsport hat in Deutschland eine lange und erfolgreiche Tradition. Nicht zuletzt, weil er so viele Elemente kombiniert: man bekommt ein **außergewöhnliches Naturerlebnis**, man kann allein gegen die Zeit fahren oder **gemeinsam im Team** Etappen erreichen. In jeglicher Hinsicht eine vielseitige und faszinierende Sportart, die wir auf unseren gut ausgebauten Wirtschaftswegen sicher ausüben können.

Nicht wenige Adelheidsdorfer haben sich unabhängig voneinander in den letzten Jahren sehr intensiv mit dem Rennradfahren beschäftigt und ihre kleinen und auch großen Runden allein gedreht. Der ASV bietet nun all diesen Radsportlern ein Dach über dem Kopf - **mit unserer Radsport Gruppe**!

Seit 2020 hat sich die Gruppe stetig entwickelt und aus einem Gründungskern von 5 Mitgliedern ist ein Team von aktuell 13 aktiven Radfahrern entstanden. Natürlich sind alle aktiven Sportler beim Radsportverband Niedersachsen e.V. registriert und erhalten dadurch eine offizielle Mitgliedsnummer.

Es wird regelmäßig an zwei Tagen in der Woche trainiert. Das Training beinhaltet klassische Touren mit unterschiedlichen Längen- und Streckenprofilen. Des Weiteren werden spezielle Übungs- und Trainingseinheiten für Ausdauer und Kondition eingearbeitet. Somit können sowohl Anfänger als auch Geübte mitmachen. Start und Ziel ist jeweils unser ASV Heim in der Begegnungsstätte Adelheidsdorf.

Zusätzlich finden nach Abstimmung und Terminfindung auch überregionale Ausfahrten statt, die längere Strecken zwischen 60 bis 150 km bieten und durchaus auch diverse Höhenmeter enthalten. Das ASV Team tritt gemeinsam bei Radsportveranstaltungen an und legt großen Wert auf gezielte Steigerung von Gesundheit und Fitness.

Neben einem funktionstüchtigen Rennrad wird natürlich ein geeigneter Fahrradhelm benötigt. Unser Spartenverantwortlicher steht Euch hierzu gern beratend zur Seite und gibt vor allem Einsteigern wichtige Tipps für die Erstausstattung.

Auch abseits der Straße finden diverse Aktivitäten statt, die für eine teamorientierte und gemeinschaftliche Entwicklung der ASV Radsportsparte stehen. Das Team ASV Radsport freut sich auf Dich!

Wann:	mittwochs, ab 19:00 Uhr
	freitags, ab 17:00 Uhr
Wo:	Treffpunkt ASV Sportgelände
Wer:	Erwachsene ab 18 Jahren
Kontakt:	***lars.burkhardt@asv-adelheidsdorf.de***

Waldbaden - Fit im Wald

Bewegung und Entspannung für Körper, Geist und Seele

Sanfte Bewegungen mit Aktivierungs- und Dehnübungen aus dem Qigong und Indian Balance Nature, Augenentspannung, vertiefte Atmung, Achtsamkeit, Momente der Stille. Wir nehmen den Wald mit allen Sinnen wahr. Die Farben und Düfte des Waldes beruhigen, stärken gegen Stress und wirken sich positiv auf unsere Stimmung aus.

Regelmäßige Waldausflüge kräftigen unser Immun-, Hormon- und Nervensystem, schützen unser Herz und wirken beruhigend und schlaffördernd.

Lass Dich überraschen von den Möglichkeiten, die die Natur uns bietet und komm mit uns hinaus in den Wald. Kursleiterin Nicola Nesenhöner ist Natur-Resilienz-Trainerin und führt die Teilnehmer mit Achtsamkeit durch den Wald. Die Gruppe trifft sich bei jedem Wetter (Ausnahme Gewitter, Sturm und Starkregen). Teilnahme findet auf eigene Verantwortung und Gefahr statt.

Wann:	montags, 9:00 - 10:30 Uhr
Wo:	Treffpunkt Schutzhütte Adelheidsdorf Waldstraße Ecke Schulstraße
Wer:	Erwachsene ab 18 Jahren
Kontakt:	***nicola.nesenhoener@asv-adelheidsdorf.de***

Fitnesscenter Wald ? … natürlich !

Der Aufenthalt in der Natur - und insbesondere im Wald - wirkt sich positiv auf unsere Gesundheit und unsere Stimmung aus. Das Naturerlebnis stärkt unser Immunsystem, das Herz-Kreislauf-System wird stabilisiert und Stresshormone werden erfolgreich abgebaut. Der Besuch im Wald schüttet sogar Glückshormone aus, die Euch nachhaltig begleiten und Alltag spürbar erleichtern.

Hier ein beispielhafter Übungsablauf:

Wir bewegen uns sanft bis zügig - je nach Übung und Untergrund. Wir kräftigen die Muskulatur, entspannen unsere Augen und tanken unsere Akkus mit Entschleunigungs- und Achtsamkeitsübungen für alle Sinne auf. Damit Ihr Euch einen möglichen Trainingsablauf besser vorstellen könnt, findet Ihr hier eine kurze Aufstellung.

- Begrüßung und Aufwärmübung
- Kurzer Input zur Wirkung des Waldes auf unsere Gesundheit (Prävention)
- Gehen in unterschiedlichem Tempo (schlendern, normal, zügig und schnell)
- Atmung im Wald - kurzer Input und Atemübungen
- Mobilisieren (z.B. Hüfte, Gelenke, Schultern, Arme)
- Gleichgewichtsübungen
- Kräftigungsübungen für Beine, Arme, Oberkörper, Rumpf
- Achtsamkeits-/Wahrnehmungsübungen (mit allen Sinnen den Wald erleben)
- Augenentspannungsübungen
- Abschluss mit Entspannungsübung, kurzer Meditation o.ä.

BORSOS ...bei uns bekommen Sie mehr!

Terrassendächer

Komfort und Lebensqualität

- Terrassendächer und Wintergärten aus Aluminium oder Holz
- Glasschiebetür-Elemente
- Glas- oder Doppelstegplatten
- Fenster, Haustüren und Rollläden
- Schiebedächer
- Markisen und Sonnenschutz

Ihr Ansprechpartner:

Cristian Borsos

Grenzweg 19, 29336 Nienhagen

Telefon 0 51 44 - 69 88 694
Mobil 01 78 - 15 74 544

Möchten Sie unsere Ausstellung kennenlernen?

Vereinbaren Sie einen Termin mit uns!

www.borsos-wintergarten.de

ASV Lokal

Wir laden alle Mitglieder, Nachbarn und Anwohner herzlich ein !

Wir möchten Euch - unseren Mitgliedern und Nachbarn - die Möglichkeit geben, sich abseits des Sportbetriebs in gemütlicher Runde zu treffen. Da wir "**kein echtes Lokal**" mehr im Ort haben, braucht unsere Gemeinschaft unbedingt einen Treffpunkt. Reden, spielen, Musik hören, gemeinsam essen und trinken - neue Leute kennenlernen. All das bieten wir Euch an - ganz ungezwungen und ohne Anmeldung.

Die üblichen Getränke stehen bereits im Kühlschrank und Karten, Würfel und Brettspiele stehen zur freien Verfügung. Eine Dartscheibe hängt an der Wand und ausreichend Dartpfeile liegen für Euch einsatzbereit. Neben entspannter Unterhaltungsmusik für die gute Stimmung ist auch für das leibliche Wohl gesorgt: es gibt verschiedene Snacks zur Auswahl, die unser **ASV Lokal** Euch anbietet.

Fehlt nur noch Ihr - wir erwarten Euch ... jeden zweiten Freitag im Monat !

Wann:	jeden zweiten Freitag im Monat, ab 19:00 Uhr
Wo:	Begegnungsstätte Adelheidsdorf
Wer:	Erwachsene *(Kindern in Begleitung von Erwachsenen)*
Kontakt:	***info@asv-adelheidsdorf.de***

Tischtennis

Die **schnellste Rückschlagsportart der Welt** ist seit vier Jahrzehnten eine feste Größe im ASV und unsere erfolgreiche Tischtennissparte hat einen etablierten Platz im Punktspielbetrieb. Wir sind mit mehreren Mannschaften in vielen Altersklassen gut aufgestellt und bieten für alle Leistungsklassen Einsatzmöglichkeiten. Auch Freizeitsportler, die nur mal "**ungezwungen die Kelle schwingen**" möchten, sind gern bei uns gesehen.

Die erste Herren ist in der letzten Saison in die Landesliga aufgestiegen und liefert sich auf hohem Niveau beeindruckende Duelle bei ihren Punktspielen. Die 2. Herren, ebenfalls auf Bezirksebene, schafft es in die obere Tabellenhälfte, unsere 3. Herren , aufgeschlagen wird hier in der 1. Kreisklasse, liefert ebenfalls gute Ergebnisse. Mit unserer neuformierten 4. Herren schlagen wir in einer der unteren Kreisklassen auf.

Besonders hervorheben möchten wir unser **aktuelles Freitagsangebot**: auf Wunsch können jung und alt das Tischtennis-Spiel erlernen oder die eigenen Fähigkeiten verbessern. Annette Blazek, selbst eine aktive Regionalliga-Spielerin, steht mit Rat und Tat zur Seite. Ein Probetraining ist nach Abstimmung jederzeit möglich.

Auch außerhalb der Trainingszeiten sind wir eine aktive und lebendige Sparte. Nicht zu vergessen die regelmäßigen Saisonabschlüsse, die wir gemeinsam mit allen Spartenmitgliedern in unserer Begegnungsstätte feiern.

Wir würden uns freuen, Euch als neue Mitglieder in der Tischtennissparte begrüßen zu dürfen. Werdet ein Teil unser erfolgreichen Sparte und unserer fröhlichen Gemeinschaft. Gern sagen wir "**Herzlich Willkommen**" im ASV !

Wann:	**Jugendtraining & Freizeitsportler** montags, 17:30 - 19:00 Uhr freitags, 17:00 - 19:00 Uhr **Erwachsenentraining** freitags, 19:00 - 22:00 Uhr mittwochs, 18:00 - 20:00 Uhr (im 14-tägigen Wechsel auch bis 22:00 Uhr)
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Jugendliche und Erwachsene
Kontakt:	***stefan.blazek@asv-adelheidsdorf.de*** (Spartenleiter) ***annette.blazek@asv-adelheidsdorf.de*** (Jugendtraining)

Tennis

Die Tennissparte des ASV Adelheidsdorf besteht **seit über 40 Jahren** und bietet eine großzügige Außenanlage an der Schulstraße, die im Frühjahr 2022 komplett neugestaltet wurde. Die vier roten Ascheplätze umfassen die neue Begegnungsstätte und bilden somit das Zentrum um das Vereinsheim. Auch der Parkplatz und die Zuwegung sind neu angelegt worden und unser Platz Nr. 1 hat eine neue Tribüne bekommen.

Mit über 170 Mitgliedern sind wir die größte Sparte in unserem Verein und eine fröhliche Gemeinschaft, die sich immer über neue Mitglieder freut. Vor allem in unserem **Kinder- und Jugendbereich** haben wir ein abwechslungsreiches Programm und unsere Trainer bieten Euch ein förderndes und forderndes Training an. In allen Altersklassen gibt es bereits Trainingsgruppen. Den Anschluss zu finden, ist somit denkbar einfach.

Von gelegentlichem Freizeitspiel über regelmäßiges Training bis hin zu aktivem Punktspielbetrieb ist bei uns alles möglich. Wir haben nicht nur diverse Herren-, Damen- und Jugendmannschaften, sondern auch **drei begeisterte Trainer**, die sowohl im Gruppentraining als auch im Einzeltraining ihre Übungsstunden anbieten. Schnupperstunden sind nach Absprache jederzeit möglich und bei Eintritt sind diese sogar kostenfrei.

Aktuell sind etwa 80 Mitglieder in Punktspiel-Mannschaften gemeldet, die je nach individueller Ausrichtung der Teams aufgestellt sind. Für die einen ist dies eher wettkampforientiert und für die anderen mehr ein Freizeitvergnügen.

Herren & Damen: Für die Sommersaison 2024 haben wir insgesamt 6 Mannschaften gemeldet. Unsere Teams der Herren 30 und 40-1 sind eher wettkampforientiert, während die freizeitorientierten Mannschaften der Damen 40, Herren 40-2, Herren 50 und 55 Ihre Punktspiele auf Regionsebene bestreiten.

Jugend: Unsere Jugendarbeit zahlt sich aus und wir haben 7 Mannschaften gemeldet, die für jede Altersklasse ein tolles Team bereit halten. Beginnend mit unseren Jüngsten, den Bambinis, auf dem Kleinfeld bis hin zu den A-Juniorinnen.

Unsere Sommersaison läuft von April bis Oktober und bietet viele tolle Möglichkeiten des Beisammenseins. Unsere Vereinsmeisterschaft finden zum Ende der Saison statt. **Auch im Winter** wird bei uns gespielt. Jeden Mittwochabend treffen wir uns in der Tennishalle Nienhagen, die wir komplett für uns reserviert haben. Außerdem kann auch in der Winterrunde an Punktspielen oder Turnieren teilgenommen werden.

Wann:	**Sommersaison:** montags - sonntags, ganztags
	Wintersaison: mittwochs, 20:00 - 22:00 Uhr
Wo:	Außenanlage: Schulstraße 3, Adelheidsdorf
	im Winter in der Tennishalle Nienhagen
Wer:	Jugendliche und Erwachsene
Kontakt:	***christian.mathis@asv-adelheidsdorf.de*** (Spartenleiter)
	toni.junker@asv-adelheidsdorf.de (Jugendwart)

38 Jahre pawils WERBUNG

Agentur für Kommunikation
Werbetechnik & konzeptionelle
Dienstleistungen

38 Jahre in Celle und
jetzt auch in Oldenburg!

Frank-Rüdiger Pawils
Am Ohlhorstberge 3
29227 Celle

T 0 51 41 // 980 233
pawils@t-online.de

www.pawils.de

Unvergessliches Erlebnis in Kitzbühel

Im letzten Jahr wurde der Sommerurlaub von Familie Truffel um das **ATP-Tennisturnier in Kitzbühel** geplant. Zama Truffel hatte dies zu "verantworten". Sie erreichte in ihrer Altersklasse Platz 176 in der deutschen Tennis-Rangliste. Eine außergewöhnliche Leistung, die gewürdigt werden musste. Die ASV Tennissparte belohnte ihren besonderen Erfolg mit einem 100 Euro Gutschein für eine Tennisveranstaltung ihrer Wahl – die Wahl fiel auf die österreichischen Alpen.

Morgens bei leichtem Nieselregen startete der **Achtelfinal-Spieltag**. Es gab also einige Spiele samt Doppel zur Auswahl und mit Sitzplätzen auf dem Center-Court waren Truffels ganz nah am Geschehen. Der an Nr. 1 gesetzte Tomás Etcheverry (Nr. 34 der Weltrangliste) spielte ein großartiges Tennis gegen Guido Andreozzi und nahm sich im Anschluss sogar Zeit für ein kleinen Plausch und ein super Foto mit Zama.

Zama und Taja mit Sebastian Ofner

Zama mit Tomás Etcheverry

Pünktlich zu den weiteren Matches kam die Sonne hinter den Bergen raus und blieb für den Rest des Tages. Auf dem Center-Court spielte Sebastian Ofner gegen Alex Molcan ein spannendes Match mit einer super Stimmung. Außerdem konnte Zama zuschauen, wie sich Dominic Thiem, einer ihrer Lieblingsspielern, auf einem Nebenplatz, mit seinem Bruder und seinem Trainerstab auf sein Match vorbereitete.

Das letzte Match, auf das alle hin fieberten, war Dominic Thiem gegen Zhizhen Thang. Dieses Spiel wurde ein richtiges Highlight und die Stimmung war MEGA. Die Spieler gaben alles und Familie Truffel war unmittelbar dabei. Letztendlich konnte Dominik das Spiel in drei Sätzen für sich entscheiden. Zama und ihre Schwester Taja bekamen ihr erhofftes Autogramm von Dominic.

Ein wunderbares Erlebnis für die ganze Familie. Wir gratulieren Zama nochmals und wünschen Ihr weiterhin viel Erfolg für Ihre Tennis-Karriere.

Fam. Truffel auf dem Center Court

Auch beim ASV gibt es "großes Tennis" – hier die Termine 2024:

27. + 28. April 2024 offizielles **LK-Turnier des TNB** Herren 30, 40, 50 und Damen 40

29. + 30. Juni 2024 offizielles **LK-Turnier des TNB** Jugend weiblich/männlich 12 bis 18

13. + 14. Juli 2024 offizielles **LK-Turnier des TNB** Jugend weiblich/männlich 11 bis 16

Sept. 2024 offizielles **LK-Turnier des TNB** Altersklassen / Konkurrenzen noch offen

WANKE
STEUERBERATUNG

Steuerberatung
Ärzteberatung
Betriebswirtschaftliche Beratung

Lärchenweg 3
29227 Celle
Telefon 05141 / 75070
Telefax 05141 / 750799
E-Mail info@stb-wanke.de

André Wanke
Diplom-Kaufmann (FH)
Steuerberater
Fachberater für das Gesundheitswesen (DStV e.V.)

www.stb-wanke.de

Cardio-Mix Workout

Ganzkörper- und Ausdauertraining der besonderen Art: durch Steppen, Boxen, Kickbox-Beinarbeit und energiegeladene Musik ist Fun & Motivation garantiert. Nach einer Aufwärmphase und einem Cardio Training folgt ein Krafttraining mit dem Ziel, verschiedene Muskelgruppen (Bauch, Nacken, Rücken etc.) gezielt zu stärken.

Zum Abschluss jeder Einheit gibt es Entspannungsübungen. Ziel des Trainings ist es, die Herz-Lungenfunktionen zu stärken, den Körper zu stabilisieren und damit die gesamte Motorik in Einklang zu bringen.

Wann:	montags, 19:00 - 20:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Damen und Herren ab 14 Jahren
Kontakt:	***tatjana.renken@asv-adelheidsdorf.de***

RückenFit - Starker Rücken

Durch systematisches, **sanftes Ganzkörper-Training** wird die Tiefen-Muskulatur von Hals und Nacken, Schultern, Armen, Brustkorb, Rücken und Becken gekräftigt und gleichzeitig die Ausdauer der Muskeln gestärkt!

Wer kennt nicht die klassischen "Problemzonen", die wir hier mit gezieltem Training bearbeiten. Neben körperlichen Erfolgen stellen sich bei unserem RückenFit Training auch schnell weitere positive Effekte ein. Der Stoffwechsel läuft besser, das Bindegewebe festigt sich, die Körperhaltung wird stabilisiert und das Bewusstsein von Körper und Geist wird geschärft.

Wann:	montags, 20:00 - 21:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Damen und Herren ab 14 Jahren
Kontakt:	***tatjana.renken@asv-adelheidsdorf.de***

Zirkeltraining

In unserem Workout erlebst Du ein **motivierendes Ganzkörpertraining**, in dem gezielt die Hauptmuskelgruppen angesprochen werden. Das Training beinhaltet auch eine Aufwärmphase, in der der Körper durch Laufübungen, Seilspringen und anderen Aufwärmübungen auf die folgende Beanspruchung vorbereitet wird.

An einzelnen Stationen werden die Muskeln durch das eigene Körpergewicht oder durch Zusatzgeräte wie Hanteln, Bälle oder Schlingen abwechslungsreich trainiert. In kurzen intensiven oder länger andauernden Belastungsphasen kommt der Körper ins Schwitzen und für einen perfekten Abschluss sorgen Dehnübungen. Die Schnelligkeit und Intensität in den Belastungsphasen kann jeder selbst bestimmen.

Wann:	donnerstags, 18:00 - 19:15 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Damen und Herren ab 16 Jahren
Kontakt:	*franziska.walewski@asv-adelheidsdorf.de*

Eltern & Kind Turnen

Klettern, balancieren, toben ... **Bewegungsideen und kleine Spiele** für unsere Jüngsten. Wir wollen den Spaß an der Bewegung wecken und entwickeln. Das Funktionsspiel steht im Mittelpunkt des Kinderturnens. Durch das gemeinsame Agieren mit den Eltern haben die Kinder viel Sicherheit und von Anfang an einen positiven Eindruck.

Unsere Kinder üben die Steuerung von Bewegung und Koordination. Immer begleitet von ganz viel Freude an den Übungseinheiten. Es war uns schon immer ein großes Anliegen, **unsere Kleinsten früh zu fördern**.

Wann: montags, 16:00 - 17:15 Uhr
Wo: Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer: Kinder von 1 - 3 Jahre
Kontakt: ***dana.klingberg@asv-adelheidsdorf.de***

Kinderturnen

Der Klassiker! Durch **spezielle Übungen & Spiele** fordern und fördern wir u.a. Ausdauer, Muskulatur und soziales Verhalten. Durch die Gleichgewichtsentwicklung werden automatisch die Sinne der Kinder angesprochen und sensibilisiert.

Dies führt zu besserer Selbstwahrnehmung und wir üben auch auf Pedalos, Rollbrettern und anderen "**wackeligen Dingen**" und haben immer viel Spaß dabei. Auch hier ist natürlich ein kostenfreies Schnuppertraining jederzeit möglich.

Wann: donnerstags, 16:00 - 17:00 Uhr
Wo: Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer: Kinder von 4 - 6 Jahre
Kontakt: ***jana.vainqueur@asv-adelheidsdorf.de***

Kids-Action

Kids-Action hat das Ziel, **Kinder im Grundschulalter** an Sport und Bewegung heranzuführen oder beizubehalten. Das vielseitige Programm entspricht dem Bewegungsdrang von größeren Kindern. Insbesondere in dieser Entwicklungsphase ist für unsere größeren Kinder ein aktives Sport-Programm enorm wichtig.

Von spannenden Spielen, über kleine Wettkämpfe bis hin zu Ausdauerübungen mit cooler Musik - alles ist möglich und alles macht Spaß. Wir bieten ein **kindgerechtes Training**, das alle Sinne anspricht und Ihr Kind fitter werden lässt. Wir laden Euch, liebe Kinder, herzlich ein: Kommt und probiert es aus!

Wann:	donnerstags, 17:00 - 18:00 Uhr
Wo:	Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
Wer:	Kinder von 7 - 10 Jahre
Kontakt:	***jana.vainqueur@asv-adelheidsdorf.de***

Verband Wohneigentum Niedersachsen e.V.
Gemeinschaft Nienhagen-Nienhorst
Samtgemeinde Wathlingen

EINE STARKE GEMEINSCHAFT ZUM NUTZEN UND ERHALT DES WOHNEIGENTUMS

Sie planen ein Grundstück zu erwerben und ein Haus zu bauen? Sie sind bereits Haus- oder Grundstückseigentümer und wollen Ihrem Eigentum neuen Glanz verschaffen, sanieren, renovieren oder umbauen?
Dann sind Sie bei uns richtig.

Werden Sie Mitglied!

Leistungen für Mitglieder

- Bau-Finanzierungsberatung
- Rechts- und Verbraucherberatung für Haus und Grundstück
- Bau- und Energieberatung
- Gartenfachberatung
- monatliche Verbandszeitschrift

Im Mitgliedsbeitrag enthalten:

- Grundstücksrechtsschutzversicherung
- Bauherrenhaftpflichtversicherung
- Haus- und Grundstückshaftpflichtversicherung

Zusatzleistungen

- Prämiengünstige Zusatzversicherungen für den individuellen Schutz u.a. durch Rahmenvertrag mit VGH-Versicherung
- Kooperationspartner in der Samtgemeinde, in Celle und dem Landkreis, die unseren Mitgliedern Sonderkonditionen gewähren

Freizeitangebot für Kinder und Jugendliche

- **Reitfreizeiten und Sommercamp**

Nähere Informationen erhalten Sie beim Gemeinschaftsleiter Kurt Gärtner
Telefon 05085-1786 · www.nienhagen-nienhorst.imvwe.de

Spiel & Aktiv

Erster Teil: Bewegungsübungen im Sitzen

Mit Dehn- und Atemübungen im Sitzen werden im ersten Teil des Kurses alle Körperteile sanft trainiert, so dass wir eine Verbesserung von Beweglichkeit, Muskelkraft, Durchblutung & Kreislauf sowie Körperhaltung bemerken werden. Unser allgemeines Wohlbefinden wird so eine Steigerung erfahren.

Zweiter Teil: Geistige Beweglichkeit durch Spiel

Gesellschaftsspiele, wie z. B. Scrabble, fordern & fördern unsere grauen Gehirnzellen im zweiten Teil des Kurses. Eine Reihe von Spielen stehen kursseitig zur Auswahl, doch können auch eigene Spiele mitgebracht werden. Geselligkeit und Spaß hierbei tun auch unserer Seele gut.

Wann:	Bewegungsübungen im Sitzen: dienstags, 14:30 - 15:30 Uhr Geistige Beweglichkeit durch Spiel: dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr
Wo:	Begegnungsstätte Adelheidsdorf Multifunktionsraum
Wer:	Damen und Herren ab 60 Jahren
Kontakt:	***hannelore.habicht@asv-adelheidsdorf.de***

Handball - HSG Adelheidsdorf / Wathlingen

Wir sind eine leidenschaftliche Gemeinschaft von Handballspielern jeden Alters und freuen uns darauf, neue Mitglieder in unseren Jugendmannschaften begrüßen zu dürfen. Unser Ziel ist es, Kinder und Jugendliche für den Handballsport zu begeistern und sie in ihrer sportlichen Entwicklung zu unterstützen.

Mit qualifizierten Trainern und einem strukturierten Trainingsprogramm bieten wir unseren jungen Athleten die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten zu verbessern, neue Freundschaften zu knüpfen und Teamgeist zu erleben. Egal, ob Ihr Kind bereits Erfahrung im Handball hat oder neu einsteigen möchte, bei uns ist jeder willkommen.

Wenn Ihr Kind Interesse am Handball hat oder Sie mehr über unsere Jugendteams erfahren möchten, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren oder an einem unserer Trainings teilzunehmen. Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und gemeinsam die Faszination des Handballsports zu erleben!

Die **weibliche B-Jugend** spielt in der Regionsliga. Außerdem sind drei männliche Teams: **C-Jugend**, **D-Jugend** und **E-Jugend** in der Regionsliga Süd gemeldet. Unser Schwerpunkt liegt darin, die Kinder zu einer Mannschaft zu formen und an den Ligabetrieb mit den regelmäßigen Punktspielen heranzuführen.

Die **Handball - MINIs** sind, wie der Name schon sagt, die Kleinsten im Handballsport und ihr Training unterscheidet sich grundlegend vom Training höherer Altersklassen. Bei diesem ersten Kontakt mit dem “Handball“ sollen die Kinder an den Umgang mit dem Ball herangeführt werden.

Spiele und Motorikübungen bieten die Möglichkeit Bewegungserfahrung zu sammeln, nicht nur handballspezifisch, sondern sportartübergreifend. Dabei steht die Freude am Spiel im Vordergrund. Die Kinder lernen sich an Regeln zu halten, Gegnern gegenüber fair zu bleiben und das **Miteinander im Team** wird gefördert.

Wann:	**Herrentraining**
	dienstags, 19:30 - 21:30 Uhr
	freitags, 20:00 - 22:00 Uhr
	weibliche B-Jugend
	dienstags, 18:00 – 19:30 Uhr
	donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr
	männliche C-Jugend / D-Jugend
	gs, 17:00 - 19:00 Uhr
	männliche E-Jugend / Handball-MINIs
	donnerstags, 16:30 - 18:00 Uhr
Wo:	Sporthalle Kantallee / Wathlingen
Wer:	Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Kontakt:	***thomas.wichmann@asv-adelheidsdorf.de***

HSG Adelheidsdorf Wathlingen

Koberg & Tente … Eyemax … Blendwerk … Whynot

OPTIK Tegtmeier

Ostlandstr. 22D 29313 Hambühren 05084-911333 V.Tegtmeier@t-online.de

ASVletics

Im August 2022 hat sich erstmals ein sechsköpfiges Team formiert und sich erstmal bei der **XLETIX Challenge** in Stadtoldendorf angemeldet. Eine Riesengaudi für alle Teilnehmer und ein super Sommer-Event unter dem Motto: "**Ein Team, ein Ziel!**"

Extrem-Hindernisläufe erfreuen sich großer Beliebtheit und werden als Team überwunden. Neben Ausdauer und Kraft braucht man bei einigen Hindernisse auch eine ordentliche Portion Mut. Einige Hürden schafft man nur gemeinsam und so ist Teamgeist gefragt. Wie das Zielfoto beweist, hat die ASV Truppe mega zusammengehalten und sich gegenseitig durch den **Matsch-Parkour** gebracht.

Die Gründungstruppe ist mittlerweile deutlich angewachsen und trifft sich jeden Montagabend in dem Multifunktionsraum der Begegnungsstätte. Hier wird ein intensives und anspruchsvolles **Koordinations- und Ausdauertraining** geboten, damit die Kondition für den nächsten Hürdenlauf auf einem hohen Niveau gehalten wird. Auf jeden Fall ist für Euch Interessierte auch noch ein Platz frei … schreibt uns einfach an!

Wann:	montags, 18:30 - 19:30 Uhr
Wo:	Begegnungsstätte Adelheidsdorf Multifunktionsraum
Wer:	ab 16 Jahre
Kontakt:	***lars.ehrhardt@asv-adelheidsdorf.de***

Informationspflichten nach Artikel 13 und 14 DSGVO

Nach Artikel 13 und 14 EU-DSGVO hat der Verantwortliche einer betroffenen Person, deren Daten er verarbeitet, die in den Artikeln genannten Informationen bereit zu stellen. Dieser Informationspflicht kommt dieses Merkblatt nach.

1. **Namen und Kontaktdaten des Verantwortlichen sowie gegebenenfalls seiner Vertreter:**
   ASV Adelheidsdorf von 1969 e.V., Schulstraße 3, 29352 Adelheidsdorf gesetzlich vertreten durch den Vorstand nach § 26 BGB:
   1. Vorsitzender: Alexander Range, Im Winkel 1, 29352 Adelheidsdorf
   2. Vorsitzender: Niko Rickens, An der Kapelle 6, 29352 Adelheidsdorf
   1. Kassenwart: Robert Hecker, Auf dem Felde 42, 29358 Eicklingen
   1. Sportwart: Lars Ehrhardt, Akazienweg 1, 29352 Adelheidsdorf
   1. Schriftwart: Torsten Vaupel, Waldstraße 12, 29352 Adelheidsdorf
2. **Kontaktdaten des Datenschutzbeauftragten/der Datenschutzbeauftragten**:
   - nicht erforderlich
3. **Zwecke, für die personenbezogenen Daten verarbeitet werden:**
   - Die personenbezogenen Daten werden für die Durchführung des Mitgliedschaftsverhältnisses verarbeitet (z.B. Einladung zu Versammlungen, Beitragseinzug, Organisation des Sportbetriebes).
   - Ferner werden personenbezogene Daten zur Teilnahme am Wettkampf-, Turnier- und Spielbetrieb der Landesfachverbände an diese weitergeleitet.
   - Darüber hinaus werden personenbezogene Daten im Zusammenhang mit sportlichen Ereignissen einschließlich der Berichterstattung hierüber auf der Internetseite des Vereins, in Auftritten des Vereins in Sozialen Medien sowie auf Seiten der Fachverbände veröffentlicht und an lokale, regionale und überregionale Printmedien übermittelt.
4. **Rechtsgrundlagen, auf Grund derer die Verarbeitung erfolgt:**
   - Die Verarbeitung der personenbezogenen Daten erfolgt in der Regel aufgrund der Erforderlichkeit zur Erfüllung eines Vertrages gemäß Artikel 6 Abs. 1 lit. b) DSGVO. Bei den Vertragsverhältnissen handelt es sich in erster Linie um das Mitgliedschaftsverhältnis im Verein und um die Teilnahme am Spielbetrieb der Fachverbände.
   - Werden personenbezogene Daten erhoben, ohne dass die Verarbeitung zur Erfüllung des Vertrages erforderlich ist, erfolgt die Verarbeitung aufgrund einer Einwilligung nach Artikel 6 Abs. 1 lit. a) i.V.m. Artikel 7 DSGVO.
   - Die Veröffentlichung personenbezogener Daten im Internet oder in lokalen, regionalen oder überregionalen Printmedien erfolgt zur Wahrung berechtigter Interessen des Vereins (vgl. Artikel 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO). Das berechtigte Interesse des Vereins besteht in der Information der Öffentlichkeit durch Berichtserstattung über die Aktivitäten des Vereins. In diesem Rahmen werden personenbezogene Daten einschließlich von Bildern der Teilnehmer zum Beispiel im Rahmen der Berichterstattung über sportliche Ereignisse des Vereins veröffentlicht.
5. **Die Empfänger oder Kategorien von Empfängern der personenbezogenen Daten:**
   - Personenbezogene Daten der Mitglieder, die am Spiel- und Wettkampfbetrieb der Landesfachverbände teilnehmen, werden zum Erwerb einer Lizenz, einer Wertungskarte, eines Spielerpasses oder sonstiger Teilnahmeberechtigung an den jeweiligen Landesfachverband weitergegeben.
   - Die Daten der Bankverbindung der Mitglieder werden zum Zwecke des Beitragseinzugs an das Bankinstitut weitergeleitet.
6. **Die Dauer, für die die personenbezog. Daten gespeichert werden oder, die Kriterien für die Festlegung der Dauer:**
   - Die personenbezog. Daten werden für die Dauer der Mitgliedschaft gespeichert. Mit Beendigung der Mitgliedschaft werden die Datenkategorien gemäß den gesetzlichen Aufbewahrungsfristen weitere zehn Jahre vorgehalten und dann gelöscht. In der Zeit zwischen Beendigung der Mitgliedschaft und der Löschung wird die Verarbeitung dieser Daten eingeschränkt.
   - Bestimmte Datenkategorien werden zum Zweck der Vereinschronik im Vereinsarchiv gespeichert. Hierbei handelt es sich um die Kategorien Vorname, Nachname, Mannschaftszugehörigkeit, besondere sportliche Erfolge oder Ereignisse, an denen die betroffene Person mitgewirkt hat. Der Speicherung liegt ein berechtigtes Interesse des Vereins an der zeitgeschichtlichen Dokumentation von sportl. Ereignissen und Erfolgen und der jeweiligen Zusammensetzung der Mannschaften zugrunde.
   - Alle übrigen Daten (z.B. Bankdaten, Anschrift, Kontaktdaten) werden mit Beendigung der Mitgliedschaft gelöscht.
7. **Der betroffenen Person stehen unter den in den Artikeln jeweils genannten Voraussetzungen die nachfolgenden Rechte zu:**
   - das Recht auf Auskunft nach Artikel 15 DSGVO,
   - das Recht auf Berichtigung nach Artikel 16 DSGVO,
   - das Recht auf Löschung nach Artikel 17 DSGVO,
   - das Recht auf Einschränkung der Verarbeitung nach Artikel 18 DSGVO,
   - das Recht auf Datenübertragbarkeit nach Artikel 20 DSGVO,
   - das Widerspruchsrecht nach Artikel 21 DSGVO,
   - das Recht auf Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde nach Artikel 77 DSGVO
   - das Recht, eine erteilte Einwilligung jederzeit widerrufen zu können, ohne dass die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung hierdurch berührt wird.
8. **Die Quelle, aus der die personenbezogenen Daten stammen:**
   Die personenbezogenen Daten werden grundsätzlich im Rahmen des Erwerbs der Mitgliedschaft erhoben.

Ende der Informationspflicht. (Stand 09.03.2024)

ASV Adelheidsdorf / Vorstand

ASV Adelheidsdorf

von 1969 e.V. … denn Sport verbindet!

Beitragsordnung ASV Adelheidsdorf

Beitrag ASV Hauptverein	monatlich	1/2-jährlich
Kinder, Jugendliche 0 - 17 Jahre	6,00 Euro	36,00 Euro
Auszubild./Schüler/Stud. 18 - 27 Jahre	6,00 Euro	36,00 Euro
Erwachsene 18 - 64 Jahre	8,50 Euro	51,00 Euro
Familienbeitrag [1]	13,00 Euro	78,00 Euro
Senioren ab 65 Jahre	6,00 Euro	36,00 Euro
Passive Mitglieder	3,50 Euro	21,00 Euro

Zusatzbeitrag Yoga-Abteilung [2]	monatlich	1/2-jährlich
Erwachsene 18 - 64 Jahre	7,00 Euro	42,00 Euro

Zusatzbeitrag Tennis-Abteilung [2]	monatlich	1/2-jährlich
Kinder, Jugendliche 0 - 17 Jahre	3,00 Euro	18,00 Euro
Auszubild./Schüler/Stud. 18 - 27 Jahre	3,00 Euro	18,00 Euro
Erwachsene 18 - 64 Jahre	8,00 Euro	48,00 Euro
Familienbeitrag [1]	15,00 Euro	90,00 Euro
Senioren ab 65 Jahre	3,00 Euro	18,00 Euro
Passive Mitglieder	1,00 Euro	6,00 Euro

Kostenfreies Schnuppern in allen Sparten! Jederzeit!

Tennis-Zusatzregelung: Je Kalenderjahr muss jedes Mitglied ab 16 Jahre einen Arbeitseinsatz von 6 Std. leisten. Für jede nicht geleistete Stunde werden 12 Euro erhoben. Dieser Betrag wird im Folgejahr am 01. April eingezogen. Jedes neue Tennis-Mitglied erhält drei kostenfreie Trainerstunden im Gruppentraining (ab drei Teilnehmern).

[1] Erklärung Familienbeitrag: Ehe- oder Lebensgemeinschaften mit eigenen und/oder im Haushalt lebenden Kindern bis max. 17 Jahren. Der Familienbeitrag kann Anwendung finden, sofern mind. 1 Erw. + mind. 1 Kind angemeldet wird.
[2] Die Zusatzbeiträge werden auch bei einer Mitgliedschaft im SV Großmoor fällig.

Die Beiträge werden halbjährlich am 01. April und am 01. Oktober eingezogen. (Stand 09.03.2024)

Bankverbindung: IBAN: DE03 2695 1311 0000 1507 71 BIC: NOLADE21GFW (Sparkasse Celle-Gifhorn-Wolfsburg)

Unser Anmeldeformular finden Sie auf unserer Webseite im Bereich "Mitgliedschaft"

www.asv-adelheidsdorf.de

Für weitere Fragen wenden Sie sich gern an unsere Geschäftsstelle:

ASV Adelheidsdorf, Schulstraße 3, 29352 Adelheidsdorf

Tel.: 05141 - 931 22 15 oder E-Mail: *info@asv-adelheidsdorf.de*
Öffnungszeiten nach Vereinbarung (nicht innerhalb der Schulferien)

ASV Vorstand (Stand 09.03.2024)

1. Vorsitzender
Alexander Range
Im Winkel 1, 29352 Adelheidsdorf
alexander.range@asv-adelheidsdorf.de

2. Vorsitzender
Niko Rickens
An der Kapelle 6, 29352 Adelheidsdorf
niko.rickens@asv-adelheidsdorf.de

1. Kassenwart
Robert Hecker
Auf dem Felde 42, 29358 Eicklingen
robert.hecker@asv-adelheidsdorf.de

1. Sportwart
Lars Ehrhardt
Akazienweg 1, 29352 Adelheidsdorf
lars.ehrhardt@asv-adelheidsdorf.de

1. Schriftwart
Torsten Vaupel
Waldstraße 8, 29352 Adelheidsdorf
torsten.vaupel@asv-adelheidsdorf.de

NATURSTEINPARK
HORN

Urlaub zu Hause

Wir erschaffen mit Ihnen Ihre persönliche Wohlfühloase!

Alles für die individuelle Gartengestaltung auf über 2.000 m2 Ausstellungsfläche

Natursteine | Baustoffe | Monolithen | Wasserspiele | Mauersteine | Kiese | Splitte | Gabionensteine | Sichtschutz | Sande | Kaminlounges | Dekoobjekte und mehr

Natursteinpark Horn | Im Nordfeld 8 | 29336 Nienhagen
Tel. 05144-49 545 0 | info@natursteinpark-horn.de | **www.natursteinpark-horn.de**