



# VfL Maschen von 1911 e.V.

Zum Sportplatz 10 | 21220 Seevetal | 04105 - 83 666  
geschaeftsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

## Badminton

<b>Wochentag von</b>		<b>bis</b>	<b>Abteilungsleiter</b> <a href="mailto:m.heins@gmx.net">m.heins@gmx.net</a>	<b>Kurs</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Michael Heins</b> 0171-7911993
Dienstag:	20:00	22:00		Erwachsene (Fortgeschrittene, Punktspielmannschaften)	Sportzentrum in Fleestedt	<b>Übungsleiter</b> Michael Heins
Mittwoch	18:00	19:00		Jugend	Sporthalle RSA	Finn Boettger

## Fußball

**Abteilungsleiter**  
[Olaf.baumann@vflmaschen.de](mailto:Olaf.baumann@vflmaschen.de)

**Olaf Baumann**      **0174 7224456**

Die Trainingszeiten der Mannschaften finden Sie auf den Webseiten der Mannschaften

## Herzsport

<b>Wochentag von</b>		<b>bis</b>	<b>Abteilungsleiter</b> <a href="mailto:Lutz.Hopstock@t-online.de">Lutz.Hopstock@t-online.de</a>	<b>Kurs</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Lutz Hopstock</b> 04105/83649
Donnerstag:	17:30	18:30		Herzsport (Koronar)	GS Maschen	<b>Übungsleiter</b> Regina Weber/ Brigitte John
Donnerstag:	18:30	19:30		Herzsport (Koronar)	GS Maschen	Regina Weber/ Brigitte John

## Kampfsport

<b>Wochentag von</b>		<b>bis</b>	<b>Abteilungsleiter</b> <a href="mailto:Wolf.maschen@t-online.de">Wolf.maschen@t-online.de</a>	<b>Kurs</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Wolfgang Werner</b> 04105/84624
<b>Ju-Jutsu:</b>						
Montag:	18:30	20:30		Ju-Jutsu Erwachsene	GS Horst	Stefan Conje
Dienstag:	16:00	18:00		Ju-Jutsu Kinder(8-14 Jahre)	GS Horst	Stefan Conje/ Wolfgang Werner
Freitag:	18:00	20:00		Ju-Jutsu Erwachsene	GS Horst	Kerstin Völz
<b>Karate:</b>						
Montag:	15:30	16:30		Karate Kinder(6-16 Jahre)	GS Horst	Kurt Camp
Mittwoch:	16:00	17:30		Karate Kinder(6-16 Jahre)	GS Horst	Kurt Camp
	17:30	18:30		Karate Erwachsene	GS Horst	Kurt Camp



# VfL Maschen von 1911 e.V.

Zum Sportplatz 10 | 21220 Seevetal | 04105 - 83 666  
geschaeftsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

## Schwimmen

kommisarische

**Abteilungsleiterin**

Anneke Kruse

01520-1398212

[anneke.kruse@vfl-maschen.de](mailto:anneke.kruse@vfl-maschen.de)

### Wochentag

**von**

**bis**

**Kurs**

**Sportstätte**

**Übungsleiter**

Montag:	17:00	17:45	Anfängerschwimmen Gruppe I	GS Maschen	Anneke Kruse
Montag:	17:45	18:30	Anfängerschwimmen Gruppe II	GS Maschen	Anneke & Sven Kruse
Montag:	18:30	19:30	Breitensport	GS Maschen	Karin Rothenberger- Behr
Dienstag:	16:00	17:00	Bronze- Gruppe 1	GS Maschen	Heidi Graf
Mittwoch:	16:00	17:00	Leistungsgruppe	GS Maschen	Anneke Kruse
Mittwoch:	17:00	17:45	Bronze Gruppe 2	GS Maschen	Anneke & Sven Kruse
Mittwoch:	17:45	18:30	Anfängerschwimmen Gruppe III	GS Maschen	Anneke & Sven Kruse
Mittwoch:	18:30	19:30	Breitensport	GS Maschen	Karin Rothenberger- Behr
Donnerstag:	16:00	17:00	Anfängerschwimmen Gruppe	GS Maschen	Anja Paschleben
Freitag:	15:30	16:30	Silber und Talentförderungsgruppe	GS Maschen	Heidi Graf

## Tanzsport

**Abeitungsleiter:**

**Thomas Fuchs**

**04105/5984947**

[fuchsthomas@rocketmail.com](mailto:fuchsthomas@rocketmail.com)

### Wochentag von

**bis**

**Kurs**

**Sportstätte**

**Übungsleiter**

Dienstag:	19:00	20:30	Erwachsene II	GS Maschen	Thomas Fuchs/ Anne Sprange
Dienstag:	20:30	22:00	Erwachsene I	GS Maschen	Thomas Fuchs/ Anne Sprange
Freitag:	19:00	20:00	Erwachsene III		

## Tennis

**Abeitungsleiter**

**Markus Neumann**

**0162-2910431**

[manemax@web.de](mailto:manemax@web.de)

Weitere Infos unter:

[www.vfl-tennis-team.de](http://www.vfl-tennis-team.de)



## Turnen/Tanz-Kinder

**Abteilungsleiterin:** **Alexandra Meyer** **04105/668497**

[xandrameyer@web.de](mailto:xandrameyer@web.de)

<b>Wochentag von</b>	<b>bis</b>	<b>Kurs</b>	<b>Sportstätte</b>	<b>Übungsleiter</b>
<b>Eltern-Kind-Turnen:</b>				
Montag:	16:15	17:30	GS Maschen	Britta Conje
Mittwoch:	10:00	11:30	Sporthalle RSA	Britta Albers
Mittwoch:	15:00	16:30	Sporthalle RSA	Verena Nissen
<b>Kinderturnen:</b>				
		<b>Alter:</b>		
Mittwoch:	16:15	17:00 4+5 Jahre	GS Maschen	Sabine Schirr
	17:00	18:30 ab 6 Jahren	GS Maschen	Sabine Schirr
<b>Trampolinturnen:</b>				
Montag:	16:15	17:15 ab 5 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Albers
	17:15	18:15 ab 9/10 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Albers
<b>Gerätturnen:</b>				
Dienstag:	15:00	16:00 Mädchen	Sporthalle RSA	Sabine Schirr
Dienstag:	16:00	17:00 Mädchen	Sporthalle RSA	Sabine Schirr
	17:00	18:30 Mädchen	Sporthalle RSA	Sabine Schirr
<b>Leichtathletik:</b>				
<b>Dienstag:</b>	18:00	19:00 ab 9/10 Jahren	GS Maschen	Fin Conje
Donnerstag:	16:00	17:30 ab 6 Jahren	GS Maschen	Sina
<b>Inliner für Kinder:</b>				
Freitag:	17:00	18:00 ab 6 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Conje
<b>Bollywoodtanz</b>				
Dienstag:	16:00	17:30 7-13 Jahren	Jugendraum GS Maschen	Benita Schulz
	17:30	18:30 Erwachsene	Jugendraum GS Maschen	Benita Schulz
<b>Kinderballett/Modern Jazz</b>				
Donnerstag:	16:00	16:45 Jahrg. 2010/2011	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	16:45	17:30 Jahrg. 2008/2010	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	17:30	18:30 Jahrg. 2006/2007	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	18:30	19:30 Jahrg. 2000-2005	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
Freitag:	16:00	16:45 Ballett ab 3 Jahren	Halle GS Maschen	Linda Bichlmeier
	16:45	17:30 Ballett ab 5 Jahren	Halle GS Maschen	Linda Bichlmeier
	17:30	18:15 Jazz Dance	Halle GS Maschen	Hanna Behrendt



# VfL Maschen von 1911 e.V.

Zum Sportplatz 10 | 21220 Seevetal | 04105 - 83 666  
geschaeftsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

## Turnen/Tanz-Kinder

### Hip Hop:

Freitag:	18:50	19:50 Kinder	Jugendraum GS Maschen	Yvonne Schäfer
Montag:	19:00	20:30 Jugendliche	Jugendraum GS Maschen	Yvonne Schäfer

## Turnen/Gesundheitssport

**Abteilungsleiterin:**

[Xandrameyer@web.de](mailto:Xandrameyer@web.de)

**Alexandra Meyer 04105/668497**

Wochentag von	bis	Kurs	Sportstätte	Übungsleiter
<b>Wirbelsäulengymnastik/Prävention</b>				
Montag:	18:00	19:00	GS Maschen	Maureen Bode
Dienstag:	19:00	20:00	Jugendraum GS Maschen	Michaela Hönig
<b>Thai Chi/Qigong:</b>				
Donnerstag:	19:30	20:30	Jugendraum GS Maschen	Kurt Camp
<b>Pilates &amp; Co:</b>				
Donnerstag:	20:00	21:15 Pilates und Co	Sporthalle RSA	Alexandra Meyer
<b>Yoga:</b>				
Montag:	17:15	18:30 Vinyasa Yoga	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
Montag:	19:00	20:15 Vinyasa Yoga / Anfänger	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
Dienstag:	18:30	19:30 Yoga nur für Männer	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
Dienstag:	19:45	21:00 Vinyasa Yoga	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
Mittwoch:	17:30	18:45 Vinyasa Yoga	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
Freitag:	9:00	10:30 Mit Yoga ins Wochenende	Yoga-Raum RSA	Alexandra Meyer
<b>Beckenboden/Rücken:</b>				
Montag:	19:00	20:30 Fit von Kopf bis Fuß	GS Maschen	Maureen Bode
Dienstag:	8:30	09:30 Beckenboden/Rücken	Sporthalle RSA	Maureen Bode
<b>Aerobic &amp; Co/Bauch Beine Po:</b>				
Montag:	19:45	21:00 Body Complete mit und ohne Step	Sporthalle RSA	Ann-Kristin Schmanns
Dienstag:	19:00	20:00 Latin Dance	Sporthalle RSA	Semmy Aydin
Mittwoch:	19:15	20:15 Drums Alive	Sporthalle RSA	Alexandra Meyer
Freitag:	9:00	10:30 Fit&Fun (Aerobic, Step, Workout	Ballsportthalle Ramelsloh	Claudia Wentzien



# VfL Maschen von 1911 e.V.

Zum Sportplatz 10 | 21220 Seevetal | 04105 - 83 666  
geschaeftsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

<b>Wochentag von</b>	<b>bis</b>				
<b>Gymnastik:</b>	16:00	17:00	Mollig aber fit	GS Maschen	Brigitte John
Dienstag	8:45	09:45	Damengym.	GS Maschen	Barbara Marquardt
Mittwoch:	19:30	20:30	Damengym.	GS Maschen	Brigitte John
Donnerstag:	20:30	21:30	Jedermannturnen	GS Maschen	Brigitte John
<b>Wassergym.</b>					
Montag:	19:30	20:30		GS Maschen	Britta/Conje Kirstin Parge
<b>Ballsport:</b>					
Montag:	20:30	22:00	Floorball Erwachsene	GS Horst	Harald Niedermeyer
	18:30	20:00	Floorball Jugend ab 16 Jahre	GS Horst	Alex. von Heidebreck
Mittwoch:	20:00	21:30	Floorball Erwachsene	GS Horst	Harald Niedermeyer
Mittwoch:	20:00	22:00	Volleyball-Spaßgruppe	GS Maschen	Fritz Haberlandt
Mittwoch:	18:30	20:00	Floorball Kinder ab 10Jahren	GS Horst	Alex.r von Heidebreck
Freitag:	15:30	17:30	Floorball Kinder ab 10Jahren	GS Horst	Lars Wellbrock/Tjoben Baumann
<b>Nordic Walking:</b>					
Dienstag:	8:30	10:00	Leihstöcke auf Anfrage	Buchwedel	Alexandra Meyer
Donnerstag:	8:30	10:00	Telefon:04105/668497	Parkplatz Ponyhof	Alexandra Meyer
<b>Sportabzeichen für Jedermann</b>					
Samstag:	10:00	12:00	Frühjahr bis Herbst, bitte anmelden!	Sportplatz GS Maschen	Sabine Schirr
<b>Nur mit Voranmeldung bei den TrainerInnen!!!!</b>					
<b>Spinning:</b>					
<b>Maureen Bode Tele.: 017632907879.</b>					
<b>Christian Peuker Tele.: 01749533995</b>					
Montag:	8:30	9:30	Speck weg mit Spinning	Sporthalle RSA	Maureen
Montag:	18:30	19:30	Spinning für Jedermann	Sporthalle RSA	Christian
Donnerstag:	18:50	19:50	Spinning für Jedermann	Sporthalle RSA	Maureen
Freitag:	8:00	9:00	Spinning für Jedermann	Sporthalle RSA	Maureen



# VfL Maschen von 1911 e.V.

Zum Sportplatz 10 | 21220 Seevetal | 04105 - 83 666  
geschaeftsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

01.01.2018

## Sportstätten:

GS Maschen: Grundschule Maschen, Schulkamp 11  
GS Horst: Grundschule Horst, Horster Landstraße  
Sporthalle RSA: Sporthalle Rudolf Sievers Arena, Zum Sportplatz 10  
Ballsporthalle  
Ramelsloh: Sporthalle neben der Tennishalle in Ramelsloh  
Tennisplätze: Unner de Bult 39

**Geschäftsstelle: Zum Sportplatz 10, 21220 Seevetal, Telefon: 04105/83666**  
[geschaeftsstelle@vflmaschen.de](mailto:geschaeftsstelle@vflmaschen.de)

**Öffnungszeiten: Dienstag 15:00 -17:00 Uhr + Donnerstag 17:00 - 19:00 Uhr**

<b>Beitragssätze</b>			
Stand 01.01.2018	monatlich		
	Jugendliche bis 18 Jahre	Erwachsene	
Grundbeitrag	8,00 €		14,00 €
Familienbeitrag			27,50 €
Passivbeitrag	5,00 €		5,00 €
Zusatzbeiträge:			
Ballett	3,00 €		
Tennis	4,00 €		8,00 €
Tennis/Ehepaare			13,50 €
Karate	3,00 €		5,50 €
Tanzen	3,00 €		5,00 €
Fußball	3,00 €		5,00 €
Schwimmen	5,00 €		5,00 €
Schwimmkurs-Anfänger	35,00 €		
Badminton			4,00 €
Yoga			8,00 €
Wassergymnastik			5,00 €
Bollywood			3,00 €
Spinning 10er Karte	Mitglieder	30,00 €	Nichtmitglieder 55,00 €
Einmalige Bearbeitungsgebühr		8,00 €	15,00 €

Mitglieder, die das 18. Lebensjahr erreicht haben scheiden aus dem Familienbeitrag aus. Ausgenommen sind Schüler, Studenten und Auszubildende.

**Kündigungsfristen: Hauptverein: schriftlich 6 Wochen zum 30.06. oder 31.12. eines Jahres**

**Sparten: schriftlich zum 30.06. und 31.12. eines Jahres**