



Badminton

		Abteilungsleiter m.heins@gmx.net		Michael Heins	
Wochentag von	bis	Kurs	Sportstätte	Übungsleiter	
Dienstag:	20:00	22:00 Erwachsene (Fortgeschrittene, Punktspielmannschaften)	Sportzentrum in Fleestedt	Michael Heins	0171-7911993
Mittwoch	18:00	19:00 Jugend	Sportzentrum in Fleestedt	Mareike Guder	

Fußball

Abteilungsleiter
Olaf.baumann@vflmaschen.de **Olaf Baumann** **0174 7224456**

Die Trainingszeiten der Mannschaften finden Sie auf den Webseiten der Mannschaften

Herzsport

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

Kampfsport

		Abteilungsleiter Wolf.maschen@t-online.de		Wolfgang Werner	04105/84624
Wochentag von	bis	Kurs	Sportstätte	Übungsleiter	
Ju-Jutsu:					
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	
Karate:					
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

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

Abteilungsleiter:

Thomas Fuchs

04105/5984947

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

Abteilungsleiter

Markus Neumann

0162-2910431

manemax@web.de



Turnen/Tanz-Kinder

Abteilungsleiterin:

Alexandra Meyer

04105/668497

xandrameyer@web.de

Wochentag von	bis	Kurs	Sportstätte	Übungsleiter
Eltern-Kind-Turnen:				
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	
Kinderturnen:				
		Alter:		
Mittwoch:	16:15	17:00 4+5 Jahre	GS Maschen	Sabine Schirr
	17:00	18:30 ab 6 Jahren	GS Maschen	Sabine Schirr
Trampolinturnen:				
Montag:	16:15	17:00 5-7 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Albers
	17:00	17:45 8-10 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Albers
	17:45	18:45 ab 11 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Albers
Gerätturnen:				
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
Leichtathletik:				
Donnerstag:	16:00	17:30 ab 6 Jahren	GS Maschen	Sina
Inliner für Kinder:				
Freitag:	17:00	18:00 ab 6 Jahren	Sporthalle RSA	Britta Conje
Bollywoodtanz				
Dienstag:	16:00	17:30 7-13 Jahren	Jugendraum GS Maschen	Benita Schulz
	17:30	18:30 Erwachsene	Jugendraum GS Maschen	Benita Schulz
Kinderballett/Modern Jazz				
Donnerstag:	16:00	16:45 6 Jahre	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	16:45	17:30 7 - 8 Jahre	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	17:30	18:30 10 Jahre	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
	18:30	19:30 Modern Dance Teens	Jugendraum GS Maschen	Marnie Weingart
Freitag:	17:30	18:15 Jazz Dance	Halle GS Maschen	Hanna Behrendt



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

Alexandra Meyer **04105/668497**

Wochentag von	bis	Kurs	Sportstätte	Übungsleiter
Wirbelsäulengymnastik/Prävention				
Montag:	18:00	19:00	GS Maschen	Maureen Bode
Dienstag:	19:00	20:00	Jugendraum GS Maschen	Michaela Hönig

Thai Chi/Qigong:

Donnerstag:	19:30	20:30	Jugendraum GS Maschen	Kurt Camp
-------------	-------	-------	--------------------------	-----------

Pilates & Co:

Donnerstag:	20:00	21:15 Pilates und Co	Sporthalle RSA	Alexandra Meyer
-------------	-------	----------------------	----------------	-----------------

Yoga:

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

Beckenboden/Rücken:

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

Aerobic & Co/Bauch Beine Po:

Montag:	19:45	21:00 Body Complete mit und ohne Step	Sporthalle RSA	Ann-Kristin Schmanns
Dienstag:	19:00	20:00 Latin Dance/Fitness 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
geschaefsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

Wochentag von	bis				
Gymnastik:	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
Wassergym.					Britta/Conje
Montag:	19:30	20:30		GS Maschen	Kirstin Parge
Ballsport:					
Montag:	20:30	22:00	Floorball Erwachsene	GS Horst	Harald Niedermeyer
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	Tjorben Baumann
Freitag:	15:30	17:30	Floorball Kinder ab 10Jahren	GS Horst	Lars Wellbrock
Nordic Walking:					
Dienstag:	8:30	10:00	Leihstöcke auf Anfrage	Buchwedel	Alexandra Meyer
Donnerstag:	8:30	10:00	Telefon:04105/668497	Parkplatz Ponyhof	Alexandra Meyer
Sportabzeichen für Jedermann					
Samstag:	10:00	12:00	Frühjahr bis Herbst, bitte anmelden! 04105/58388	Sportplatz GS Maschen	Sabine Schirr
Spinning:					
			Nur mit Voranmeldung bei den TrainerInnen!!!!		
			Maureen Bode Tele.: 017632907879.		
			Christian Peuker Tele.: 01749533995		
			Andrea Micivish Tele.: 01773310678		
Montag:	8:30	9:30	Speck weg mit Spinning	Sporthalle RSA	Andrea
Montag:	18:45	19:45	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
geschaefsstelle@vfl-maschen.de | www.vfl-maschen.de

14.08.2018

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
geschaefsstelle@vflmaschen.de

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

Beitragssätze				
Stand 01.01.2018	monatlich		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 €
Rechnungsgebühr (entfällt bei Einzug)		5,00 €		5,00 €
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