

1. Vorsitzender	Werner Friedrichsen	Beethovenstraße 35	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 0175 1578456
2. Vorsitzender	Michael Brodersen	Am Mühlenhof 2	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-49808
stellv. 2. Vorsitzender	Thomas Klabotsch	Rainstr. 3	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-941634
3. Vorsitzende / Sozialwart	Joachim Schwerdtner	Westerharlerstr. 46	29699 Bomlitz	Tel.: 05161-4399770
1. Kassenwart / Finanzen	Oliver Feike	Im Hagen 23	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161/912031
2. Kassenwart / Mitgliederbetreuung	Günter Röhrs	Am Mühlenhof 15	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-4372
Spartenleiter Fußball (kommisarisich)	Thomas Klabotsch	Rainstr. 3	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-941634
Jugendleiter Fußball	Jörg Kagemann	Im Hagen 12	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-945149
Spartenleiter Taekwondo	Ralf Spiegel	Fallingbosteler Str.17a	29699 Bomlitz	Tel. 01738858990
Spartenleiter Tennis	Andreas Schwarzbach	Holunderstr. 19	29699 Bomlitz	Tel. 05161-47767
Spartenleiter Turnen (kommisarisich)	Mareike Zöllner	Neue Str. 6	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-4811166
Frauenwartin	Adriana Krasniqui	Pestalozzistr. 9	29669 Bomlitz	Tel. 05161-789576
Jugendwart	Matthias Schröder	Ahornstr. 9	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 0151-53241810
Sportlerheim	Maik Behnke	Freudenthalstraße 5	29699 Bomlitz-Benefeld	Tel. 05161-49949

Wir bieten folgende Sportangebote

Aikido

Turnhalle Benefeld

Dienstag	18.00-20.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
Samstag	16.00-18.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
1./2./4. Sonntag im Monat	9.00-10.30	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300

American Football

Sportplatz Benefeld ## Turnhalle Benefeld ## Waldorfhalle

Mittwoch	19.00-21.00	American Football	K. Lüke	Tel.: 0172 51 81 081
Freitag	18.30-21.00	American Football	K. Lüke	Tel.: 0172 51 81 081
Sonntag	11.00-14.00	Football Winterhalbjahr (Nov-März)	K. Lüke	Tel.: 0172 51 81 081
Mittwoch	19.00-21.30	Football Winterhalbjahr (Nov-März) Halle 1+2	K. Lüke	Tel.: 0172 51 81 081
Freitag	18.00-21.00	Football Winterhalbjahr (Nov-März) Halle 1+2	K. Lüke	Tel.: 0172 51 81 081

Badminton

Turnhalle SZ Bomlitz

Dienstag	20.15-22.00	Badminton	M.Kieselbach	Tel. 0152 29650000
----------	-------------	-----------	--------------	--------------------

Dart

Sportlerheim

Donnerstag	19.00-23.00	Dart	S. Möller	Tel. 0151 50475005
------------	-------------	------	-----------	--------------------

Cheerleading / Cheerdance

Turnhalle Benefeld # # Waldorfhalle

Montag	16.00-17.00	PeeWee Dance 2. Hallenteil	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	17.00-18.45	Junior Dance 2. Hallenteil	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	19.00-21.00	Senior Dance 2. Hallenteil	S. Brause	Tel. 05161-7874633
Mittwoch	17.00-18.00	Cheerleading für PeeWees (6-12 Jahre)	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	18.00-20.00	Cheerleading für Jugend und Seniors (11 bis ? Jahre)	S. Brause	Tel. 05161-7874633
Freitag	Altersübergreifende Spezialtrainingseinheiten für Dance, Cheerleading und Turnen , die auf Plänen der SG-Hompage und in der Turnhalle für zwei Monate im Voraus einzusehen sind.			
Samstag	13.00-16.00	Cheerleading Nach Absprache	S. Brause	Tel. 05161-7874633

Gymnastik / Fitness / Rehabilitationssport

Turnhalle Benefeld # # Waldorfhalle

Montag	17.30-18.30	Fit für Life	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	18.30-19.30	Fitnessgymnastik / Frauen / Männer	E. Zobott	Tel. 05161-49720
	18.30-19.30	Power Fitness (Fit'n Dance) für Frauen	U.Zinke	Tel.: 05161-949933
Dienstag	8.30 – 9.30	Damengymnastik für Ältere	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	19.00-20.00	Reha Innere Erkrankung 1. Hallenteil	S. Brause	Tel. 05161-7874633
	17.45-19.10	Energy Dance 2. Hallenteil	C. Oelfke	Tel. 05161-4810079
Mittwoch	18.30-19.30	Bodystyling, für Frauen 2. Hallenteil	U.Zinke	Tel.: 05161-949933
Mittwoch	19.00-21.00	Senior Cheer	S. Brause	Tel.: 05161-7874633
Donnerstag	19.30-21.00	Gymnastik Frauen 50+	M.Brünjes	Tel. 05161-49307
	19.00-20.00	Brasil Fitness 2. Hallenteil	S. Brause	Tel. 05161-7874633

Handball

(Handballspielgemeinschaft SG Benefeld – SG Bomlitz – TVJ Walsrode)

Auskünfte und Informationen bei Roland Eggersglüß unter Telefon: 05161-3863

Trainingszeiten und Neuheiten unter: <http://www.hsg-lohheide.de/>

Selbstverteidigung als alternative für Ju Jitsu**# Turnhalle Benefeld #**

Donnerstag	15.30-17.00	Mädchen / Jungen 6 – 12 Jahre	Bärbel Gummert	Tel. 017697656122
Samstag	09.00-11.00	Mädchen / Jungen ab 8 Jahre	Ralf Spiegel	Tel. 01738858990

Fußball Herren**# Sportplatz Benefeld #**

Dienstag + Donnerstag	19.00-20.30	Fußball Herren (alle Mannschaften)	Thomas Klabotsch <small>(kommissarisch)</small>	Tel. 05161-941634
-----------------------	-------------	--------------------------------------	--	-------------------

Jugendfußball Jungen # Sportplätze # vom 01.07.2014-30.06.2015 (Jugendspielgemeinschaft SG-Benefeld - SG Bomlitz)

Dienstag +Donnerstag	17.30-19.00	17.30-19.00	A2-U18 Bomlitz	M.Giese, U.Jantke	Tel.: 05161-941620
Montag + Mittwoch	18.00-20.00	18.00-20.00	B1-U17 Uetzingen	M. Dehmel	Tel.: 05161-47721
Dienstag +Donnerstag	17.30-19.00	17.30-19.00	B2-U16 Uetzingen	O.Monaco, H.Albrecht	Tel.. 05161-72182/05161-4814202
Dienstag +Donnerstag	17.00-18.30	17.00-18.30	C2-U14 Benefeld	S. Weltzien	Tel.. 0172 6486141
Dienstag +Donnerstag	17.30-19.00	17.30-19.00	D2-U12 Benefeld	T.Meyer	Tel.: 0176 10980326
Dienstag +Donnerstag	16.30-18.00	16.30-18.00	E1-U11 Bomlitz	T.Gabler	Tel.. 05163-290646
Donnerstag	16.30-18.00		F1-U9 Benefeld	J.Kagemann, O.Wedemeyer	Tel.: 05161-945149
Mittwoch	16.30-18.00		F2-U8 Benefeld	Uv.Ackeren, j.Kagemann	Tel.: 05161-945118/945149

Kinderturnen / Turnen # Turnhalle Benefeld #

Montag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind Mä/Ju bis 3 Jahre	M. Zöllner	Tel. 0173 7306731
Dienstag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind Mä/Ju 3-4 Jahre	N. Schneider	Tel. 0174 5202775
	17.00-18.00	Kinderturnen 5-6 Jahre	N. Schneider	Tel. 0174 5202775
Mittwoch	16.00-17.00	Turnen 6-10 Jahre	S. Brause	Tel. 05161-7874633
Freitag	17.00-19.00	Altersübergreifendes Turnen nach können gestaffelt(siehe unter Turnen oder Aushänge in der Halle) Airtracktraining	S. Brause	Tel. 05161-7874633

Nordic Walking/Walking # Sportplatz Benefeld (Sommerhalbjahr) #

Dienstag	17.00-18.00	Nordic Walking (Winterhalbjahr 15.30 -16.30)	N. Sadlowski	Tel. 05161-4398
Freitag	17.00-18.00	Nordic Walking (Winterhalbjahr 15.30-16.30)	N. Sadlowski	Tel. 05161-4398

Parcour # Halle Grundschule Benefeld #

Samstag	11.00-13.00	Jugendliche	Ralf Spiegel	0173 8858990
---------	-------------	-------------	--------------	--------------

Radwandern # Sportplatz Benefeld #

Mittwoch	10.00	Radwandern (14-tägig)	H. Feike	Tel. 05161-47320
----------	-------	-----------------------	----------	------------------

Sportabzeichen # Sportplatz Benefeld # im Sommer

Mittwoch	16.00-17.00	Sportabzeichen Training und Abnahme	W. Friedrichsen	Tel. 0175 1578456
----------	-------------	-------------------------------------	-----------------	-------------------

Taekwondo # Turnhalle SZ Bomlitz # # Waldorfhalle # Grundschule Benefeld #

Montag	OBS/Gymnastikraum	Selbstverteidigung –Kinder	17.00-18.00	Ralf Spiegel	Gr.Raum 2
Montag	OBS/Gymnastikraum	Selbstverteidigung-Frauen	18.00-19.30	Ralf Spiegel	Gr.Raum 2
Montag	OBS/Gymnastikraum	Selbstverteidigung-Erwachsene	19.30-22.00	Ralf Spiegel	Gr.Raum 2
Mittwoch	OBS/1 Hallendrittel	Selbstverteidigung-Frauen	18.00-19.30	Ralf Spiegel	OBS/1Halleng.
Mittwoch	OBS/Gymnastikraum	Kampf-Training	18.00-19.30	Bärbel Gummert	Gr.Raum 2
Donnerstag	GS Benefeld	Taekwondo/ Selbstverteidigung	15.30-17.00	Ralf Spiegel	
Donnerstag	GS Benefeld	Erwachsenen-Training	19.00-20.30	Bärbel Gummert , Jasper Scholz	
Freitag	OBS/Gymnastikraum	Kinder-Anfänger-Train.	15.00-16.30	Ralf Spiegel	Gr.Raum2
Freitag	OBS/Gymnastikraum	Kinder-Training Minis	15.00-16.30	Bärbel Gummert	Kl.Raum1
Freitag	OBS/Gymnastikraum	Kinder-Training Fortgeschritten	16.30-18.00	Robin Lohmeier	Gr.+Kl.Raum 1 + 2
Samstag	GS Benefeld	DAN-Vorbereitung	11.00-13.00	Ralf Spiegel	GS Benefeld

Tennis # Tennisanlage Bomlitz #

Donnerstag	Ab 17.00	Tennis	A.Schwarzbach	Tel. 05161-47767
------------	----------	--------	---------------	------------------

Volleyball # Turnhalle Benefeld #

Montag	20.00-22.00	Volleyball (Sporthalle SZ Bomlitz)	B. Modarai	Tel. 05161-4100
--------	-------------	------------------------------------	------------	-----------------

Mitgliedsbeiträge monatlich : Erwachsene 8,00 € Kinder & Jugendliche 5,50 € Rentner 5,00 € Familien 15,00 €
 Beitragseinzug zum :28.02 # 30.05 # 30.08 # 30.11 jeden Jahres Austritt möglich zum:30.06 und 31.12 jeden Jahres

Für die Tennissparte, Cheerleading, American Football, Taekwondo/Selbstverteidigung sowie Kurse wird ein Zusatzbeitrag erhoben.

Bitte fragen Sie nach.

Werde auch Du Mitglied in unserem Verein !

Komm einfach zum „Schnupper – Training“ in eine Übungsstunde Deiner Wahl.

Nähere Informationen bekommst Du von den Übungsleitern oder den auf der ersten Seite aufgeführten Vorstandsmitgliedern.

<http://www.sg-benefeld-cordingen.de>