



aktuell

Vereinszeitung des Turnverein Langen von 1908 e.V.

Vorstand

Einladung JHV, Satzungsänderungen, neues Schutzkonzept, ab S. 3

Fussball

U18 Kreismeister, U17 Aufstieg in Bezirksliga, Trainingscamp Rabauken St. Pauli, ab S. 7

Handball,

Aufstieg w-C-Jugend in Landesliga, Weihnachtsfeier, ab S. 11

Schwimmen

Rückblick, Weihnachtsfeier, S. 13

Tennis

Saisoneröffnung, Kinder-tennis im Sommer, S. 14

Leichtathletik

Neue Kampfrichter, Weihnachtsfeier, Bezirksmeisterschaften Crosslauf, Hallensportfest Loxstedt, zwei Landesmeistertitel für Tamina Heller, ab S. 15

TVL Info

Infos des Vorstands, sportliche Angebote des Vereins, Beitragssätze, S. 17-20

Turnen

JHV der Turnabteilung, Vorstellung der Kinderturnwartin, „Fit und Pffiffig“, La-Qi, Zen-Gruppe BRH, ab S.25

Karate/Aikido

Neuer AKS-Lehrgang, AKS-Prüfung, ab S. 29





smile designer®
Willkommen im Land des Lächelns.

Ein schönes Lächeln kann so einfach sein.

SMILEDESIGNER-LOUNGE GEESTLAND
Ziegeleistr. 1 | 27607 Geestland
☎ 0 47 43 - 9 13 23-33
www.smiledesigner.de



marien APOTHEKE
Leher Landstraße 38 · 27607 Geestland
☎ 04743 84 62 · ☎ 04743 276 04 61
info@marien-apotheke-langen.de
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 8.00 - 18.30 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr
www.marien-apotheke-langen.de

-10%
auf einen Artikel Ihrer Wahl
(gültig im März/April/Mai 2020)
Nicht gültig bei Sonderpreisen, Aktionen
Kombiartikeln, Sonderpreisen, Geschenken
Kundenkarten, Mitgliedschaften, Rabatten



**KOMPETENZ UND ERFAHRUNG
FÜR IHRE GESUNDHEIT**

**REHABILITIEREN
ERHALTEN
AUFTANKEN
ENTSPANNEN
WOHLFÜHLEN**

**Praxis für Physiotherapie
Thomas Krusche**
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Praxis Thomas Krusche
Am Tannenkamp 2
27607 Geestland OT Langen
04743 / 95 96 48
www.praxis-krusche.de

Kfz-Meisterbetrieb
seit 1986

AUTODIENST VOGEL GmbH & Co. KG
FREIE WERKSTATT
Mit uns fahren Sie gut und günstig!

- PKW Instandsetzung
- Verkauf von Gebrauchst- u. Jahreswagen

Ernst und Harald Vogel
Dorfmitte 18 · 27607 Neuenwalde/Geestland
Tel. 04707-930016
www.autodienst-vogel.de
autodienst-vogel@t-online.de



Wein Ahlfeld
Weinhandlung & mobiler Ausschank.

- lose Brände + Liköre
- Präservenservice
- Weine auf Kommission

Öffnungszeiten:
Mi., Do., Fr. 10 – 13 Uhr und 15 – 18 Uhr
Sa. 10 – 13 Uhr

Leher Landstraße 26 · 27607 Geestland · Tel. 0 47 43 / 3 44 54 74
www.ahlfeldwein.de

**P PAPE
MALEREI
GLASEREI**

... mehr als Farbe

Maler- und Tapezierarbeiten
Fußbodenverlegung
Reparatur- und Umverglasung
Wärmedämmung

WWW.PAPE-MALEREI.DE

Malerei Pape GmbH
Langen, Im Steinviertel 22-24
27607 Geestland
Telefon (04743) 52 59
info@pape-malerei.de

Ich möchte Ihre Immobilie verkaufen!

Ihr Erfolg steht im Mittelpunkt!

- Marktgerechte Bewertung
- Ausführliches Exposé
- Anzeigen auf den wichtigsten Internetportalen
- Streuung durch Immobilienbörsen
- Eigene Immobilienzeitschriften
- Begleitung bis zum Kaufvertrag

Ihr Walter M. Brogsitter

RDM

RAT Immobilien
IMMOBILIEN
VERMIETUNG
HAUSVERWALTUNG
FINANZIERUNG

Alsmer Str.1 · Dorum · Tel. 0 47 42-9 21 00 · www.rat-immobilien.de



Moin, Moin

Nach der JHV 2025 ist vor der JHV 2026 – die Vorbereitungen laufen und wir sind gespannt, ob die Neuerungen des letzten Jahres sich positiv auf die Teilnehmerzahl 2026 auswirken werden.

Als Sportverein wollen wir auch den Sport in den Vordergrund stellen und ihm den gebührenden Raum geben. Dazu erschien es uns angebracht, dass die unterschiedlichen Sparten ihr Sportjahr auch mit Bildunterstützung vorstellen und so den Mitgliedern einen interessanten Einblick gewähren. So soll es auch in diesem Jahr sein.

Auch bei den Ehrungen gehen wir neue Wege. Die Ehrungen werden wir komprimierter als in früheren Jahren durchführen, ohne die Bedeutung herunter zu brechen.

Aber es stehen auch wieder wichtige Entscheidungen an, die alle Mitglieder betreffen und dazu brauchen wir eure Hilfe.

Der geschäftsführende Vorstand, sowie die Mitglieder des Vorstandes und des erweiterten Vorstandes haben auf ihren Sitzungen einen Antrag vorbereitet, der den Mitgliedern auf der JHV vorgestellt werden wird. Vor zwei Jahren haben wir die Beitragsstruktur und damit die einzuziehenden Beiträge an die aktuelle finanzielle Situation des Vereins angepasst.

Nun sind mit Beginn des Jahres die gesetzlichen Mindestlöhne angehoben worden. Dem sind wir verpflichtet. Das haben wir in diesem Jahr bis jetzt ohne Anhebung der Beiträge bisher leisten können, bringt den Verein aber wieder an seine Grenzen. Daher müssen wir darauf reagieren und werden der Vollversammlung den Antrag des Vorstandes zu einer gemäßigten Beitragsanpassung (1 Euro) zum 1. Juli vorschlagen, zusammen mit einem Antrag zu einer weiteren Anpassung (1 Euro) zum 1. Januar 2027 vorlegen. Zu diesem Zeitpunkt wird der Mindestlohn erneut angehoben.

Wir tun dies nicht gern, sehen aber keine Möglichkeit anders auf die gesetzlichen Vorgaben zu reagieren. Wir hoffen auf euer Verständnis. Die Beitragsanpassung betrifft alle Mitglieder mit Ausnahme der passiven Mitglieder. Hier bleibt der Beitrag unverändert.

Im vergangenen Jahr mussten wir erneut über die geänderte Satzung abstimmen. Auch wenn man sich sehr intensiv damit befasst, unterlaufen uns kleine Fehler. Die müssen wir jetzt noch einmal korrigieren. In zwei Paragraphen muss eine Änderung vorgenommen werden, die aber entscheidend für die Zuteilung der Gemeinnützigkeit ist. Weitere Änderungen betreffen fehlerhafte Verweise auf andere Paragraphen. Um alles regelkonform zu erledigen, müssen die Mitglieder wieder über die Änderungen abstimmen. (Die zu ändernden Passagen sind in dieser Ausgabe einzusehen.)

Vor Weihnachten haben wir, wie in den vorangegangenen Jahren auch, unsere Weihnachtsfeier beim Weinmobil Alfeld durchgeführt. Jan hat alles wieder gemütlich hergerichtet und vorbereitet, so dass wir mit vielen Ehrenamtlern, den Jahresabschluss feiern konnten. Vielen Dank dafür, Jan!

Der Vorstand nutzt diesen Anlass, um sich am Ende des Jahres bei den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern für ihren Einsatz für den Sport und für den Verein zu bedanken. (Ohne Euch geht es nicht!) Im Laufe der Jahre wird die Gemeinschaft, die an der Feier teilnimmt, immer größer. So waren wir in diesem Jahr mit etwa 60 ehrenamtlichen Mitgliedern so viele wie noch nie. Das war toll und wir hatten einen sehr schönen Abend. Wir deuten dies auch als Anerkennung, dass wir mit diesem Weg, Danke zu sagen, richtig liegen.

Last but not least möchte ich kurz von unserem „Seniorencafe“ berichten. Das Treffen hat seit Oktober regelmäßig stattgefunden. Es war immer gut besucht und die Gruppe hat sich vorgenommen, für den Verein etwas zu gestalten. Im Gespräch ist beispielsweise eine Boulebahn auf dem Gelände des TVL. Wenn das Wetter mitspielt, könnte damit demnächst begonnen werden.

Unser Treffen findet immer am ersten Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr im Sitzungsraum im Sportheim statt. Dazu sind alle, die Lust haben herzlich eingeladen.

Ralf Patzelt

Ihr Wärmepumpen-Spezialist

Alsumer Straße 34 27639 Dorum
Tel. 04742 25 42 96
www.heisse-heizung.de



EINLADUNG

zur Jahreshauptversammlung



des Turnverein Langen von 1908 e.V.

am Donnerstag, 16.04.2026, um 18.30 Uhr, im Lindenhofsaal Langen

Das Protokoll der letzten Jahreshauptversammlung vom 24.04.2025
ist ab 26.03.2026 über die Geschäftsstelle einsehbar.

Tagesordnung:

1. Begrüßung, Eröffnung, Feststellung der Beschlussfähigkeit
2. Gedenken verstorbener Mitglieder
3. Grußworte
4. Genehmigung des Protokolls der letzten Mitgliederversammlung vom 24.04.2025
5. Berichte des Vorstandes und der Kassenprüfer für 2025
6. Entlastung des Vorstandes für 2025
7. **Wahlen:** auf zwei Jahre: Vorsitzende/r, Pressewart/in, sporttechnische/r Leiter/in, Schriftwart/in, stellvertretende/r Jugendwart/in, Kassenprüfer/in
auf ein Jahr: stellvertretende/r sporttechnische/r Leiter/in, stellvertretende/r Kassenprüfer/in und Schiedsstelle
8. Bestätigung der gewählten Fachwarte
9. Beschlussfassung über den Haushaltsplan 2026
10. Beschlussfassung vorliegender Anträge:
Beitragserhöhung und Satzungs-Anpassung* unter § 2 hinzugefügt **1. Zweck des Vereins ist die Förderung des Sports**, unter § 14.2 geändert: **Für die außerordentliche Mitgliederversammlung gilt § 13 der Satzung entsprechend, jedoch ist hier die Einladung über die Vereinszeitung nicht erforderlich.** (Info unter www.tvlangen.de oder Geschäftsstelle TV Langen*)
11. Ehrungen 2026
12. Verschiedenes

Anträge zur Jahreshauptversammlung müssen bis spätestens 02.04.2026
schriftlich mit Begründung in der Geschäftsstelle eingegangen sein.

Mit Sportgruß DER VORSTAND



www.Apotheke-am-Lindenhof.net



Autohaus Rieper GmbH

**Mitsubishi- und Nissan Vertragshändler · www.autohaus-rieper.de
Zum Schönenfelde 1 · 21775 Ihlienworth · ☎ 0 47 55/2 96**

Neu- und Gebrauchtfahrzeuge – Abschleppservice – Unfallschadenbeseitigung
Reifendienst/Einlagerung – Reparaturen aller Kfz-Fabrikate
TÜV/AU-Abnahme ... und Klimaanlage-Service – jetzt checken lassen.

Wir reparieren auch Glasschäden!

Satzungsvergleich

Satzung von 2024

§2 Zweck und Grundsätze

1. Der Verein setzt sich zur Aufgabe, nach dem Grundsatz der Freiwilligkeit und unter Ausschluss von parteipolitischen, ethnisch und konfessionellen Gesichtspunkten der Gesundheit und der Lebensfreude seiner Mitglieder zu dienen.
2. Der Satzungszweck wird verwirklicht insbesondere durch:
 - a) entsprechende Organisation eines geordneten Sport-, Spiel-, Übungs- und Kursbetriebes für alle Bereiche, einschließlich des Breiten-, Leistungs- und Inclusionssports,
 - b) die Durchführung eines leistungsorientierten Trainingsbetriebes,
 - c) die Durchführung von sportspezifischen Vereinsveranstaltungen,
 - d) die Beteiligung an Turnieren und Vorführungen, sportlichen Wettkämpfen,
 - e) die Durchführung von allgemeinen und sportorientierten Jugendveranstaltungen und -maßnahmen,
 - f) Aus-/Weiterbildung und Einsatz von sachgemäß ausgebildeten Übungsleitern, Trainern und Helfern,
 - g) die Beteiligung an Kooperationen, Sport- u. Spielgemeinschaften,
 - h) Angebote der Jugendsozialarbeit und der bewegungsorientierten Jugendarbeit,
 - i) Maßnahmen und Veranstaltungen zur Erhaltung und Förderung des körperlichen, seelischen und geistigen Wohlbefindens

§14 Die außerordentliche Mitgliederversammlung

Die außerordentliche Mitgliederversammlung findet statt, wenn der Vorstand die Einberufung mit Rücksicht auf die Lage des Vereins oder auf außerordentliche Ereignisse für erforderlich hält. wenn die Einberufung von wenigstens ¼ aller stimmberechtigten Mitglieder unter Angabe des Zwecks und der Gründe verlangt wird. Für die außerordentliche Mitgliederversammlung gilt § 10 der Satzung entsprechend.

neue Fassung 2026

§2 Zweck und Grundsätze

1. **Zweck des Vereins ist die Förderung des Sports.**
2. Der Verein setzt sich zur Aufgabe, nach dem Grundsatz der Freiwilligkeit und unter Ausschluss von parteipolitischen, ethnisch und konfessionellen Gesichtspunkten der Gesundheit und der Lebensfreude seiner Mitglieder zu dienen.
3. Der Satzungszweck wird verwirklicht insbesondere durch:
 - a) entsprechende Organisation eines geordneten Sport-, Spiel-, Übungs- und Kursbetriebes für alle Bereiche, einschließlich des Breiten-, Leistungs- und Inclusionssports,
 - b) die Durchführung eines leistungsorientierten Trainingsbetriebes,
 - c) die Durchführung von sportspezifischen Vereinsveranstaltungen,
 - d) die Beteiligung an Turnieren und Vorführungen, sportlichen Wettkämpfen,
 - e) die Durchführung von allgemeinen und sportorientierten Jugendveranstaltungen und -maßnahmen,
 - f) Aus-/Weiterbildung und Einsatz von sachgemäß ausgebildeten Übungsleitern, Trainern und Helfern,
 - g) die Beteiligung an Kooperationen, Sport- u. Spielgemeinschaften,
 - h) Angebote der Jugendsozialarbeit und der bewegungsorientierten Jugendarbeit
 - i) Maßnahmen und Veranstaltungen zur Erhaltung und Förderung des körperlichen, seelischen und geistigen Wohlbefindens

§14 Die außerordentliche Mitgliederversammlung

Die außerordentliche Mitgliederversammlung findet statt, wenn der Vorstand die Einberufung mit Rücksicht auf die Lage des Vereins oder auf außerordentliche Ereignisse für erforderlich hält. wenn die Einberufung von wenigstens ¼ aller stimmberechtigten Mitglieder unter Angabe des Zwecks und der Gründe verlangt wird. Für die außerordentliche Mitgliederversammlung gilt § 13 der Satzung entsprechend, **jedoch ist hier die Einladung über die Vereinszeitung nicht erforderlich.**

Der TV Langen entwickelt ein Schutzkonzept zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt im Sport

Liebe Vereinsmitglieder,

leider gibt es im Sport ein Thema, das nicht an Aktualität verliert und das jeden, der im Sport tätig ist, betrifft – sexualisierte Gewalt. Um insbesondere die Risikogruppe der Kinder und Jugendlichen zu schützen, hat sich der TV Langen dazu entschieden, in Zusammenarbeit mit dem KSB Cuxhaven und unter Einbeziehung von Fachberatung, ein Schutzkonzept zur Prävention von sexualisierter Gewalt von Kindern und Jugendlichen im Sport (PSG) zu erstellen.

Das Schutzkonzept umfasst die Etablierung von Vertrauenspersonen innerhalb des Vereins, die bei Verdachtsfällen als Ansprechpartner zur Verfügung stehen, sowie ein vereinsinternes Beschwerde- und Meldesystem für Verdachtsfälle.

Der TV Langen steht für eine Nulltoleranz von jedweder Gewalt im Sport. Mithilfe des Schutzkonzeptes möchten wir allen Sportlern zeigen, dass wir uns unserer Verantwortung als Sportverein bewusst sind, und beim TV Langen keinerlei Gewalt, verbaler oder nonverbaler Art, toleriert wird. Zusätzlich wollen wir allen Trainern und Übungsleitenden die Last von den Schultern nehmen, sich mit diesem wichtigen Thema allein beschäftigen zu müssen und klare Strukturen für die Meldung von Verdachtsfällen schaffen.

Ein großer Teil des Schutzkonzeptes wird sich mit dem Schutz etwaiger Opfer von sexualisierter Gewalt beschäftigen. Entscheidend für uns ist, dass etwaigen Betroffenen richtig geholfen wird. Die beson-

ders ausgebildeten Vertrauenspersonen im Verein werden eng mit dem Kinderschutzbund, der Fachberatung bzw. Hilfseinrichtungen und auch psychologischen Experten in diesem Thema zusammenarbeiten, um den richtigen Umgang mit diesem so sensiblen Thema stets zu sichern.

Stellen wir gemeinsam sicher, dass wir zusammen allen Sportlern und Trainern ein sicheres sportliches Umfeld schaffen, in dem sich jeder wohlfühlt. Gewalt an Kindern und Jugendlichen hat im Sport nichts zu suchen!

Bei Fragen zu diesem Thema sprechen Sie mich gerne an.

Mit sportlichem Gruß

Thorben Simon
Arbeitsgruppe Schutzkonzept PSG

Wertschätzung...

... wurde im Dezember allen helfenden Händen durch den Vorstand zuteil. Egal ob der Einsatz öffentlich, z. B. als Trainer oder Übungsleiter oder mehr im Hintergrund, durch Ehrenämter, wie z. B. Zeitungszusteller, helfende Hand oder gute Seele erbracht wurde.

Hier zeigte sich einmal mehr der Geist eines Vereines. Geben und Nehmen. Zusammen für alle. Knapp XX Mitglieder (@Angela: Bitte hier die Zahl einsetzen) folgten der Einladung des Vorstandes zum Adventspunsch bei der Vinothek Ahlfeld und verbrachten einen tollen Abend mit vielen Gleichgesinnten, führten intensive Gespräche, knüpften Kontakte und ließen es sich bei Punsch und leckerer Pizza gutgehen.

Ich denke, ich darf im Namen aller Teilnehmenden ein herzliches Dankeschön an den Vorstand ausrichten. Es war ein gelungener Abend.

Beate Reents



GLASEREI  **STERZ**
PÜNKTLICH | SAUBER | ZUVERLÄSSIG | IHR MEISTERBETRIEB

- NEU- UND REPARATURVERGLASUNGEN
- EINBRUCHHEMMENDE VERGLASUNG
- GANZGLASTÜREN/-ANLAGEN
- UMGLASUNGEN
- DUSCHKABINEN UND SPIEGEL AUF MASS
- FLIESENSPIEGEL AUS GLAS
- DACHVERGLASUNGEN
- FENSTER, TÜREN, BAUELEMENTE



Glaseri Sterz | Langen | An der Autobahn 1 | 27607 Geestland
STERZRUF: 04743 27 86 12 | WWW.GLASEREI-STERZ.DE

Redaktionsschluss
für die Ausgabe 2/26:

1. Mai 2026



GLEICH EINTRAGEN!



U 18 wird Hallenkreismeister

Unsere U18 wurde ihrer Favoritenrolle gerecht und sicherte sich in Beverstedt den Kreismeistertitel

Im Auftaktspiel gegen den TSV Geversdorf tat man sich zunächst schwer, brachte aber mit einem knappen 1:0 Erfolg die ersten Punkte unter Dach und Fach.

In den nächsten Spielen gegen den TSV Otterndorf (5:0) und den JFV Biber (4:0) kam das Team immer besser in Schwung und fuhr standesgemäße Siege ein.

Mit einem 2:0 gegen den JFV Cuxhaven (vierter Sieg im vierten Spiel) machte unsere U 18 den Titelgewinn vorzeitig klar.

Trotz nachlassender Konzentration wurde gegen die Spvgg. Bison ebenfalls mit 2:0 gewonnen. Erst im letzten Spiel des Turniers erhielt die bis dahin saubere Weste der Jungs durch eine 0:1 Niederlage gegen den JFV Unterweser doch noch einen unnötigen Fleck.

Am Ende stand für das Team jedoch ein souveräner Turniersieg mit 15 Punkten und einem Torverhältnis von 14:1 zu Buche. Damit endet die kurze Hallensaison erfolgreich und die volle Konzentration gilt nun der anstehenden Rückrunde in der Landesliga Lüneburg. *Trainerteam U18*



Therapiezentrum Axel Lieb bleibt Sponsor unserer U 18

Unser langjähriger Unterstützer Axel Lieb wird auch in diesem Jahr wieder mit seinem Logo auf den Trikots unserer U18 werben. Das in Langen beheimatete Therapiezentrum stattete unser Team mit zwei weiteren Trikotsätzen in weiß und in schwarz aus.

Das Therapiezentrum Axel Lieb mit seinem Praxisteam aus erfahrenen Therapeuten ist spezialisiert auf die Bereiche Physio-/ Ergotherapie und Logopädie und schon seit einigen Jahren treuer Sponsor unserer Mannschaft.

Die Spieler der U18 des TV Langen sowie das Trainerteam um Michael Zorn bedanken sich recht herzlich für die erneute Unterstützung und hoffen auf eine weiterhin erfolgreiche Landesligasaison in den neuen Trikots!



Tabak & Presse Lindenhof

Detlef Harders

27607 Geestland



Tel. (04743) 50 77
E-Mail: info@presse-harders.de





U18 steht zum dritten Mal in Folge auf Platz 1 der Landesliga Lüneburg

Nachdem die Mannschaft in der Vorsaison sowohl die Vorrunde als auch die Rückrunde als Tabellenerster abschloss, konnte sie auch in diesem Jahr an diese starken Leistungen anknüpfen und sicherte sich erneut die Herbstmeisterschaft.

Vor der Saison gab es einige personelle Veränderungen im Kader der U18. Mit Brajen Guraj, Maximilian Ibrakic und Matias Matolic verließen drei Spieler den Verein. Finley Boenig und Lenn Richters schlossen sich beide der U17 des TV Langen an. Neu im Team begrüßen konnten wir Felix Ernst, Shvan Ali, Elias Schunk, Moussa Ahmad, Tyler Bechtold Ferreira, Joel Rauch und Josip Krizmanic. Im Verlauf der Vorrunde wurde dann auch das bisherige Trainer-

Es folgten mit dem 2:0 gegen den JFV Unterweser und dem 5:1 gegen den TSV St. Jürgen zwei weitere souveräne Heimsiege. Durch den Rückzug der SG Buxtehude-Alt Kloster aus der Landesliga und die anstehenden Herbstferien ergab sich eine längere Pflichtspielpause für unser Team. Diese wurde von uns für einige Testspiele gegen starke Gegner genutzt. Die U19 des JFV Bremerhaven (3:1), die A1 des TuS Sudweyhe (4:3), die 1. Herren des Geestemünder TV (11:0) und die U19 des ESC Geestemünde (3:1) wurden allesamt besiegt, lediglich von der B-Jugend Regionalliga-Elf des Blumenthaler SV trennte man sich mit einem 1:1 Unentschieden.



team mit Marco Raschen um einen weiteren erfahrenen Coach erweitert.

Das Team startete mit einem 5:2 Erfolg beim JFV Unterweser in die Saison. Der Bezirksliga-Aufsteiger vom TSV St. Jürgen bezahlte eine Woche später gegen unsere Jungs viel Lehrgeld und kassierte eine herbe 0:10 Klatsche. Dem zweiten Aufsteiger von der SG Buxtehude-Alt Kloster erging es nicht viel besser. 6:0 hieß es am Spieltage für unsere U18. Einen ersten Dämpfer gab es für unser Team dann jedoch im Heimspiel gegen den JFV D/A Stade, das trotz Führung mit 3:4 verloren ging.

Doch schon im nächsten Spiel konnten unsere Jungs die Scharte wieder auswetzen. Beim 3:1 Erfolg gegen den Mitfavoriten VSK Osterholz-Scharmbeck spielten die Jungs nach einer Roten Karte über eine Stunde in Unterzahl und verdienten sich die Punkte mit einer großartigen kämpferischen Mannschaftsleistung.

Platz	Mannschaft	Spiele	G	U	V	Tore +	Tore -	Diff.	Punkte
1.	TV Langen U18	8	6	0	2	33	10	23	18
2.	VSK Osterholz-Scharmbeck U18	8	5	1	2	27	10	17	16
3.	JFV D/A & Stade U18	8	4	2	2	27	16	11	14
4.	JFV Unterweser U18	8	2	1	5	20	26	-6	7
5.	TSV St. Jürgen (U18)	8	0	0	8	4	49	-45	0
6.	SG Buxtehude-Alt Kloster U18 zg.	0	0	0	0	0	0	0	0

Tabelle Stand: 31.12.2025

Dementsprechend ging man gut gerüstet in das Rückspiel beim JFV D/A Stade, wo man sich nach einer tollen Leistung mit einem 5:2 Auswärtserfolg für die Hinspielniederlage revanchierte. Das abschließende Spiel gegen den VSK Osterholz-Scharmbeck fiel den schlechten Witterungsverhältnissen zum Opfer und wurde aufgrund der Bedeutungslosigkeit für die Tabelle vom Verband nicht mehr neu angesetzt.

In der anstehenden Frühjahrsrunde geht es nun darum, erneut den ersten Tabellenplatz zu erreichen, um sich die Teilnahme an den Aufstiegsspielen zur A-Jugend-Niedersachsenliga zu sichern. Denn das erklärte Ziel der Jungs und des Trainerteams um Michael Zorn ist es, das abschließende U19-Jahr in der Niedersachsenliga zu kicken.

Trainerteam TV Langen U18

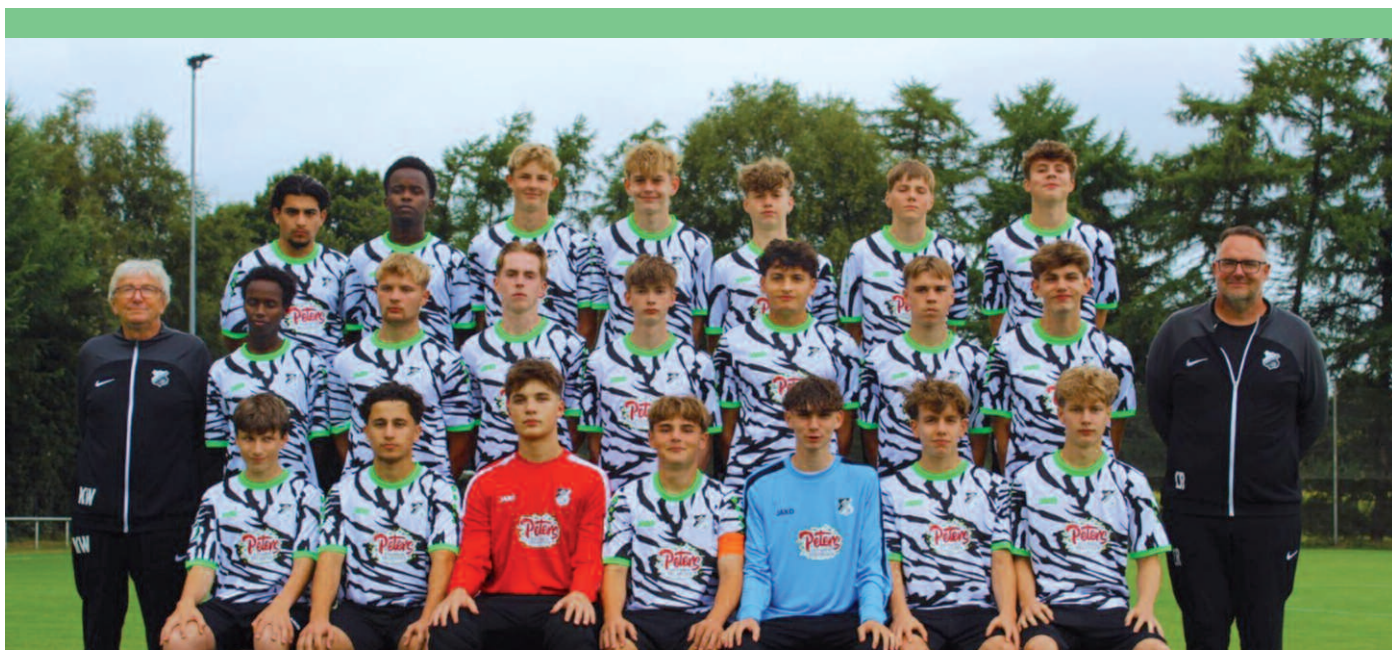
TV Langen U17 steigt in die Bezirksliga auf!

Nachdem die JSG Langen Debstedt U16 im Sommer 2025 Kreismeister wurde, meldeten wir für die neue Saison die Mannschaft als TV Langen U17 an, um der erfolgreichen U18 des TV Langen eine Unterbaumannschaft und somit einen evtl. Aufstieg in die Niedersachsenliga zu ermöglichen. Für die U17 wurde nun das Ziel Aufstieg in die Bezirksliga Lüneburg ausgegeben. Mit einigen Neuzugängen unter

den Spielern und Trainerstab erschien dieses durchaus machbar. Die Mannschaft wurde schließlich Wintermeister der U17 Kreisliga ohne Punktverlust mit einem Torverhältnis von 43:4 und stieg in die Bezirksliga Lüneburg auf.

Die Hallenkreismeisterschaft wurde natürlich auch gespielt, hier wurde das Team Vizemeister.

Nun startet die U17 in die Saisonvorbereitung mit einigen Testspielen gegen starke Gegner. Die Mannschaft wurde für die nächste Saison mit neuen Winterjacken ausgestattet. Natürlich sind wir immer dankbar für Unterstützer, die diese positive Entwicklung des Teams honorieren und weiter vorantreiben wollen. Für die neue Saison ist zunächst „Klasse halten“ als Ziel ausgegeben.



TV LANGEN U17



SAISON 25/26

Oben von links: Ahmed Abdullah, Mohammed Abdulghani, Jannik Peters, Joris Mueller, Louis Walinski, Lukas Butzke, Luke Langer
 Mitte von links: Kalle Witgen, Abdi Shire, Tim Felix, Bennet Wilkens, Noah Witgen, Ismail Alkanzreb, Maxim Schmidt, Finley Boenig, Carsten Richters
 Unten von links: Joshua Lohmann, Mahmoud Mahmoud, Finn Fiedler, Lenn Richters, Julien Schulze, Milan Stelling, Caden Faust
 Es fehlen: Karlo Bürckner, Samiel Loos und Aymen Al-Waeli

Unser Leistungsspektrum u.a.:

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Lymphdrainage
- Bobath
- Funktionelles Krafttraining
- Gerätetraining
- Rückenschule
- Beckenbodentherapie
- Partner von Hansefit

Ab sofort: Faszien- und Beweglichkeitstraining mit dem „five“-Konzept!



27607 Geestland-Langen
 Debstedter Straße 65
 Tel. 04743/9134277
www.impuls-geestland.de

HEIKO KÖTER

- Automobile •
- Transporter & LKW
- Vermietung mit Ladebordwand

27574 Bremerhaven
 Im Felde 13
 Tel. (0471) 30 35 55



FC St. Pauli Rabauken beim TV Langen – Fußballschule im Mai 2026



Sei' dabei und mach' mit!

Die Einheiten der Fußballschule sind nach den neuesten Erkenntnissen der Trainingsmethoden unseres Nachwuchsleistungszentrums konzipiert um durch Freude und Leidenschaft Bewegungsabläufe zu automatisieren und anspruchsvolle Trainingseinheiten zu gewährleisten.

Unter anderem erwartet dich in unserem Camp:

- tägliches Training von 9:30 Uhr bis 16 Uhr
- Trainingsschwerpunkte: Spielformen, Technik A (Dribbeln und Fintieren), Torschuss, Technik B (Passspiel und 1. Kontakt), Koordination
- Kleingruppen durch einen individuell angepassten Trainerschlüssel
- Original Trikotset der Rabauken (Trikot, Hose, Stutzen) mit Wunschdruck (Name und Nummer)
- Aluminium-Trinkflasche und ein warmes Mittagessen
- Turnbeutel, Medaille, Urkunde und kleine Giveaways
- Persönliche Rabauken Talent-Card (bei Einverständnis)
- Training in altersgerechten Kleingruppen
- Altersklasse: 6 bis 13 Jahre
- 20 Prozent-Rabattgutschein für den FC St. Pauli-Onlineshop und 25 Prozent-Rabattgutschein für den Derbystar-Onlineshop

Die An- und Abreise zum Camp erfolgt eigenverantwortlich durch die Teilnehmer*innen bzw. deren Eltern. Unser Trainerteam wartet ab 9.15 Uhr auf die Kids.

Veranstaltungsadresse

Nordeschweg 50
27607 Geestland
Cuxhaven

Veranstaltungstermine

1. Fr. 01.05.2026 09:30 - 16:00 Uhr
2. Sa. 02.05.2026 09:30 - 16:00 Uhr
3. So. 03.05.2026 09:30 - 16:00 Uhr

CAMP-Kosten pro Teilnehmer:

179 € oder 174 €, wenn du schon Rabauken-Mitglied bist.

„Ihr Haar,
unser Handwerk“

HAARWERK
SEIT 2013

Leher Landstraße 48
27607 Geestland
0 47 43/9 13 2000
www.haarwerk-langen.de

Autohof Stöppelkamp

Debstedter Straße 67 · 27607 Geestland OT Langen · Telefon (0 47 43) 64 20 + 80 03

SERES

FORTHING



Service
für
alle Marken

DFSK

BAIC HONDA

Karosserie & Lack

www.stoeppekamp.de

Keine Reparaturkosten mehr! Dank

Servicevertrag



Weihnachtsfeier der Handballabteilung

Am 07.12.2025 lud die HSG Geestland im Anschluss an die Punktspiele der weiblichen Jugend D und weiblichen Jugend C ihre Jugendmannschaften zur jährlichen Weihnachtsfeier.

Nach kurzen Begrüßungsworten durch den Jugendwart und einem gemeinsamen Gruppenfoto startete das fast schon traditionelle Handballspiel für alle. Die Spiele-

rinnen und Spieler der Minis, E-, D- und C-Jugend-Teams forderten die Eltern heraus, bei denen sich schnell die Erkenntnis breit machte, dass das nicht alles so einfach ist, wie es von der Tribüne aussieht. In den Spielpausen konnten sich alle an einem große gemeinsamen Buffet stärken.

Insgesamt war es eine schöne Weihnachtsfeier, auf der die Jugendmannschaften der

HSG Geestland gemeinsam mit ihren Eltern und viel Spaß hatten.

Wir Trainerinnen und Trainer möchten uns zum Jahreswechsel ganz herzlich bei allen Kindern und Jugendlichen und natürlich auch bei den Eltern, ohne die vieles gar nicht möglich wäre, für das Engagement und die aktive Mitarbeit ganz herzlich bedanken und freuen uns auf ein tolles Handballjahr 2026!

Erfolgreiche Vorrunde für die weibliche C-Jugend

Im Sommer startete die Saison der weiblichen Jugend C mit einer Vorrunde, in der um die Qualifikation zur Landesliga gespielt wurde.

Nach sechs Spielen, von denen wir nur eines knapp gegen den Hagener SV mit 23:33 verloren haben, konnten wir uns den zweiten Platz dieser Vorrunde sichern.

Das hat zur Folge, dass wir es tatsächlich geschafft haben, in die Landesliga einzuziehen. Das ist ein toller Erfolg und wir freuen uns sehr darüber!

In dieser erwarten uns nun die erst- und zweitplatzierten Vereine aus den anderen fünf Vorrunden, sodass uns nun neun tolle Herausforderungen bevorstehen. Wir sind gespannt, was wir erreichen können.



DIPL.-FINANZW. (FH)
FRANZ WETZEL
STEUERBERATER

NEUENWALDE | SÜDERFELD 7 | 27607 GEESTLAND
TEL. 04707 7208195 | FAX 04707 7208199

Damen-Handball

Die Damen-Handballmannschaft besteht aktuell aus 14 Spielerinnen. Die personelle Zusammensetzung bringt dabei einige besondere Herausforderungen mit sich: sechs Spielerinnen sind ortsferne Studierende, weitere vier kommen aus Bremen und Oldenburg. Lediglich vier Spielerinnen sind ortsnah ansässig.

Durch diese Verteilung gestalten sich die Trainingsbedingungen schwierig. Unterschiedliche Studienorte, längere Anfahrtswege und terminliche Überschneidungen erschweren eine regelmäßige und vollständige Trainingsbeteiligung. Eine kontinuierliche



gemeinsame Vorbereitung ist daher nur eingeschränkt möglich.

Trotz dieser Umstände zeigt die Mannschaft großen Einsatz, Teamgeist und Engagement. Die Spielerinnen meistern die organisatorischen Herausforderungen mit viel Zusammenhalt, auch privat außerhalb



des Sportbetriebs. Umso bemerkenswerter ist es, dass das Team unter diesen Bedingungen dennoch erfolgreich agiert und sportlich überzeugt.

Um eine ausreichende Anzahl an Teilnehmern zu gewährleisten, trainieren Damen und weibliche A-Jugend an drei Wochentagen gemeinsam. Einige der A-Jugendlichen unterstützen mit Erfolg die Damenmannschaft auch im Punktspielbetrieb.

Generation Z umfasst gemäß Definition Menschen, die ungefähr zwischen 1995 und 2010 geboren wurden, und ist die Generation, die als erste komplett in der digitalen Welt aufgewachsen ist und stark durch Smartphones und soziale Medien geprägt wurde.

Das trifft tatsächlich auf beide Mannschaften zu, rein bezogen auf die Jahrgänge. Dinge wie Zukunftsunsicherheit, Work-Life-Balance und Erwartungsdruck stehen im Raum. Wir begegnen diesen Problemen mit Motivation durch Spaß, Spiel und gemeinsamen Erlebnissen. Gerne wird diese Generation als „Sensibelchen“ bezeichnet. Das trifft durchaus auch mal zu, aber versorgt mit klaren zeitlichen und organisatorischen Abläufen kann man helfen, kleine Krisen zu meistern.

Abschließend kann man sagen, dass die Mannschaft ihr Potential noch lange nicht ausgereizt hat. Mal schauen, was unter konstanterer Trainingsbeteiligung möglich ist.

TH

DER FLIESENLEGER

Markus Pehl

**Fliesenarbeiten ■ Sanierung ■ Mauer-/Putzarbeiten
Bodenverlegung (Fliesen & Vinyl)**

**Bördestraße 2 ■ Gewerbegebiet ■ 27607 Langen - Debstedt
Mobil 0176 / 323 743 65 ■ Telefax: 04743 / 91 36 30**

Ein Jahr voller Spaß, Schwimmen und Zusammenhalt

Im März 2026 feiert die Schwimmabteilung ein besonderes Jubiläum: das einjährige Bestehen. In dieser noch jungen Zeit hat sich die Schwimmabteilung erfolgreich entwickelt, ihr Angebot stetig erweitert und viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene für den Schwimmsport begeistert. Ein besonderes Highlight zum Jahresabschluss war die Weihnachtsfeier im Schwimmbad.

Ein Jahr Schwimmabteilung – ein erfolgreicher Start

Im ersten Jahr ihres Bestehens konnte die Schwimmabteilung bereits viele Erfolge verzeichnen. Neben dem kontinuierlichen Wachstum der Gruppen wurde auch gezielt in neues Material investiert. Dadurch war es möglich, das Angebot zu erweitern und neben dem regulären Schwimmtraining gelegentlich auch AquaJogging und AquaFitness anzubieten. Diese neuen Angebote wurden von den Teilnehmerinnen und Teilnehmern sehr gut angenommen und bereichern das Vereinsangebot zusätzlich.

Zu den neu angeschafften Materialien gehören unter anderem auch Schwimmfloßen in verschiedenen Größen für alle Altersgruppen. Diese wurden bereits im Training mit großer Begeisterung genutzt und trugen zu noch mehr Abwechslung und Spaß im Wasser bei.

Ein großer Dank gilt den engagierten Trainern, sowie Helferinnen und Helfern, die mit viel Einsatz und Herzblut nicht nur die schwimmerischen Fähigkeiten fördern, sondern auch den Teamgeist und den Zusammenhalt innerhalb der Schwimmabteilung stärken!

Weihnachtsfeier im Schwimmbad – Spaß und Spiele im Wasser

Die Weihnachtsfeier fand direkt im Schwimmbad statt und sorgte für viel Freude bei allen Beteiligten. Mit kleinen Spielen im Wasser wurde für Abwechslung und gute Stimmung gesorgt. Die Kinder konnten sich spielerisch bewegen, gemeinsam lachen und ihre Freude am Schwimmen ausleben. Die Feier wurde zu einem rundum gelungenen Nachmittag für Jung und Alt.

Der Weihnachtsmann mit Schwimmbrille

Ein ganz besonderer Moment war der Besuch des Weihnachtsmannes, der dieses Mal passend zur Schwimmabteilung mit Schwimmbrille erschien. Aus seinem Sack verteilte er an alle Kinder Schoko-Weihnachtsmänner, was für strahlende Gesichter und große Begeisterung sorgte. Diese besondere Überraschung wird den Kindern sicher noch lange in Erinnerung bleiben.

Ausblick

Mit viel Motivation blickt die Schwimmabteilung auf das kommende Jahr. Geplant sind weitere Trainingsangebote, neue Ideen im Wasser und natürlich viele gemeinsame Erlebnisse. Das erste Jahr hat gezeigt, dass die Schwimmabteilung ein fester und wertvoller Bestandteil des Vereins geworden ist – mit viel Potenzial für die Zukunft.

*Janina Brandt,
Jugendwartin*



Viel Spaß beim Wasserball



Präsenete für das Leitungsteam...



Der Weihnachtsmann kam persönlich vorbei



... und Schoko-Weihnachtsmänner für die Kinder



Tennis Opening zur Freiluftsaison am 19. April 2026*



Unsere Tennisplätze sollen am Samstag, dem 19.04.2026 für alle Abteilungsmitglieder zum Spieltrieb freigegeben werden.

Ab 14.00 Uhr können die Plätze bespielt werden. Auch über Gäste freuen wir uns sehr!

Wer Interesse hat, kommt einfach mal vorbei und probiert sich in Sachen Tennissport aus. Natürlich sollen auch Klönschnack und Kennenlernen mit kulinarischen Leckereien nicht fehlen.

**Wir sehen uns!
Eure Tennisabteilung**

>> Platzreservierungen sind Online möglich. Info über die Geschäftsstelle.

*Wetterbedingt kann es zu Änderungen kommen. Nähere Planung erfolgt durch die Abteilung. Infos dazu werden rechtzeitig in den sozialen Medien bekannt gegeben.



WENN schnelle Hilfe gefragt ist, DANN fragen Sie mich!



Vertretung
Bastian Deicke
Debstedter Str. 54
27607 Geestland
Tel. 04743 8250
VGH-Deicke@vgh.de



Finanzgruppe

Kindertennis im Sommer mit Carolin Müller

In der kommenden Sommersaison bietet Carolin Müller ein Kindertennis-Training für Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren an. Das Training soll spielerisch aufgebaut sein und den Kindern Freude an Bewegung und Tennis vermitteln. Die entstehenden Kosten werden auf die teilnehmenden Kinder umgelegt.

Aktuell möchten wir zunächst das Interesse abfragen und prüfen, wie viele Kinder teilnehmen möchten. Schnuppertage auf Absprache möglich. Auf Grundlage der Rückmeldungen werden anschließend die weiteren Details wie Trainingszeiten, Gruppeneinteilung und genaue Kosten geplant.

Bei Interesse melden Sie sich bitte per E-Mail an:
fraucarolinmueller@googlemail.com

Wir freuen uns über zahlreiche Rückmeldungen.

Eure Tennisabteilung

Neue Kampfrichter verstärken das Team

Im November fand die letzte allumfassende Kampfrichter-Grundausbildung in Otterndorf statt. An zwei Tagen wurden die Grundlagen der IWR (Internationale Wettkampfgeln) gewälzt und in theoretischen und praktischen Beispielen vertieft. Am Ende, nach einem Ritt durch alle Disziplinen der Leichtathletik, und das sind viele, stand für Sabrina Schmidt und Maurice Pilgram eine Prüfung an. Beide sind Eltern aus unserer U10 Gruppe und verstärken nun kompetent unser Kampfrichterteam. Herzlichen Glückwunsch zur erfolgreichen Grundausbildung als Kampfrichter! Darüber freuen wir uns sehr.

Ohne fachkundige Kampfrichter mit hoher Einsatzbereitschaft könnten keine fairen Wettkämpfe in unserer Region stattfinden. Der TV Langen richtet jedes Jahr mehrere große Kreismeisterschaften aus. Ohne unsere Ausrichtung würde es für unsere Ath-

leten kaum regionale Startmöglichkeiten und auch fast keine Kreismeisterschaften geben. Andere Vereine sind zur Ausrichtung dieser Großveranstaltungen leider nicht bereit. Mittlerweile gilt für viele Kreismeisterschaften bei uns im Kreis, entweder selber ausrichten oder den Ausfall in Kauf nehmen.

Deshalb ist unser Kampfrichterteam so wichtig und freut sich immer über Verstärkung. Vielleicht finden sich ja noch mehr motivierte und interessierte zukünftige Kampfrichter? Sprecht uns einfach an. Auch Hilfe bei EDV-Arbeiten im Wettkampfbüro ist dringend gesucht.

Im Frühjahr konnten bereits unsere beiden Trainer Lars Frerichs und Patrick Makurat die Kampfrichterausbildung und Prüfung erfolgreich abschließen und das Team verstärken.



Unsere neuesten Kampfrichter im Team:
Sabrina Schmidt und Maurice Pilgram

Vorteile auch für bisher Nicht-Leichtathleten sind Regelverständnis und Überblick in einem komplexen Sport, Arbeit in der ersten Reihe mit dem besten Blick und Einblicken, kompetentere Begleitung der eigenen Kinder auf dem Sportplatz und viel Spaß in einem netten Team mit viel Humor. Seid also auch mit dabei.

Wiebke Harms, Abteilungsleitung

Weihnachtsmann kommt in die U10 Gruppe

Am letzten Training vor den Weihnachtsferien hat uns der Weihnachtsmann besucht. Zuvor haben uns die Eltern mit einer tollen Aufmerksamkeit überrascht. Vielen Dank! Für jedes Kind hatte der Weihnachtsmann ein paar persönliche Worte und auch ein tolles Geschenk dabei. Jeder konnte sich u. a. über ein personalisiertes

Notizbüchlein mit seinen 800-m-Zeiten aus dem Sportjahr 2025 freuen.

Die 800m sind als Ausdauer- und Aufwärmprogramm eine feste Trainingsroutine und anhand der Zeiten kann man seine eigenen Fortschritte und manchmal auch Ausreißer bei akuter Unlust erkennen.

In der Tierrettungsstaffel zeigten die jungen Sportler dem Weihnachtsmann dann noch ein wenig von ihrem Sport. Und auch das Kekse naschen kam im Weihnachtstraining natürlich nicht zu kurz.

*Wiebke Harms –
Trainerteam*



Die U10 Athleten gemeinsam mit Trainern, Helfern und dem Weihnachtsmann



Auftakt für Dennis und Tamina in die Hallensaison

Für Dennis Schmidt ging es bereits am 3. Januar in Hannover in die Hallensaison. Dort verletzte er sich früh im Weitsprungwettbewerb an der Hüfte und musste dementsprechend aufgeben. Sehr bitter für ihn, wir hoffen sehr, dass es nicht allzu schlimm ist und er schnellstens wieder fit wird.

Für Tamina Heller ging es am 11. Januar zum Neujahrssportfest in Bremen in die Hallensaison. Nachdem sie das Hallen-

sportfest am 3. Januar noch krankheitsbedingt ausfallen lassen musste, testete sie in Bremen 3 Disziplinen.

Dort zeigte unsere junge Athletin einen soliden Auftakt und lief sowohl im Vorlauf als auch im Endlauf der 60m Hürden 8,91 sek. und wurde Zweite. Guter Einstand nach wochenlanger Vorbereitung in denen die Grundlagen gelegt worden sind. Im Weitsprungwettbewerb testete sie die neue Technik und zeigte sehr ansehnliche Sprünge. Mit 5,62m gewann sie diesen

Wettbewerb mit deutlichem Vorsprung. Bei den 60m Läufen fehlte noch ein wenig die Spritzigkeit. Daran heißt es jetzt weiter zu arbeiten und die nächsten Hallenwettkämpfe als Training zu nutzen. Bei den derzeitigen Witterungsbedingungen ist an ein Training auf der Rundbahn leider nicht zu denken. Seit mehreren Wochen ist die Tartanbahn von Schnee und Eis bedeckt und hindert uns sehr an der Vorbereitung für die Saison!

Sven Harms – Trainerteam

Bezirksmeisterschaften Crosslauf in Welle

Mit dem Crosslauf in Welle starteten einige unserer Athleten aus der Leichtathletik mit ihrem ersten Wettkampf in das neue Jahr. Grüne Trikots waren, trotz der etwas weiteren Anreise, in den verschiedensten Alterskategorien von U12 bis M45 (mit Trainer Patrick, der auch selbst an den Start ging) vertreten und stellten eine starke Konkurrenz zu den anderen Teilnehmern da.

Die teils hügelige Streckenverlauf verlangte dafür aber auch einiges ab. Insbesondere das letzte Stück zurück zum Platz mussten die Läufer sich einen langgezogenen Anstieg hinauf kämpfen.

Luis und Thede interessierte das aber nicht und sie erliefen sich souverän den Bezirksmeistertitel in der Einzelwertung. In der Mannschaftswertung der WU14 wurden

Paulina, Lena und Johanna gemeinsam Bezirksmeister.

<u>U12 - 1770 m</u>	
Luis Brockmann	6:39 min (Pl.1 M11)
<u>U14 – 2550 m</u>	
Thede von Holten	8:40 min (Pl. 1 M12)
Paulina Linnemann	9:12 min (Pl. 2 W13)
Lena Makurat	9:31 min (Pl. 4 W12)
Johanna Gerdes	9:54 min (Pl. 6 W13)
Carlos Möbius	10:39 min (Pl. 7 M12)
<u>M45 – 3300 m</u>	
Patrick Makurat	12:56 min (Pl.3)

Patrick Makurat – Trainerteam



Die Crossläufer trotzten Kälte und schwierigen Streckenbedingungen



Luis Brockmann wird erfolgreich Bezirksmeister in der M11



Thede von Holten, M12, verteidigt seinen Titel und wird zum dritten Mal in Folge Bezirksmeister Crosslauf

Die Experten für Badsanierung, Heizungsbau und Wärmepumpen in Geestland

Vollath & Goldbeck
Seit 1968

Lavener Weg 9
27607 Geestland
☎ 04743 6206
vollath-goldbeck.de

Modernisierung, Wartung oder Reparatur – wir sind der Fachbetrieb in Ihrer Nähe



Turnverein Langen von 1908 e.V.

Informationen des Vorstandes:

Auf geht's in die nächste Aktivitätenrunde - Informationen zu unserem aktuellen Sportprogramm findet ihr auf den nächsten Seiten und über die Geschäftsstelle (in den Ferien wieder per Mail / Anrufbeantworter) und natürlich über die Homepage www.tvlangen.de.

Am 16.04.2026 findet die jährliche Mitgliederversammlung des TV Langen statt – an diesem Tag gibt es keine sportlichen Aktivitäten, damit jedes Mitglied die Möglichkeit zur Teilnahme hat! Diesmal geht es u.a. leider wieder einmal um eine Beitragserhöhung und um Satzungsanpassung, siehe dazu Seite 4.

Unser Vorsitzender Ralf Patzelt lädt immer am 1. Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr ins Sportheim zum Kaffee und zu Aktivitäten in sportlich-interessierter Runde ein! Bitte in der Geschäftsstelle anmelden!

Darüber hinaus werden Trainer, Helfer und Übungsleiter immer in allen Sparten gebraucht, gern auch im Team, um sich gegenseitig zu ergänzen. Es werden auch Fort- und Ausbildungen gefördert – einfach mal nachfragen!

Sportliche Unterstützung, im Vorstand oder in Form von Spenden für die Abteilungen sind immer herzlich willkommen! **Wir suchen jemanden für die Pressearbeit! Bitte meldet euch!**

Nach Ostern finden die meisten Sportarten wieder Outdoor statt – wir hoffen auf gutes Wetter und eine schöne, lange Sommersaison!
Bleibt alle sportlich aktiv!

Vorstand Turnverein Langen von 1908 e. V.



Übungsleiter*innen gesucht!

Für die **Kindergruppen 3 u. 4 Jährige** und die **Kindergruppe 5 u. 6 Jährige** werden verantwortungsbewusste & engagierte Übungsleiter*innen gesucht.

Du solltest mindestens 18 Jahre alt sein und Freude am Umgang mit Kindern haben. Eine Übungsleiterausbildung wird nicht vorausgesetzt, kann aber über den Verein erworben werden. Der Gruppe stehen außerdem erfahrene Helferinnen zur Verfügung, die dich tatkräftig unterstützen.

Interesse??

Dann melde dich unter 0151/53590373 oder schreibe uns eine Mail an:
Turnabteilung-TV.Langen@gmx.de



Wir freuen uns auf dich!!

Erste-Hilfe-Kurs für Kinder (Kindergarten- und/oder Grundschulalter)

am Samstag, dem 04.04.2026, von 9.00 bis ca. 11.00 Uhr

Veranstaltungsort: Sporthalle Lankenweg

Kosten: Für Vereinsmitglieder kostenlos (sonst 5 €) - mindestens 10 Teilnehmende
Einige Vertrauenspersonen dürfen gerne den Kurs begleiten.

Anmeldungen bitte bis **22.03.2026** **gerne auch kurzfristig per E-Mail:**
Turnabteilung-TV.Langen@gmx.de oder **Tel. 01522/1741833 anfragen**, oder bei der Geschäftsstelle des TV Langen
Bitte den Namen, das Alter, Adresse, Telefonnummer, E-Mail-Adresse und ggf. Zugehörigkeit zu welcher Abteilung im TV Langen angeben.



Sportangebot Turnverein Langen

Aktuelle Informationen zum Sportangebot bitte der Homepage entnehmen!

	Tag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter*in	Telefon/E-Mail
Aikido Info: www.karate-langen.de					
ab 16 Jahre	Montag	19.30 - 21.30 Uhr	Halle Wildes Moor	Bert Nijsen	b.nijsen@t-online.de
Aiki-Jo	Dienstag	19.00 - 21.30 Uhr	Halle Wildes Moor	Bert Nijsen	nach Absprache
Badminton					
Jugend ab 10 Jahre	Mittwoch	18.00 - 20.00 Uhr	Halle Hinschweg	Marvin Müller	0157-83688479
Erwachsene	Mittwoch	19.30 - 22.00 Uhr	Halle Hinschweg	Thorben Simon	0160-6940818
Fußball Info: www.tvlangen-fussball.de					
U9 (2017)	Mo + Di	16.30 - 17.45 Uhr	Sportplatz Nordeschweg	Steffen Brandes	0176 - 64704580
U17 (2009)	Montag	18.30 - 20.00 Uhr	Sportplatz Debstedt	Carsten Richters	0174-2180310
	Di + Do	17.30 - 19.00 Uhr	Sportplatz Debstedt	Carsten Richters	0174-2180310
U18 (2008)	Mo + Di + Do	18.00 - 19.30 Uhr	Sportplatz Nordeschweg	Michael Zorn	0171-4769211
2. Herren Senioren (Ü18)	Donnerstag	19.00 - 20.30 Uhr	Sportplatz Nordeschweg	Malte Söntgerath	0173-8291813
1. Herren Senioren (Ü18)	Di + Do	18.45 - 21.00 Uhr	Sportplatz Nordeschweg	Frank Almer	0177-2166966
Jugendspielgemeinschaft mit Debstedt U7 - U17				Tobias Meyn	01516-1121182
<i>Bitte immer mit dem jeweiligen Trainer telefonische Rücksprache halten, aufgrund von kurzfristigen Änderungen.</i>					
Handball <i>Spielgemeinschaft mit Bederkesa</i> Info: www.tvlangen-handball.de					
Kinder (ab 4 Jahren), Jugend und Erwachsene					
Karate Info: www.karate-langen.de					
Kinder, Jugend und Erwachsene			Halle Wildes Moor	Marc Reents	info@karate-langen.de
Leichtathletik Info: leichtathletiktvlangen@gmx.de oder über Sabine Harms, Tel. 04743-7361					
Kinder (ab 6. Geburtstag), Jugend und Erwachsene					
Tischtennis s. Homepage					
Kinder/Jugend	Montag	17.00 - 19.00 Uhr	Halle Lankenweg	Manfred Endres	0157-36178077
	Donnerstag	17.30 - 19.30 Uhr	"	"	"
	Freitag	18.00 - 20.00 Uhr	"	"	"
Mannschaften	Montag	19.00 - 22.00 Uhr	Halle Lankenweg	Manfred Endres	0157-36178077
	Donnerstag	19.30 - 22.00 Uhr	"	"	"
	Freitag	20.00 - 22.00 Uhr	"	"	"
Hobbyspieler	Mo + Do	18.00 - 20.00 Uhr	Halle Lankenweg	Helge Rebhahn	0151-56613408
Schwimmen Info: schwimmen.tvlangen@gmail.com					
Kinder u. Erwachsene	Dienstag	16.00 - 17.00 Uhr	Bad 3	Falko Brandt	
		17.00 - 18.00 Uhr	Bad 3		
<i>Kinder erst ab Seepferdchen, Erwachsene schwimmen ohne Anleitung auf einer eigenen Bahn. Bei Interesse bitte melden unter schwimmen.tvlangen@gmail.com</i>					
Tennis s. Homepage					
<i>Ab 19. April 2026 sollen die beiden Tennisplätze am Nordeschweg wieder für den Spielbetrieb freigegeben sein (wetterabhängig). Infos über Geschäftsstelle TVL oder Homepage www.tvlangen.de Reservierungen online</i>					

Kindertennis im Sommer:
Info: fraucarolinnmueller@googlemail.com

Aktuelles Turnangebot

Hier findet ihr alle Sportangebote der Turnabteilung. Die Angebote für Erwachsene sind nach den Wochentagen sortiert, an denen sie stattfinden und zeigen ggf. auch weitere Informationen auf. Die Angebote für Kinder sind nach Altersgruppen sortiert. In den Schulferien finden in der Regel keine Angebote statt.

Erwachsene

Qi Gong

mit *Walter Runge*

montags, 18.30 - 19.30 Uhr

Halle Am Wilden Moor

Wirbelsäulengymnastik

moderat (auch für Herzsportler)

mit *Birgit Saretzki*

dienstags, 18.00 - 19.00 Uhr

Halle Lankenweg (große Halle)

intensiv

mit *Birgit Saretzki*

dienstags, 19.00 - 20.00 Uhr

Halle Lankenweg (große Halle)

Yoga (und Meditation)

mit *Friederike Zierenberg*

dienstags, 19.15 - 20.45 Uhr

mittwochs, 19.15 - 20.45 Uhr

Halle Lankenweg (kleine Halle)

Senioren sport – Walken

mit *Daniela Goiny*

mittwochs, 9.00 Uhr

Treffpunkt Vereinsheim

Gymnastik Frauen

mit *Friederike Zierenberg*

mittwochs, 18.00 Uhr

Halle Lankenweg (große Halle)

Step und Aerobic

mit *Nadine Behme*

mittwochs, 19.00 Uhr

Halle Lankenweg (große Halle)

Walken

mit *Bernd Müller*

freitags, 10.00 Uhr

Treffpunkt Ohldorpsweg 10

Schweigender (Wald-)Spaziergang und Meditation

(etwa 30 + 30 Minuten)

mit *Friederike Zierenberg*

jeden 1. Samstag im Monat

8.00 - 9.00 Uhr

Halle Lankenweg

Kinder

Begleitetes Kinderturnen 1-3 Jahre*

mit *Lena Hahn und Estelle Boos*

donnerstags 16.15-17.15 Uhr

mit *Ilka Meister und Ulrike Conrad*

freitags 15.30-16.30 Uhr

beide Halle Lankenweg

Begleitetes Kinderturnen 3-4 Jahre*

mit *Ilka Meister und Ulrike Conrad*

freitags 16.30-17.30 Uhr

Halle Lankenweg

Kinderturnen 3-4 Jahre*

mit *Agneta Goldenbogen*

dienstags, 15.45-16.40 Uhr

Halle Lankenweg

Kinderturnen 5-6 Jahre*

mit *Agneta Goldenbogen*

dienstags, 16.45-17.45 Uhr

Halle Lankenweg

Kinderturnen 5-8 Jahre mit Yoga-Elementen

mit *Friederike Zierenberg*

Halle Lankenweg

montags, 15.45-16.45 Uhr

Anmeldung und Fragen

Tel. 01522-174 1833

Trampolin Anfänger (ab 6 Jahren)

mit *Sabine Schmidt*

mittwochs, 15.30-17.00 Uhr

Halle Nordeschweg

Tel. 0173-48 08 756

Trampolin Leistungsgruppe

mit *Sabine Schmidt*

mittwochs, 17.00-19.00 Uhr

Halle Nordeschweg

nur mit Anmeldung

Tel. 0173-48 08 756

*** Für diese Gruppen gilt Aufnahmestopp!**

Anmeldungen und Fragen bitte über die Homepage:

https://tvlangen.de/abteilungen/turnen/turnen-kinder/#anfrage_kinderturnen
oder an die Jugendwartin Sabine Alfermann, s.alfermann@web.de

AXHAUSEN MÜLLER ZIMMERMANN

RECHTSANWÄLTE · NOTAR · FACHANWÄLTE

Ulrich Axhausen

Rechtsanwalt, Notar a.D.
Fachanwalt für
Familienrecht

Ehe- und Scheidungs-
folgenrecht

Baurecht

Erbrecht

Verwaltungsrecht

Landwirtschaftsrecht

Frank Müller

Rechtsanwalt u. Notar

Medizinrecht

Schadensersatzrecht

Versicherungsrecht

Familienrecht

Erbrecht

Ralph Zimmermann

Rechtsanwalt, Notar a. D.

Fachanwalt für

Arbeitsrecht

Arbeitsrecht

Straßenverkehrsrecht

Zivilrecht

Mietrecht

Strafrecht

Hinschweg 3 · 27607 Geestland/Langen · ☎ 0 47 43/93 31-0
www.axhausen-pp.de · E-Mail: kanzlei@axhausen-pp.de

Beitragssätze

Aufnahmegebühr:	€ 15,00 einmalig
	<i>monatlich</i>
Erwachsene	€ 15,00
mit gült. Studien-/Schulbescheinigung	€ 13,00
Jugendliche /Kinder	€ 13,00
1 Erwachsener und Kind (FGB)	€ 20,00
begleitetes Kinderturnen (Kinder bis Vollendung 4. Lebensjahr)	
Passiv	€ 7,50
Der Familienbeitrag erfolgt auf Basis eines Familiengrundbeitrages (FGB) von 20,00 € zzgl. eines reduzierten Aufschlages für Erwachsene von 2,50 € und Kinder von 1,- €.	
Beispiel:	
Erw. + Erw.	25,00
Kind + Kind + Kind	23,00
Erw. + Kind	23,50
>>> Auf der Jahreshauptversammlung am 16.04.2026 werden neue Beiträge beschlossen. Weitere Informationen auf der Homepage.	
*Die Mindestmitgliedschaft beträgt laut Satzung des TV Langen ein Jahr. Die Kündigung ist schriftlich an den Vorstand 4 Wochen zum Quartalsende möglich.	
Sie finden die TV Langen Geschäftsstelle im Sportheim links, Nordeschweg 50	
Telefon: 04743-8511 · Fax: 04743-275287 E-mail: info@tvlangen.de Homepage: www.tvlangen.de	
<small>* ab 01.07.2024 auf Beschluss der Jahreshauptversammlung vom 25.04.2024, gemäß Satzung</small>	

Spartenbeitragssätze:	<i>monatlich</i>
Fußball (lt. Beschluss FUBA Abt. 14.02.18)	
Erwachsene	€ 2,00
Kinder/Jugendliche	€ 1,00
Aikido	
pro Person	€ 6,50
Karate	
pro Person DKV-Beitrag inkl.	€ 8,00
Karate und Aikido	
pro Person	€ 8,00
Gesundheitssport (lt. Beschluss TU Abtl. 12.03.2015)	
	€ 1,00
Handball (lt. Beschluss HB Abtl. 07.03.2016)	
Erwachsene 18-21 Jahre	€ 2,30
Erwachsene ab 22 Jahre	€ 4,00
Kinder/Jgdl.	€ 2,30
Familien E+K ab 3 Personen, Erw + Kinder	€ 7,40
Familien KInder 3 Kinder ohne Erw.	€ 5,40
Tennis	
Erwachsene	€ 4,10
Kinder/Jgdl.	€ 2,10
Kinder/Jgdl. erm. bis 18. Lebensj., wenn mind. ein Elternteil in TE-Abtl.	€ 1,10
1 x jährlich (Abbuchung im 2. Quartal) Tennisplatz- aufbereitung: ab 18 Jahre € 15,00 / ab 16 Jahre € 7,50	
Schwimmen	
Kinder/Jugendliche/Erwachsene	€ 6,00
Öffnungszeiten Geschäftsstelle	
Mittwoch:	09.00 - 13.00 Uhr, Frau Kassl
Donnerstag:	15.00 - 18.30 Uhr, Frau Kassl
(Geschäftsstelle in den Ferien geschlossen)	

Illustration: Peggy Marco auf pixabay.com

evil eye
true sport eyewear

ENTDECKEN SIE UNSERE SPORTBRILLEN!

Bremerhaven
Debstedter Weg 8
Telefon: 0471 842 82
grienig.de | f | i

GRIENIG
Optik & Akustik



Tamina Heller bei dem Kick-off Meeting der VWFS Sporttalente in Braunschweig

Tamina Heller qualifiziert sich für die VWFS Sporttalente

Volkswagen Financial Services hat ein hochkarätiges Nachwuchsförderprogramm für niedersächsische Sporttalente. In einem aufwendigen Bewerbungsprozess konnte sich unser größtes Talent Tamina Heller gut präsentieren und wurde von der prominenten Jury ausgewählt.

Zwei deutsche Meistertitel, ein deutscher Rekord und fünf 1. Plätze in der nationalen Bestenliste 2025 waren eine gute und aussagekräftige Visitenkarte.

VWFS ermöglicht es uns für Tamina ein professionelleres Umfeld zu gestalten. Für die Bundeskaderathletin stehen u.a. etliche Reisen zu nationalen und hoffentlich auch internationalen Wettkämpfen an. Reise- und Hotelkosten würden jegliches Vereins- und Familienbudget sprengen. Hinzukommen auch noch Spezialausrüstung, Trainingsfahrten an den Olympiastützpunkt und Trainingslager.

Durch VWFS können wir Tamina weiter auf ihrem sportlichen Weg begleiten und das Umfeld ihrer Leistung angemessen gemäß gestalten. Ohne einen Sponsor wäre das so nicht mehr tragbar. Eine riesige Erleichterung für uns, möchten wir unser Talent doch hier in der Heimat halten. Mit ihrem Trainer Sven Harms ist sie ein eingespieltes Team und wir freuen uns auf die neue Saison.

*Wiebke Harms,
Abteilungsleitung*



Tamina Heller bei der Übergabe der WESPA Sportpatenschaft gemeinsam mit TVL-Vorsitzenden Ralf Patzelt und Wiebke Harms

Erneute WESPA Sportpatenschaft für Tamina Heller

Die Weser-Elbe-Sparkasse unterstützt den Sport in der Region als verlässlicher Partner seit Jahren. Auch wir Leichtathleten profitieren beispielsweise durch die Unterstützung der Trainerausbildung. Zudem gibt es für besonders talentierte Sportler ein Sponsoring gemeinsam mit dem Kreis-sportbund im Sinne einer Sportpatenschaft.

Tamina Heller konnte auch für diese Saison

wieder die Jury überzeugen und ihre bereits 3 Jahre bestehende Sportpatenschaft erfolgreich verlängern. Diese Patenschaft erleichtert dem Verein und der Athletin die Wettkampfplanung und deckt einen Teil der entstehenden Kosten.

Vielen Dank an die WESPA- ihr macht Spitzensport mit möglich.

*Wiebke Harms,
Abteilungsleitung*

Mit uns bleiben Sie in Schwung!

Entspannt radeln mit Ihrem neuen E-Bike



DRAHTESEL

Nutzen Sie unsere
Fahrrad-Teststrecke

Der Fahrradladen
der Lebenshilfe

Öffnungszeiten: Montag bis Mittwoch: 10 bis 16 Uhr
Donnerstag: 10 bis 18 Uhr
Freitag: 10 bis 14:30 Uhr

Fahrradverkauf & -reparatur
Heinrich-Brauns-Str. 6 • 27578 Bremerhaven
Tel. 04 71 - 80050-911 • www.lebenshilfe-bremerhaven.de



Beim Hallensportfest in Loxstedt war der TV Langen ist mit 18 Athleten dabei

Hallensportfest in Loxstedt als Saisonauftakt für U12 und jünger

Für unsere jüngsten Flitzer gibt es generell nur sehr wenig Wettkampfangebote in der Region und davon kaum welche in der Hallensaison. In diesem Jahr sogar nur eine Startgelegenheit. Mit dem Hallensportfest in Loxstedt sind wir am 15. Februar in die Saison gestartet.

Ein guter Wettkampf für Einsteiger. Leider gab es nur eine Altersklassenwertung und nicht die übliche Jahrgangswertung. In der U10 haben sich als die Jahrgänge 2017 und 2018 miteinander gemessen und in der U12 die Jahrgänge 2016 und 2015. Das ist für den jüngeren Jahrgang nicht immer einfach, denn meist sind sie doch körperlich unterlegen. Auch Handstoppung sorgt erfahrungsgemäß für Tränen- so genau wie die elektronische Zeitmessanlage misst halt kein Kampfrichter oder in dem Fall hier Elternteil mit der Stoppuhr. Für uns Trainer zählen nur die „Draußenzeiten“. Deshalb werde ich hier auch keine gestoppten Zeiten aufführen.

Die U10 absolvierte eine Mehrkampfwertung mit 2x30 m Lauf, Standweitsprung

und 80 g Schlagballwurf. In der U12 kam noch ein Sprint über Bananenkartons als Hürden dazu.

In der U10 siegte Mats Stelljes, *2017, mit einem tollen Mehrkampf. Er überzeugte in allen Disziplinen. Mit 1,65 m im Standweitsprung sprang er am weitesten von unseren U10 Athleten. Auch die 28,50 m im Schlagballwurf konnten sich sehen lassen. Das Treppchen vervollständigte Rune de Buhr auf dem 3. Platz. Mit 28,00 m zeigte Rune warum der Ballwurf seine Lieblingsdisziplin ist. Aber auch im Sprint zeigte er vollen Einsatz. Tjaven Rademacher feierte Wettkampfpremiere. Friedrich Conrad, *2018, schaffte 1,04 m im Standweitsprung und muss da noch ein bisschen mehr seiner Energie einbringen.

Greta und Frieda Müller gehören in der U10 zu den schnellsten Mädchen. Dies war auch für die Zuschauer deutlich zu sehen. Frieda schaffte es sogar als 2018-er Athletin auf den 3. Platz. Holly Sancken, *2017, folgte auf den 4. Platz. Mit 1,52 m im Standweitsprung und 15,50 m im Ballwurf konn-



Mats Stelljes, Rune de Buhr, Friedrich Conrad und Tjaven Rademacher gingen in der U10 an den Start



Die U12-Athleten sind mit Trainer Lars Frerichs erfolgreich dabei und viele laufen erstmals über die Bananenkartonhürden



Mats Stelljes siegte in der U10

te sie ihre Vorjahresleistungen auch verbessern. Juna Pilgram zeigte ihre beste Leistung in ihrer Lieblingsdisziplin Sprint. Unser Floh Tasnim Nasser, *2017, hüpfte im Standweitsprung auf respektable 1,47 m. Richtig stark. Elli von Glahn, *2018, sind die 30 m als gute Läuferin deutlich zu kurz. Lale Lunkowsky zeigte einen sehr konzentrierten Wettkampf in einem großen Teilnehmerfeld von 25 U10-Mädchen. In der U12 konnte sich Sarah Struhalla, *2016, verdient über den 2. Platz freuen. Sie gehört nicht nur zu den schnellsten Athletinnen, sondern hüpfte mit 1,80 m auch so weit wie kein anderer Langener. Helena Frerichs, *2016, zeigte im Standweitsprung mit 1,64 m und im Sprint ihre beste Leistung.

Bei den U12 Jungen verpasste Luis Brockmann, *2015, nur knapp das Treppchen. Das Lauftalent lieferte auch im Standweitsprung mit 1,71 m und 28,00 m im Ballwurf solide Leistungen ab.

Henk von Glahn überlief die Bananenkartons in einem gutem Rhythmus und als Schnellster in einem Vereinsduell gegen Luis, Fiete von Holten und Bruno Kutzschebauch.

Felix Galczinsky lief lautstark angefeuert im letzten Lauf des Tages vor der Siegerehrung. Alle Athleten erhielten am Schluss eine Urkunde und eine Medaille.

Wiebke Harms – Trainerteam



Greta Müller, Elli von Glahn, Frieda Müller, Juna Pilgram, Holly Sancken, Tasnim Nasser und Lale Lunkowsky – unsere U10-Mädchen



Mit zwei Titeln zurück aus Hannover

Am 14./15.02.26 fanden in der Landeshauptstadt die diesjährigen Hallen-Landesmeisterschaften der Jugend U18 statt.

Am ersten Wettkampftag stand für Tamina Heller die Titelverteidigung im Weitsprung an. Dabei machte sie es extrem spannend. Im Wintertraining haben wir die Sprungtechnik umgestellt. Mit der neuen Technik ist sie erstmalig im Januar in Bremen gesprungen.

Tamina eröffnete den Wettkampf mit zwei ungültigen Versuchen und war mächtig unter Druck. Im dritten Versuch musste für den Endkampf und somit drei weitere Versuche ein gültiger Sprung her und dieser musste dementsprechend auch ausreichend weit sein. Sie machte also einen sogenannten Sicherheitssprung und sprang ohne Brett auf 5,49 m, was auch gleich die Führung bedeutete. In den Versuchen vier und fünf (5,40 m; 5,54 m) konnte Tamina

sich wieder etwas mehr Richtung Brett herantasten. Vor dem allerletzten Versuch stand Tamina auf Platz 3 und musste liefern. Sie erwischte das Brett gut und stieg sehr schön in die Höhe. Als die Weite an der Anzeigetafel erschien, war klar – es hat gereicht für die Titelverteidigung mit 5,79 m. Damit hat Tamina bereits zum vierten Mal in Folge den Hallen-Landesmeistertitel im Weitsprung gewinnen können!

Am zweiten Wettkampftag standen noch der Hochsprung und die 60 m Hürden an. Im Hochsprung übersprang Tamina 1,57m und holte sich den dritten Platz.

Im Vorlauf der 60 m Hürden wurde Tamina direkt ihrer Favoritenrolle gerecht und lief gute 8,89 sec als Vorlaufschnellste und so-



Hochsprunganlauf Tamina Heller

mit natürlich qualifiziert für den Finallauf. Im entscheidenden Lauf konnte sie ihre Vorlaufzeit mit 8,80 sec nochmal unterbieten und verteidigte auch hier ihren Landesmeistertitel zum 3. Mal.

Gratulation zum geglückten Wochenende. Du hast im entscheidenden Moment beim Weitsprung Nervenstärke bewiesen!

Sven Harms - Trainerteam



Im 6. Versuch mit 5,79 m zum Landesmeistertitel



Landesmeisterin Tamina Heller gemeinsam mit Trainer Sven Harms

KOMPETENZZENTRUM LANGEN

KFZ-Sachverständiger
Michael Pollack-Weinandy

Schadengutachten • Wertgutachten

- Fahrzeugbewertung
- Oldtimer-Wertermittlung

WIR KOMMEN AUCH ZU IHNEN!

Sieverner Straße 7 · Driftweg 14
27607 Geestland
Tel. 04743-1010 · Fax 04743-8584
Mobil 0172-91 84 555
vertrieb@pollack-kfz.de
www.pollack-kfz.de

Zahnersatz made in Fishtown.

Rübeling
DENTAL-LABOR
BREMERHAVEN
www.ruebeling.de

Jahreshauptversammlung der Turnabteilung des TV Langen von 1908 e.V.

Am Donnerstag, dem 19.02.2026, fand im Sitzungsraum im Vereinsheim die Jahreshauptversammlung der Turnabteilung statt. Die Einladung zur Veranstaltung war rechtzeitig im Vereinsheft „TV Langen aktuell“, Ausgabe Nr. 4/2025 erfolgt.

Wie in allen vergangenen Jahren war der Zuspruch für die Sitzung enttäuschend: Von insgesamt 493 gemeldeten Mitglie-

dern der Turnabteilung (Stand 12.01.2026) davon 164 = unter 18 Jahren
329 = 18 Jahre und älter
haben tatsächlich 9 Personen (plus Vorstandsmitglied) von Ihrem Recht auf Mitbestimmung Gebrauch gemacht. Das sind genau 2,74 % der 329 erwachsenen Mitglieder.
Wenn nun noch die Zahl der Personen abgezogen wird, die eine Funktion in der Ab-

teilung ausüben (Übungsleiter/in, Kinderturnwartin, Kassenwartin, Kassenprüfer/in und/oder Abteilungsleiterin), bleiben 4 Teilnehmer/innen ohne Funktion = 1,22 % der Mitglieder.

Schade, wir hatten uns mehr Interesse erhofft. Vielleicht klappt das ja bei der nächsten Jahreshauptversammlung!

Friederike Zierenberg

Die Kinderturnwartin im Verein

Liebe Vereinsmitglieder, mit diesem Bericht möchte ich Ihnen das Ehrenamt 'Kinderturnwartin' näher vorstellen.

Ich bin im letzten Jahr am 01.01.2025 in den TV Langen eingetreten. Bei der letzten Jahreshauptversammlung wurde ich zur Kinderturnwartin der Abteilung Kinderturnen gewählt. Alle zwei Jahre wird dieses Ehrenamt neu gewählt. Eine Aufgabe, die in erster Linie auch Teamarbeit bedeutet.

Die Kinderturnwartin ist die Schnittstelle zwischen Abteilungsleitung und Übungsleitung der verschiedenen Kurse. Anfragen der Eltern zu Kursteilnahmen werden an die Kinderturnwartin weitergeleitet und bearbeitet.

Ansprechpartnerin für die Übungsleitenden um Probleme zusammen zu lösen.

Events, wie zum Beispiel Sommerturnfeste oder „das Laternelaufen“ zu planen und auch Ideen der Übungsleiter umzusetzen.

Kommunikation zwischen Feuerwehr und Ämtern für diese Events herzustellen.

In besonderer Weise möchte ich mich in einer Herzensangelegenheit für den Verein engagieren, dies ist die **Aktion: „Gemeinsam gegen sexualisierte Gewalt im Sport“** (eine langfristige Aktion des Landes Sport-Bund Niedersachsen e.V.). Gerne würde ich mich als Kontaktperson/ Ansprechpartnerin, falls dies gewünscht wird, anbieten.



Zu guter Letzt noch eins, mit Freude und Spaß dabei sein.

Für mich persönlich ist es ganz wichtig, dass wir uns aufeinander verlassen können und uns somit offen miteinander austauschen können.

*Mit sportlichen Grüßen,
Sabine Alfermann*



KOHR · SEEFELDT · OHMES

Rechtsanwalts- und Notarkanzlei

DIETRICH KOHR

Notar a.D.
Rechtsanwalt bis 2020

MARCO SEEFELDT

Rechtsanwalt und Notar

SÖNKE OHMES

Rechtsanwalt und Notar
Fachanwalt für Familienrecht

Ohldorpsweg 18, (am Amtsgericht) · 27607 Geestland-Langen
Telefon (0 47 43)70 71
E-Mail: info@seefeldt-ohmes.de

*Wohnträume
werden wahr!*



MAHRENHOLZ

Fenster · Türen · Terrassendächer

Am Bredenmoor 1-3
27578 Bremerhaven
Telefon 0471 / 80629-0

www.mahrenholz.de
bremerhaven@mahrenholz.de

Fit und Pfiffig 2026 – Kinder bewegen ihre Zukunft

Es war wieder soweit. Die Fachtagung vom VTF Hamburg unter dem Motto „Vom starken Ich zum starken Du“ fand Anfang Februar statt. Für den TV Langen waren Friederike Zierenberg und Ulrike Conrad wieder mit dabei.

Das Thema der diesjährigen Veranstaltung konzentrierte sich auf ACHTSAMKEIT und RESILIENZ, also die psychische Widerstandskraft, Krisen, Stress oder Rückschläge ohne anhaltende Beeinträchtigung zu bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

Zu Beginn gab es einführende Worte, unter anderem vom Hamburger Staatsrat Christoph Holstein, die auf die Tragweite des Themas hinwies. „Die Herausforderungen im Sport werden größer, was in Gruppengröße, Lautstärke, den Bedürfnissen der Kinder“ und vielen weiteren Aspekten deutlich wird. Unsere Verantwortung ist es, JETZT den Kindern das nötige Umfeld zu schaffen und Möglichkeiten zu bieten, ein starkes Ich zu entwickeln, um später selbst Verantwortung übernehmen zu können und zu wollen. Er ließ es sich auch nicht nehmen, mehrfach den anwesenden Erzieher*innen und Übungsleitenden dafür zu danken, mit welchem Einsatz sie sich den Kindern widmen, in dieser schnelllebig und herausfordernden Zeit.

Die Fachtagung war dementsprechend nicht nur auf die Achtsamkeit der Kinder, sondern ebenso sehr auf die der Begleitenden und Anleitenden ausgelegt. Referentin Corinna Rüter zeigte kurz und sehr verständlich auf, wie unser Nervensystem auf die äußeren und inneren Reize reagiert. Stress erzeugt Unruhe. Haben wir Erwachsenen also Stress, entlarvt das Kind dies sofort und nimmt diesen Stress auf. Also überlegen wir doch einmal, wie wir den Kindern begegnen, in welcher Verfassung wir uns befinden. „Jede(r) handelt aus einem bestimmten Grund.“

Einfache Wahrnehmungsübungen können dabei hilfreich sein. Die Atmung dabei zu beobachten und zu regulieren, steht hier im Vordergrund. Dazu legt man die Hände auf den Bauch und atmet über mehrere Atemzüge tief in die Hände hinein. Automatisch atmet man langsamer, bewusster und das Nervensystem beruhigt sich. Und, da diese Übung so einfach ist, kann man sie auch gut den Kindern zeigen und beibringen vor Aufgaben und Herausforderungen. Mit einem ruhigen Nervensystem kann man sich viel besser konzentrieren,



Bewegungsparcour

auf andere zugehen, spielen, begreifen, kurzum den Alltag meistern. Es klingt ganz simpel!? Das ist es auch! Erzieher*innen, Übungsleitende oder Anleitende können diese Übung machen, bevor sie sich in die anleitende Situation begeben und entsprechend mehr Ruhe ausstrahlen. Doch auch wir Eltern können von dieser Strategie profitieren und das „Durchatmen“ bewusst für uns nutzen. Natürlich ist es schwierig, den Moment zu erkennen, in dem man diesen Ausgleich brauchen könnte.

Dazu mein persönlicher Tipp: Wir alle kennen eine Situation des Alltags, die uns in Stress versetzt. Das wissen wir häufig schon vorher. Ein Beispiel: Ich fahre von der Arbeit nach Hause und hole die Kinder gleich ab. Gleich wird es turbulent. Zack. Da ist er, der Moment. Ich verweile kurz im Auto, vor der Kita, Schule, bei den Großeltern oder Ähnlichem, lege die Hände auf meinen Bauch, atme.... Dieser kurze Augenblick ist gut investiert. Wir sind anschließend ruhiger und arbeiten effektiver. Energie wird nicht nutzlos „verbraten“, sondern zielgerichtet umgesetzt.

Das war nur ein Beispiel. Jeder entlarvt sicher schnell eine eigene alltägliche Stresssituation. Überlegt selbst einmal, wann das „Durchatmen“ gut in Stresssituationen passt und wendet es bewusst an. Wichtig ist dann zu reflektieren, was dieses „Durchatmen“ bei einem selbst und/oder dem Kind bewirkt. Merkt das Bewusstsein den positiven Effekt, findet man, wie durch Zauberei, immer wieder Situationen im Alltag in denen diese Übung angewendet werden kann.

Dies war nur ein kleiner Auszug der Anre-

gungen, die uns geboten wurden.

Weiter ging es für uns in den einzelnen Workshops wie Bewegungsparcour für Kinder, Achtsamkeit und Lebensfundament entdecken, Dance for Kids, sowie Qi-gong und Achtsamkeit als Burnout-Prophylaxe. Mit vielen Eindrücken und einem angeregten Austausch ging es wieder auf die lange Heimreise. Es hat sich gelohnt. So wird künftig wieder viel ausprobiert und angeregt. Die Vorfreude auf das kommende Jahr mit „Fit und Pfiffig“ wurde bereits geweckt.

Ulrike Conrad

Anmerkung von Friederike Zierenberg:

Die Technik des „Durchatmens“ gilt selbstverständlich nicht nur im Umgang mit Kindern sondern auch bei Erwachsenen untereinander und/oder in bestimmten Situationen.

Im Workshop „Qigong und Achtsamkeit als Burnout-Prophylaxe“ wurde für das Schlagwort Achtsamkeit die Definition ausgegeben: Körper und Geist am selben Ort.

Erläuterung hierzu: Wenn ich gehe, gehe ich – wenn ich esse, esse ich, etc.

Auch hier wurde das Innehalten, 3 mal Durchatmen und einer kurzen Eigen-Reflexion zu den Fragen:

Wo bin ich gerade jetzt?

Was mache ich hier?

Wer ist mit mir hier?

empfohlen, da es hilft, sich zu fokussieren und zu beruhigen. Dies darf gerne mehrfach am Tag geschehen. Jeder kann sich dazu Signalpunkte setzen, z. B. an der roten Ampel (oder einem anderen regelmäßig wiederkehrenden Ort bzw. einer anderen wiederkehrenden Situation).

La-Qi – die Kunst des Qi Spürens

Im Qi Gong kennen wir unterschiedliche Arten von Übungen. Es gibt die Übungen in Bewegung (Jing Gong) und die Übungen in Stille (Dong Gong) sowie Übungen, die beide Formen miteinander kombinieren (Jing Dong Gong). Die in der Qi Gong Gruppe des TV Langen zuletzt erlernten Übungen des daoistischen Hui Chun Gong (siehe hierzu auch die letzte Ausgabe des Vereinszeitung) ist solch eine Übungsfolge. Durch die Kombination von bewegten und stillen Übungen werden sowohl die physischen, als auch die psychischen Aspekte des Übens angesprochen.

Im Laufe der Geschichte des Qi Gong entwickelten sich viele Schulen und Systeme, die in unterschiedlicher Weise auf die körperlichen und geistigen Faktoren einwirkten. Es gibt jedoch eine Übung, die zu jedem Qi Gong System passt und übergreifend eingesetzt werden kann: das La-Qi. Diese Übung wird als Qi Ziehen oder Spüren bezeichnet. Ziel der Übung ist es, das eigene Qi zu „trainieren“ und zunehmend für den Körper nutzbar zu machen sowie die eigene Wahrnehmung immer weiter zu verfeinern.

Gemäß den Erkenntnissen und Überlieferungen früherer Qi Gong Meister zufolge hat das Qi verschiedene Hauptbewegungsformen. Dazu zählen neben dem Öffnen und Schließen sowie dem Aufsteigen und Sinken auch das Eintreten und Austreten. Hinzu kommt das Sammeln und Zerstreuen sowie das Umwandeln. Basierend auf diesen Hauptbewegungsformen gibt es zahlreiche Möglichkeiten, das Qi zu trainieren und gezielt mit ihm zu arbeiten.

Eine grundlegende Form der Qi-Anwendung ist hierbei das La-Qi. Bei dieser Methode geht es im Wesentlichen um das Öffnen und Schließen. Einhergehend mit entsprechenden Bewegungen der Hände richtet sich die Vorstellung im Wechsel auf das weite Universum und das Innere des Körpers. Gewissermaßen vollzieht also auch der Geist einen Wechsel zwischen Öffnen und Schließen. Die La-Qi-Methode kann einzeln geübt werden oder andere Qi Gong-Übungen ergänzen.

Viele Qi Gong-Praktizierende trainieren jedoch nicht intensiv genug, um mit ihren Übungen wirklich nachhaltige Wirkungen zu erzielen. Doch selbst wenn man intensiv trainiert, wird je nach Art der durchgeführten Übungen oft nur Qi gesammelt, aber nicht gleichmässig im Körper verteilt.

Einzelne Bereiche sind dann häufig stark und vital, andere hingegen nicht. So ist zu erklären, dass Menschen trotz des Trainierens von Qi Gong nicht wirklich gesund bleiben oder werden.

Die La-Qi-Methode hilft hier, das Qi im Inneren zu trainieren und dessen gleichmässige Verteilung sicherzustellen. Darüber hinaus vertieft das La-Qi die Wahrnehmungsfähigkeit für die Bewegungen des Qi – insbesondere bei Menschen, die das Qi bisher nicht spüren können. Werden die Veränderungen des Qi Flusses schneller erfasst, kann das sowohl im Sinne der Vorbeugung und Heilung genutzt werden als auch hinsichtlich des Verständnisses von Qi Gong- und Tai Chi Übungen.



Man kann das La-Qi im Sitzen, Stehen, Gehen oder auch im Liegen durchführen. Am günstigsten ist das Üben im Stehen oder Sitzen. Hierzu nehmen wir die entsprechende Qi Gong Grundhaltung ein. Die Hände werden vor dem Körper zwischen Brustbein und Bauchnabel gehalten, als würden sie einen kleinen Ball umfassen. Die Handflächen zeigen zueinander. Finger leicht geöffnet, berühren sich aber nicht. Zwischen den Fingerspitzen beider Hände ist ein kleiner Abstand. Schultern, Ellenbogen und Handgelenke sind entspannt. Atmung entspannt und gleichmässig. Hände nun leicht auseinander bewegen und den Raum dazwischen weiten und öffnen, gleichzeitig an einen weiten blauen Himmel oder das Universum denken. Lassen Sie ihre Gedanken so groß wie möglich werden. Beim Schließen die Hände wieder zur Ausgangsposition zurückführen und sich dabei auf eine sammelnde nach innen gehende Bewegung konzentrieren. Danach wieder von vorne beginnen.

Das Praktizieren von La-Qi ist leicht zu erlernen und man spürt meist schon nach kurzer Zeit ein angenehmes und beruhigendes Gefühl. Die Dauer der Übung sollte 30 Minuten nicht unterschreiten. Anfänger können jedoch mit 15-20 Minuten beginnen und sich langsam steigern. Nach

oben sind keine Grenzen gesetzt. Je länger man übt, desto stärker wird die Wirkung sein.

Während der Übung können verschiedene Qi-Phänomene auftreten, wie Wärme- oder Kälteempfinden, Gefühl des Anschwellens, ein Stromfluss, ein Kribbeln oder Taubheitsgefühle. Dies sind ganz normale Anzeichen für die Aktivitäten des Qi. Über derartige Empfindungen hinaus kann es zu einer Art magnetischer Verbindung zwischen den Händen kommen. Beim Öffnen besteht dann das Gefühl, als würde ein Gummiband das Auseinanderführen der Hände erschweren. Beim Schließen bemerkt man den Widerstand, gegen den die Hände anarbeiten. Alle auftretenden Phänomene sollte man aufmerksam beobachten, jedoch nicht nach deren Auftreten streben. Die Wahrnehmungen des Qi unterscheiden sich von Mensch zu Mensch. Normalerweise werden sie immer intensiver, je länger man übt und je aufmerksamer man sich der Übung widmet. Zudem ist die Intensität der Qi-Wahrnehmung von verschiedenen Faktoren abhängig, die alle zusammenwirken. Dazu zählen: das sorgfältige Erlernen und Durchführen der Übung in der richtigen Haltung/Position, der Gesundheitszustand, der Zustand des Geistes und die notwendige Achtsamkeit beim Üben und die Intensität des Qi-Feldes in der Umgebung. Manche Anfänger sind sofort in der Lage, das Qi zu spüren. Eine ausgeprägte Qi-Wahrnehmung bedeutet allerdings nicht automatisch, dass das innere Qi vollständig und kraftvoll ist, sondern zunächst nur, dass man sensibler in Bezug auf das Spüren des Qi geworden ist. Diese gewonnene Sensibilität ist eine gute Basis für weiteres Qi Gong-Training und Tai Chi Chuan Übungen.

Das La-Qi ist eine grundlegende und universelle Übung, die ein fester Bestandteil der wöchentlichen Qi Gong Trainingseinheit geworden ist. Die Übung wird von allen Gruppenmitgliedern sehr gerne geübt und oftmals auch „zu Hause“ wiederholt. Dadurch hat sich bei allen die Qi-Wahrnehmung deutlich verbessert und intensiviert. Sollte ich durch diesen Artikel Ihr Interesse geweckt haben, so lade ich Sie ganz unverbindlich zu einer unserer Übungsstunden ein. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie die wunderbare Welt des Qi für sich.

*Ihr Walter Runge
Qi Gong Lehrer*

Zen-Gruppe im Zenkreis Bremerhaven im Zenkreis Bremerhaven

Hallo liebe Mitglieder des TV Langen und Leserinnen und Leser dieser Vereinszeitung!

Wir, eine Zen-Gruppe, gehören zwar nicht zum TV Langen, dürfen aber unsere wöchentlichen Treffen im Sitzungsraum des TV Langen abhalten und möchten uns hier vorstellen.

„Unser Leben wird von unserem Geist geformt, und wir werden, was wir denken. Freude folgt einem reinen Gedanken wie ein Schatten, der nie weggeht.“ Gautama Buddha

Wir sind eine kleine Gruppe Frauen und Männer, treffen uns jeden Donnerstag um 19.00 Uhr und üben gemeinsam Rinzaï Zen im japanischen Stil.

Der Sitzungsraum wird für uns dann zur Zendo, zum Raum, in dem Zazen praktiziert wird, ein Ort höchster Achtsamkeit, des Sitzens und der Selbstfindung in Stille. Zazen besteht aus

- Rezitation
- Teeform (Sarei)
- Sitzmeditation (Zazen)
- Gehmeditation (Kinhin)



Die Sitzmeditation erfolgt je nach körperlicher Verfassung mit einem Meditationskissen oder -bänkchen (ggf. auch auf einem Stuhl) auf einer Meditationsmatte. Zusätzlich gibt es Vorträge zur Zenübung und Einzelgespräche mit dem Lehrer (Dokusan).

Die Teilnahme als Gast ist kostenlos.

Um bei der Übung so wenig wie möglich abgelenkt zu werden, sollte bei der Teilnahme möglichst dunkle, bequeme Kleidung getragen werden.

Für die Teilnahme sollte man mindestens 15 Minuten vor Beginn der Übung da sein – nach Beginn der Übung ist eine Unterbrechung, d.h. ein Einlass, nicht mehr möglich.

Der Jikijitsu führt die Gruppe durch die Übung, die insgesamt (Rezitation, Teeform, Sitzmeditation und Gehmeditation) etwa 1,5 Stunden dauert. Die Leitung der Gruppe hat Werner Stohs (Yuho Shin Sensei) aus Brake. Er erhielt die Lehrerlaubnis von Zen-Meister Wolf-Dieter Nolting (Rei Shin), Dharma Nachfolger von Oi Saidan Roshi (Hoko-ji Kloster, Hamamatsu Japan).

Kontakt/Fragen:

Daniela-Marei Kranich
Tel. 01525-4185315 (Jikijitsu)

Kontakt TV Langen:
Friederike Zierenberg, Turnabteilung
01522-1741833

Wir laden Sie gerne ein, an unseren Sitzungen teilzunehmen. Bitte nehmen Sie vorab Kontakt mit Daniela oder Friederike auf.

GEBÄUDE TECHNIK
Fachbetrieb

ELEKTRO SCHÖPF

GmbH

Ihr Partner für den

- Elektroinstallationen aller Art
- Kabelfernsehinstallationen
- Gebäude-Energieberatung
- Reparaturen und Kundendienst

- Steigerarbeiten
- Blitzschutz
- Antennenbau
- Sicherungstechnik

Mecklenburger Weg 113 • 27578 Bremerhaven • ☎ 04 71/6 67 79 • Fax 04 71/6 73 97

§

Karl-Heinz Wilcken

Rechtsanwalt

Fachanwalt für Verkehrsrecht

Leher Landstraße 111
27607 Geestland (Langen)

Tel. 0 47 43/913 19 39
Fax 0 47 43/913 19 40

kanzlei@rechtsanwalt-wilcken.de
www.rechtsanwalt-wilcken.de

HEIZUNG- & SANITÄRTECHNIK

Thorsten Hahn

Heizungsanlagen · Wartung · Badsanierung
Solartechnik · Kundendienst

Wir bringen die
Wärme ins Haus!

Stieglitzweg 4c
27607 Geestland-Langen

Telefon 0 47 43/27 53 63
Mobil 0 170-52 42 607



AKS Prüfung

Am 19. Dezember 2025 fand wieder eine große AKS-Prüfung statt. Mit viel Engagement, Disziplin und starken Leistungen stellten sich die Prüflinge den Herausforderungen des umfangreichen Prüfungsprogramms.

An der Prüfung nahmen zwei Kindergruppen sowie ein Teilnehmer aus der Erwachsenenengruppe teil. Das Prüfungsprogramm



umfasste die Grundsschule, Kata, Selbstverteidigung und Fallschule. Alle Teilnehmer zeigten ihr Können und bewiesen, dass sich das intensive Training der vergangenen Wochen und Monate gelohnt hat. Am Ende konnten sich alle über ihre bestandene Prüfung freuen und voller Stolz ihren nächsthöheren Gürtel tragen.

Herzlichen Glückwunsch an alle Prüflinge – macht weiter so!

Marc Reents





Turnverein Langen von 1908 e.V. - Karateabteilung -



AKS Lehrgang
Alles was man so können muss

Frank Siegmund

7. Dan AKS

7. Dan Chi Do Kwan - Kobudo



Thema: Alles was gewünscht ist... (Kata, Kihon Kumite, Hebeltechniken, Werfen, SV, ...)
Datum: Samstag, 25.04.2026 und Sonntag, 26.04.2026 in 27607 Geestland
Zeit: Samstag 12:30 - ca. 17:30 Uhr ab 16 Jahre (Kinderblock 12:30 - 15:00 Uhr ab 8 Jahre)
Sonntag 10:00 - ca. 14:00 Uhr ab 16 Jahre
Ort: Sporthalle der Grundschule „Am Wilden Moor“, Alter Postweg Ost 28, 27607 Geestland
Kostenlose Parkmöglichkeiten direkt vor Ort vorhanden.
Veranstalter/Ausrichter: Turnverein Langen v. 1908 e. V. - Karateabteilung -
Zielgruppe: Alle Interessierten ab 8 Jahren
Kosten: Samstag: Erwachsene 30,00 €, Kinder 15,00 € // Sonntag: Erwachsene 15,00 €
Anmeldung: Bitte bis zum 18.04.2026 an info@karate-langen.de mit Angabe des Dojos und Anzahl der Teilnehmer
Sonstiges: In der Regel gibt es Snacks und Getränke gegen eine kleine Spende - wir empfehlen trotzdem, sicherheitshalber eigene Verpflegung mitzubringen.

Ausrichter und Veranstalter lehnen jede Haftung ab!
Es werden Fotos und Videoaufnahmen gemacht und für die Pressearbeit der Veranstalter verwendet.
Mit der Teilnahme wird diesem zugestimmt.

Frank Siegmund
+49157 73269113



Marc Reents
info@karate-langen.de

Advertisement for Budo Unlimited seminar. Includes logos for DKV, ATSV Bremen, and AKS Germany. Text: 'Budo Unlimited Dein stilrichtungsoffener Kampfkunst-Lehrgang 18. & 19. April 2026 in Bremen'. Bottom text lists activities: Chi Do Kwan Karate, Jiu-Jitsu, Aiki-Jutsu, Selbstverteidigung, Combat, Kyusho-Jutsu, HIIT-Workout.

Advertisement for the seminar location. Text: 'Veranstaltungsort: Sporthalle Polizei Sportverein Volkmannstraße 10 28201 Bremen'. Includes a QR code and a red speech bubble saying 'Scanne & sei dabei!'.

Herausgeber

Turnverein Langen
von 1908 e.V.
Sportheim Nordesch
Nordeschweg 50, 27607 Geestland
Tel. 04743/8511, Fax: 04743/27 52 87
info@tvlangen.de
Internet: www.tvlangen.de

Die Geschäftsstelle ist in den Ferien geschlossen!

Geschäftsstunden

Mi: 9.00 - 13.00 Uhr
Do: 15.00 - 18.30 Uhr

Bankverbindung Vereinskonto:

Weser-Elbe Sparkasse
IBAN: DE25 2925 0000 0130 2511 00
BIC: BRLADE21BR5

Folgenden Sportarten werden angeboten:

Aerobic	Leichtathletik
Aikido	Qi Gong
Badminton	Schwimmen
Fußball	Senioren-sport
Gymnastik	Tennis
Handball	Tischtennis
Karate	Trampolin
Kinderturnen	Walken
(auch begleitet)	Wassergymnastik
Kinder-Yoga	Yoga (mit Meditation)

Vorsitzender

Ralf Patzelt

Stellvertretender Vorsitzender

Thomas Hallmann

Schatzmeister

Thorben Simon

Sporttechn. Leiter stellv. Sporttechn. Leiter
Per Ole Peterson n. b.

Jugendwartin stellv. Jugendwart
Beate Reents Thorben Simon

Pressewart stellv. Pressewart
Steffen Tobias Marc Reents

Schriftwartin stellv. Schriftwartin
Angela Kassl Doris Schniedewind

Ehrenvorsitzender Sozialwartin
Steffen Tobias Antje Führer

Geschäftsführerin Buchhaltung
Angela Kassl Doris Schniedewind

Redaktion:

redaktion@tvlangen.de
Friederike Zierenberg
E-Mail: Redaktion.Zierenberg@web.de
Steffen Tobias
E-Mail: steffen.tobias@nord-com.net

Produktion und Anzeigenverkauf

NORDSEE-ZEITUNG GmbH
Hafenstraße 140, 27576 Bremerhaven
Tel. 0471/597-0
mediaberatung@nordseemedienverbund.de

Gestaltung / Satz

Meike Jaklin-Niesche Grafikdesign
Tel. 04744/731 00 80
jaklin.grafikdesign@posteo.de

**Redaktionsschluss
für die Ausgabe 2/26:**

1. Mai '26



gleich eintragen!

Zum Gedenken

Der TV Langen trauert um sein verstorbenes Mitglied:

Ralf Kutzinski

* 11.06.1952 † 8.01.2026

Ralf war 37 Jahre Mitglied im Verein und in der Sparte Leichtathletik aktiv. Wir danken Ralf für seine langjährige Mitgliedschaft.

Wir werden ihnen ein ehrendes Gedenken bewahren.



Turnverein Langen
von 1908 e.V.
Der Vorstand

VERKAUF
MONTAGE
SERVICE

MICHAEL
STÜRME GMBH

Miele Service



Miele Service

Leher Landstraße 50
27607 Geestland
Telefon 04743 9497970

stuermer-bremerhaven.de

werk & freidl
Rechtsanwälte/Notar



Guido Wurtz
Rechtsanwalt und Notar

Erbrecht

- Testament
- Erbauseinandersetzung
- Pflichtteil
- Nachlassverbindlichkeiten
- Unternehmensnachfolge

Norbert Werk

Familienrecht
Baurecht
Vertragsrecht

Guido Wurtz

Fachanwalt für:
– Erbrecht
– Arbeitsrecht
– Verkehrsrecht
Gesellschaftsrecht
Vertragsrecht

Carlos Freidl

Fachanwalt für:
– Familienrecht
Mietrecht
Gewerbemietrecht
Kfz-Unfälle

Fitness und Sport: im TV Langen aktiv – Indoor und Outdoor

in Hallen und auf Plätzen der Stadt Geestland
und des Landkreises Cuxhaven.



Ermöglicht durch die Förderung von LSB / KSB, Wespa,
Voba und diversen Firmen – VIELEN DANK!



Damit wir als Verein weiterhin alle Sport-Angebote
leisten können, brauchen wir

ZUSÄTZLICHE HILFE!

Spenden für den TV Langen bitte an:

Weser-Elbe Sparkasse: DE25 2925 0000 0130 2511 00

Info in der Geschäftsstelle: 04743-8511 oder info@tvlangen.de



DER VEREIN – SIND WIR ALLE!

Spenden direkt über Paypal >>>

