

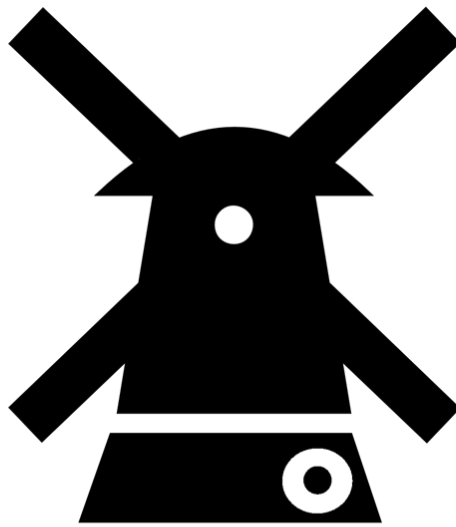
50 Jahre



TuS

GLARUM

1976 - 2026



**Ein Verein
Eine Gemeinschaft
Ein besonderer Moment**

Vereinsheft 2026

www.tus-glarum.de

Jahreshauptversammlung

Einladung

Zeit
Beginn
15:00 Uhr

Ort
Accum
Mühlenscheune

Termin
SAMSTAG
07.03.2026

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Feststellen der ordnungsgemäßen Ladung und Beschlussfähigkeit sowie Genehmigung der Tagesordnung
3. Gedenkminute
4. Bericht des Vorstandes
5. Bericht der Kassenprüfenden
6. Entlastung des Vorstandes
7. Neuwahl eines Kassenprüfenden
8. Haushaltsvoranschlag 2026
9. Verschiedenes
- Pause für Kaffee, Tee und Kuchen und Verlosung -
10. Ehrungen
11. Ausblick auf die Jubiläumsveranstaltungen

Anträge zur Jahreshauptversammlung müssen mindestens 10 Tage vorher schriftlich in der Geschäftsstelle, Ammerländer Str. 17, in 26419 Grafschaft vorliegen.

Der Vorstand

Achtung aufgepasst!

Unter den Anwesenden wird ein Restaurantgutschein verlost.
(ausgenommen sind Vorstandsmitglieder)

Grußwort

1. Vorsitzender

Liebe TuS-Familie, liebe Freunde und Unterstützer unseres Sportvereins, in diesem besonderen Jahr dürfen wir gemeinsam auf etwas zurückblicken, das man nicht jeden Tag feiern kann:

50 Jahre gelebte Gemeinschaft, **50 Jahre** sportliche Leidenschaft und **50 Jahre** ehrenamtliches Engagement.

Ein 1/2 Jahrhundert voller Erinnerungen, Erfolge, Herausforderungen und unzähliger Begegnungen, die unseren Verein zu dem gemacht haben, was er heute ist.

Seit seiner Gründung im Jahr 1976 steht unser Verein nicht nur für sportliche Leistungen, sondern vor allem für Miteinander, Fairplay und Zusammenhalt. Hier treffen sich Menschen aller Generationen, um miteinander zu trainieren, sich weiterzuentwickeln und Freundschaften zu knüpfen. Diese Vielfalt und Offenheit machen unseren Verein so besonders.

Ein solches Jubiläum ist auch Anlass, denen zu danken, die über viele Jahre hinweg mit Herzblut und Tatkraft zum Gelingen beigetragen haben: unseren Trainerinnen und Trainern, den Abteilungsleitungen, den vielen Helferinnen und Helfern im Hintergrund sowie allen, die Verantwortung übernehmen und unseren Verein lebendig halten. Ohne diesen Einsatz wäre dieses 50-jährige Bestehen nicht möglich gewesen.

Wir freuen uns darauf, diesen Meilenstein gemeinsam zu feiern und mit neuen Ideen und frischer Energie in die Zukunft zu gehen.

Möge unser Sportverein weiterhin ein Ort bleiben, an dem sich alle willkommen fühlen, wo Leistung und Freude Hand in Hand gehen und an dem wir miteinander noch viele unvergessliche Momente erleben.

In diesem Sinne wünsche ich allen Mitgliedern ein sportlich erfolgreiches Jubiläumsjahr und viel Freude beim Lesen des aktuellen Vereinshefts.

Euer Reinhard Milter
1. Vorsitzender



TuS Glarum
Sport für Alle



Jubiläums Veranstaltungen 2026

29.08.2026

Abendgala Glarum Gold

Wann? ab 18:00 Uhr

Wo? Sporthalle Glarum

30.08.2026

Familienfest

Wann? ab 14:00 Uhr

Wo? Rasenplatz und
Schulhof Glarum

September 2026
Vereinszeit

Jahresbericht 2025

Jugendwartin

Denise Richter

In Zusammenarbeit mit dem J-Team:

Vanessa Richter, Christopher Richter, Amke Harms, Nele Potinius

Ein ereignisreiches Jahr 2025

Das Jahr 2025 war für die Kinder- und Jugendarbeit des TuS Glarum besonders aktiv und vielseitig. Gemeinsam mit unserem engagierten J-Team konnten wir viele schöne Aktionen auf die Beine stellen, die Kindern und Jugendlichen aus der Region Freude bereitet haben.

Januar: Schwarzlichtparty
Unser J-Team eröffnete das Jahr 2025 mit einer stimmungsvollen Schwarzlichtparty für Kinder ab 8 Jahren mit Spielen, Partybeats und leckerer Pizza. Der Jahresauftakt wurde für alle ein voller Erfolg.

Februar: Faschingsparty
Buntes Treiben für die Kleinsten - Für unsere jüngsten Vereinsmitglieder organisierten wir eine fröhliche Faschingsfeier mit bunten Kostümen, einer Bewegungslandschaft, Kamelle und einem vielfältigen Mitbring-Buffer.

April: Osteraktion Hasenrallye
Gemeinsam mit dem Verein der Grafschafter und dem Bürgerverein Accum veranstalteten wir eine Osterhasenrallye durch Grafschaft und Accum. Am Ostermontag folgte die beliebte Eiersuche auf dem Kinderspielplatz Dettmar-Coldewey-Straße.

1. Mai: Maibaum Grafschaft
Beim traditionellen Maibaumaufstellen in Grafschaft übernahm das J-Team die Betreuung der tollen Spielstationen für die Kinder.

August: Ferienpass Jever / Schortens
Unsere Ferienpassaktion stand unter dem Motto: **Auf der Suche nach dem verborgenen Schatz.** Die Kinder lösten eine spannende „Schnipseljagd“ mit vielen bunten Rätseln und konnten sich anschließend in der Turnhalle richtig austoben.

September: Brunnenfest
hier war das J-Team aktiv und übernahm die Betreuung der Kinderspielstationen – ein beliebter Programmpunkt für die jüngsten Besucher.

Jahresbericht 2025

& J-Team

Oktober: Halloweenparty
für Kinder bis 7 Jahre:

- kindgerechte Deko
- Fingerfood
- Bastelaktionen
- Kostümwettbewerb

Oktober: Halloweenparty
für Kinder ab 8 Jahren:

- Fotoaktion & Schwarzlicht
- Hot Dogs
- Kostümwettbewerb
- verschiedene Bastelangebote



DANKESCHÖN!

Ein herzliches Dankeschön geht an all unsere engagierten Jugendlichen. Durch eure tatkräftige Unterstützung konnten wir auch 2025 wieder ein abwechslungsreiches Programm für die Kinder anbieten.

Ich als Jugendwartin bin stolz, ein so motiviertes und kreatives Team an meiner Seite zu haben.

Ausblick:

Wir freuen uns auf ein spannendes und erlebnisreiches Jahr 2026 mit vielen neuen Aktionen und glücklichen Kinderaugen.

Rückblick 2025

Das Jahr **2025** war wieder gefüllt mit spannenden und aktivierenden Angeboten im Rahmen unseres Projekts "**GEMO – Gesund und mobil älter werden** –

Spiele und Fitness im Fokus

Im Frühjahr starteten wir mit unserer Veranstaltung

"Lass uns spielen – Gesellschaftsspiele".

Die rege Teilnahme zeigte, wie viel Freude und geistige Aktivierung in einem gemeinsamen Spielenachmittag steckt!

„Ich will doch nur spielen“ – Nachmittag

Nachdem die Uhren am Sonntag 30.03.2025 auf Sommerzeit umgestellt worden sind, trafen sich am Nachmittag ca. 25 Gäste und Vereinsmitglieder im Gemeindehaus Accum. Da das Wetter mit seinen Kapriolen nicht zu langen Spaziergängen einlud, wurde das Angebot sehr gerne angenommen.

Auch ein reichhaltiges Kuchenbuffet wartete auf seine „Bezwinger“. In fröhlicher Runde wurde erst die süße Herausforderung angenommen, um sich dann vergnügt in verschiedenen Gesellschaftsspielen zu messen. Vom klassischen Kniffel über SkipBo wurde so einiges ausprobiert.

Nach einer sehr kurzweiligen Zeit, wurde das Fazit gezogen, diese Aktion auf jeden Fall zu wiederholen.



Ein Highlight im Herbst war der "**Alltags-Fitness-Test**" (AFT).

Dieser Test dient dazu, die eigene körperliche Fitness im Alltag auf einfache Weise zu überprüfen.

Besonders erfreulich: Viele Wiederholungsteilnehmer konnten feststellen, dass sie sich im Vergleich zum Vorjahr **deutlich verbessert** haben! Aber auch Neulinge waren erstaunt, zu welchen Leistungen sie noch fähig sind.

Dieses Angebot stand bewusst sowohl unseren **Mitgliedern** als auch **Nichtmitgliedern** offen und wurde hervorragend angenommen.

GEMO

Alltags-Fitness-Test – am besten sind die Wiederholungen



Wieder einmal haben zahlreiche Mitglieder wie auch Nichtmitglieder die Gelegenheit genutzt um ihre persönliche Fitness zu überprüfen. Es war großartig festzustellen, wieviele Teilnehmende erneut dabei waren, um ihre Fortschritte messen zu lassen. Viele waren sichtlich erstaunt und stolz darauf, dass sie ihre Ergebnisse aus dem Vorjahr deutlich verbessern konnten.

Das zeigt, wie effektiv gezieltes Training und kontinuierliche Bewegung sein kann. Neben den sportlichen Herausforderungen kam auch der gemütliche Teil nicht zu kurz. Bei Kaffee und selbstgebackenem Kuchen gab es reichlich Gelegenheit für entspannte Gespräche und einen regen Austausch über die Testergebnisse.

Der Alltags-Fitness-Test (AFT) ist ein wissenschaftlich fundierter Bewegungstest, der speziell für Menschen ab 60 Jahren entwickelt wurde und die wichtigsten Fitnesskomponenten, die für ein unabhängiges Leben im Alter entscheidend sind, bewertet. Dazu gehören: Bein- und Armkraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Geschicklichkeit und Gleichgewicht.

Neue Wege gehen – Schulung für ehrenamtlich Engagierte

Im Herbst fand zudem eine weitere, besonders wichtige Veranstaltung statt: die Ausbildung für unsere **ehrenamtlich Engagierten**.

Interessierte, die unsere Vereinsangebote im Rahmen der sogenannten "**3000 Schritte-Projekte**" unterstützen möchten, nahmen an einer umfangreichen und interessanten Schulung teil.

Sie wurden für die Aufgabe geschult, zukünftig **Spaziergehangebote** mit körperlicher und geistiger Aktivierung zu planen und zu begleiten. Finanziell unterstützt wurde dieses Projekt durch großzügige Spenden vom Lions Club Schortens und dem Verein „Bezahlbare Energie e.V.“.



BEZAHLBAREenergie_{e.v.}



Wir wechseln und beraten. Neutral und kostenlos

Fortbildung

TuS als Ausrichter

Lehrgang "Bewegungsbegleiter" erfolgreich durchgeführt

Vom 24. bis 25.10.25 organisierte der TuS Glarum einen Lehrgang im Rahmen des Gesundheitsprojekt "3.000 Schritte für die Gesundheit". Unter der Leitung von Heike Nerger, Referentin des Niedersächsischen Turnerbundes, absolvierten 16 engagierte Teilnehmende aus Friesland sowie aus Lüneburg das umfangreiche Ausbildungsprogramm zum Bewegungsbegleiter.



In insgesamt 15 Lerneinheiten wurden die Teilnehmenden praxisnah und fundiert auf ihre zukünftige Tätigkeit als Bewegungsbegleiter vorbereitet.

Ziel des Projekts ist es, insbesondere ältere Menschen und Bewegungsanfänger zu erreichen, die den Einstieg in ein aktiveres Leben suchen. **Gerade Menschen mit Hilfsmitteln wie Rollator oder Gehhilfe sind ausdrücklich willkommen.** Die Strecken der gemeinsamen Spaziergänge sind so gewählt, dass sie für diese Teilnehmer gut machbar sind. Zudem gibt es Pausen oder kleine Gedächtnisübungen, sodass niemand konditionell überfordert wird.

Ausblick 2026: Unser brandneues Bewegungsangebot startet!

"Schritt für Schritt werden wir fit!"

Im Frühjahr 2026 startet ein regelmäßiges Bewegungsangebot, das auf den Spaziergehgruppen unserer frisch geschulten Ehrenamtlichen basiert.

Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit dir diesen neuen, aktiven Weg zu gehen und dich bei jedem Schritt zu begleiten!

Neue Gesichter

Fortbildung im TuS

Der schnelle Weg zur C-Lizenz

Im Oktober 2024 habe ich mich nach meinem Renteneintritt im TuS Glarum angemeldet. Schnell wurde mir seitens des Vorstands die Idee zu einer Übungsleiter-C-Ausbildung nahegelegt.

Meine Ausbildung begann dann mit dem Einstiegslehrgang Mitte Juni 2025. Danach folgten ein Aufbaulehrgang im August 2025 und die beiden abschließenden Grundlagenmodule zum Thema Gesundheits-sport. Im September 2025 dann fand die Abschlussprüfung statt.

Die Abschlussprüfung umfasste neben der praktischen Prüfung unter anderem auch eine umfangreiche schriftliche Ausarbeitung zu einer praktischen Lehrstunde sowie mehrere dokumentierte Hospitationen in anderen Sportgruppen.

All das in dieser kurzen Zeit zu schaffen konnte nur möglich werden durch die großartige Unterstützung seitens des Vorstands, der tollen Trainerteams und der Mitglieder im TuS Glarum. Hilfestellung bekam ich bei der Suche nach den geeigneten Lehrgängen und bei der Anmeldung.

Alle meine Lehrgänge haben im Leer stattgefunden. Die sehr gute Unterbringung dort erfolgte in der Jugendherberge in der Altstadt – mit leckerem Essen und freundlichem Personal. Das Zusammentreffen mit den anderen Lehrgangsteilnehmenden war eine sehr interessante Erfahrung.

Ohne die großartige Unterstützung aus dem Verein hätte ich die Ausbildung bestimmt nicht so schnell und erfolgreich bestanden. Dafür bedanke ich mich an dieser Stelle noch mal ausdrücklich.

Nun freue ich mich auf interessante und abwechslungsreiche Herausforderungen, die im TuS Glarum auf mich warten. Ich wünsche uns allen ein tolles Jubiläumsjahr 2026, bei bester Gesundheit und mit viel Erfolg.



Eure Anke

Naturputz

2025

Der Norden räumt auf

*TuS Glarum und Verein der Grafschafter -
gemeinsam für eine saubere Natur aktiv*

Am Sonnabend, 15.03.2025, haben der TuS Glarum und der Verein der Grafschafter tatkräftig an der Aktion „Naturputz“ teilgenommen. Ausgestattet mit Müllsäcken, Handschuhen und jeder Menge Motivation zogen die Freiwilligen durch die Natur, um achtlos weggeworfenen Müll zu beseitigen.

Während der Sammelaktion stießen die Sammelnden auf zahlreiche unerwartete Fundstücke. Neben den üblichen Plastikflaschen, Dosen und Verpackungsmaterialien kamen auch skurrile Gegenstände zum Vorschein. So wurden unter anderem ein alter Fahrradrahmen, ein verrostetes Verkehrsschild und sogar eine komplette Küchenarbeitsplatte entdeckt. Diese Funde verdeutlichen wie wichtig es ist, regelmäßig solche Reinigungsaktionen durchzuführen um die Natur von Unrat zu befreien.



*Die Aktion war nicht nur ein voller Erfolg für die Umwelt,
sondern auch für den Zusammenhalt in unserer Gemeinschaft.*

Nach getaner Arbeit konnten sich die Helfer bei einem gemeinsamen Imbiss in Form einer deftigen Erbsensuppe stärken und den Vormittag in geselliger Runde ausklingen lassen. Die beiden Vereine sind sich einig:

*Auch in 2026 sind wir wieder dabei
um weiterhin ein Zeichen für Umweltschutz zu setzen.*



Einweihung Rasenplatz

Tag der Gesundheit

Meilenstein der Vereinsgeschichte

Am 10.05.2025 konnte ein ganz besonderes Ereignis gefeiert werden: Die Einweihung des neuen Rasenplatzes und Übergabe an die Sporttreibenden im Rahmen des Tages der Gesundheit.

Nach intensiver Planungs- und Bauzeit erstrahlt der neue Platz nun in sattem Grün – bereit für viele Freiluft-Sportstunden. Die feierliche Eröffnung wurde neben dem Durchschneiden des Bandes durch den Vereinsvorsitzenden von einem vielfältigen Programm begleitet, welches die bunte Vereinsarbeit eindrucksvoll zur Geltung brachte.



Besonders begeistert war der gemeinsame Auftritt der Line Dancer und Tanzmäuse. Mit ihrem mitreißenden Auftritt zum Song „Cotton Eye Joe“ begeisterten sie das Publikum und sorgten für beste Stimmung. Besonders schön war das harmonische Zusammenspiel der beiden Gruppen, das eindrucksvoll zeigte, wie gut generationsübergreifender Tanz funktionieren kann.

Diese Vorführung bleibt sicherlich vielen in schöner Erinnerung.

Mit dieser gelungenen Einweihungsfeier hat der Verein einmal mehr bewiesen, wie viel erreicht werden kann, wenn Gemeinschaft, Einsatz und Begeisterung aufeinandertreffen. Der neue Rasenplatz steht nun als Symbol für sportliche Weiterentwicklung, Teamgeist und ein starkes Miteinander. „Wir freuen uns auf alles, was kommt!“, so der Vorsitzende.

Text: TuS Glarum

Bilder: Steffen Schüngel, Werner Salomon

G gesund
L lebendig
A aktiv
R richtig
U unschlagbar
M miteinander

unser Bauprojekt 2026



- keins -

.... und das ist doch schon eine Nachricht wert!!!

*Aber man kann sich in unserem Verein ja nie sicher sein –
zumindest ist kein Projekt bis Redaktionsschluss spruchreif 😊*

Neuanschaffungen

Förderer und Sponsoren

Mit Freude begrüßen wir unseren neuen „Mitarbeiter“



„Hartwig“ hat am 25.06.2025 zuverlässig seinen Dienst aufgenommen. Alles im grünen Bereich.

Die Wahl des Namens ist kein Zufall. Vielen von Euch ist Hartwig Breckwoldt als prägende Persönlichkeit im Verein noch bekannt. Sein Wirken und Schaffen hat maßgeblich das

Bild des Vereins geprägt. Zusammen mit Traute hat er als Vorstandsmitglied und Übungsleiter die Geschicke des Vereins in gute Bahnen gelenkt und Wurzeln für unser heutiges Wachsen gebildet.

So bleibt Vereinsgeschichte erhalten und dankbare Erinnerung lebt weiter.

Eine großzügige Spende der Volksbank Jade-Weser hat zu dieser Anschaffung beigetragen.

Herzlichen Dank den Sponsoren

Vereinshelden & Ehrungen



Am 09.01.2025 wurde **Herma Renken-Tjardes** vom **Landkreis Friesland** für ihre langjährig ehrenamtliche **Tätigkeit** im Schloss Jever geehrt.

Eine ganz besondere Auszeichnung für eine ganz ausgezeichnete Person – ein Vorbild nicht nur fachlich sondern auch menschlich.

Unsere Vereinshelden 2025



Raja Schroeder

Denise Richter Amke Harms Nele Potinius



Peter Dietz

Unermüdliche Macherinnen und Macher, positive Vorbilder, mit Herz und Hand

Anerkennung für großen Einsatz



Im Rahmen der Einweihung des Rasenplatzes und des Tages der Gesundheit am 10.05.2025 wurde **Jeanette Netzelmann** eine besondere Wertschätzung zuteil.

Der 1. Vorsitzende konnte ihr mit Stolz die **Kreishonornadel des NTBs** für ihr langjähriges ehrenamtliches Engagement und sportliche Übungsleitung überreichen.

Kreisturntag 2025 in Sande

Gehrt wurden **Vera Kraft, Jeanette Netzelmann, Ingrid Dittmer, Stephanie Elfert, Iris Rodenbach, Imke Rodenbach, Saskia Leitner, Denise Richter, Reinhard Milter und Kornelia Bültena**. Alle haben sich durch langjährige Treue und außergewöhnliches Engagement verdient gemacht. Als Zeichen der Anerkennung erhielten sie Urkunden, Ehrennadeln und Blumen.



Vereinshelden & Ehrungen

Ehrenamt überrascht
LandesSportBund Niedersachsen e.V.

Erwischt!



Geheimmission Überraschtes Ehrenamt geglückt 🎉

Endlich hat es nun auch den erwischt, der sonst immer nur im Hintergrund wirkt 🙌 regelmäßig beschert **Reinhard** vielen anderen ehrenamtlichen Mitstreitern verdiente Ehrungen und überraschende Gänsehautmomente ...
Endlich hat es geklappt 🙌 alle haben dicht gehalten 🤫 von den Vorbereitungen hinter seinem Rücken hatte er keinen Schimmer 😊

Jetzt weiß Reinhard endlich, wie es sich anfühlt, ein solch überraschendes Dankeschön zu erhalten 🥰

DANKE für Deinen Einsatz, für Deine Zeit, für Dein Herzblut!
Du bist unser VEREINSHELD ❤️



Inklusionspreis `25

Niedersachsen

*Ein unglaublicher Abend
Hannover, 27.06.2025*



PLATZ 1 MITTELGROSSE SPORTVEREINE

TuS Glarum e.V.

Die inklusive Kampfsportgruppe macht Eindruck: Jede*r steht mit den individuellen Fähigkeiten und der persönlichen Entwicklung im Mittelpunkt. Dabei spielt es keine Rolle, ob er*sie eine Behinderung hat oder nicht.

Sportlerwahl `25

Friesland

Große Erfolge für Glarumer Sportler bei der Sportlerwahl des Kreissportbundes Friesland

Das gleich 2 Glarumer Sportler an der Wahl teilnehmen durften, kann schon als kleiner Erfolg angesehen werden. Während einer Voting-Phase sammelten die Kandidaten online Stimmen. Eine Juri entschied dann noch zusätzlich über die endgültige Platzierung. Die Sieger wurden am **07.11.2025 in Neuenburg** gekürt.

In der Kategorie „**Menschen mit Beeinträchtigung**“ erreichte **Waldemar Keterling** aus der inklusiven Kampfsportgruppe „Grenzenlos und Stark“ einen hervorragenden **4. Platz**. Seine beeindruckende sportliche Leidenschaft, sein Einsatz und seine positive Ausstrahlung machen ihn zu einem echten Vorbild – nicht nur im sportlichen, sondern auch im menschlichen Sinne. Waldemar zeigt, was es bedeutet, mit Herz, Disziplin und Durchhaltevermögen Grenzen zu überwinden.



Besonders gefeiert wurde auch Turnerin **Zoey Müller**, die in der Kategorie „**Jugendliche**“ einen sensationellen **2. Platz** belegte. Mit ihrem Ehrgeiz, ihrem Teamgeist und ihrer konstant starken Leistung gehört Zoey zu den größten Nachwuchstalenten des Vereins. Ihre Platzierung zeigt, wie viel Potenzial in der jungen Generation steckt und macht deutlich, dass der Glarumer Sportverein auch in Zukunft auf eine starke Jugend bauen kann.

Neue Angebote

Start 2025

Spaß mit dem Ball

Du glaubst, ein bisschen Ballsport wäre nicht schlecht !?! - Du willst langsam (wieder) in Bewegung kommen !?!



Wer?

Du bist 50+
dann bist DU bei
uns genau richtig

Wo?

Sporthalle
Glarum

Wann?

Mittwochs
ab 20:00 Uhr

Walking Football

Gehfußball

*kein Turnen, kein Joggen,
kein Springen, aber-
zusammen Spaß haben*



INFOS BEI

Sönke Kloth
04461 / 844 86
kloth.soenke@web.de

Gerd Zunken
0173 / 810 73 82
zunken@online.de

Gehfußball – diese Variante des beliebten Mannschaftssports schon die Gelenke, fördert die Fitness, stärkt das Gemeinschaftsgefühl und macht vor allem richtig Spaß.

Beim Gehfußball ist Laufen verboten – alle Spielerinnen und Spieler bewegen sich ausschließlich gehend über das Spielfeld. Ideal für Ältere, Wiedereinsteiger oder Sportler mit Einschränkungen in der Mobilität.

Am **18. Juni 2025** startete unser neues Angebot „**Spaß am Ball**“ – damals mit **sechs Spielern**, die einfach Lust hatten, gemeinsam aktiv zu sein und sich regelmäßig zu bewegen. Heute, nur ein halbes Jahr später, zählt die Gruppe bereits **14 Spieler** und hat sich fest im Vereinsleben verankert.

Wir treffen uns **jeden Mittwoch um 20:00**

Uhr, um miteinander zu spielen, zu lachen und Sport in einer lockeren, offenen Atmosphäre zu erleben. Der Spaß am Spiel, das **Miteinander** und die **sozialen Kontakte** stehen dabei immer im Vordergrund.

Im Sommer nutzen wir auch unseren Rasenplatz, wo wir unter freiem Himmel kicken und das gute Wetter genießen.

Der Stundenablauf hat sich schnell eingespielt: Zunächst wird **locker gekickt**, um in Bewegung zu kommen. Danach folgt ein kurzes **Aufwärmtraining**, bevor wir zu unserem Highlight übergehen: Einem Spiel über zwei Halbzeiten von jeweils 15 bis 20 Minuten.

Hier kommt jeder auf seine Kosten – egal ob Anfänger oder erfahrener Spieler. In der **dritten Halbzeit** wird miteinander geklönt, diskutiert und debattiert.



Walking Football Premiere
beim TuS Glarum.

Gerd Zunken und Sönke Kloth

Neue Angebote

Start 2025

Ab dem **1. Januar 2026** erhält unser Lauftreff einen **neuen**, einladenden **Namen**: „**Lauftreff für Jedermann und Jederfrau**“.

Damit möchten wir deutlich machen, dass wirklich alle herzlich willkommen sind – unabhängig von Alter, Fitnessstand oder Erfahrung. Gelaufen wird künftig **jeden Freitag um 9:00 Uhr**, Treffpunkt ist die **Turnhalle Glarum**.

Wir freuen uns sehr darauf, noch mehr bewegungsfreudige Teilnehmerinnen und Teilnehmer begrüßen zu dürfen.

Gemeinsam macht das Laufen einfach mehr Spaß!

Gerd Zunken & Heinz Kathmann

NEU·NEU·NEU

Lauftreff **Neu**

für Jedermann und Jederfrau

für Anfänger und Geübte

ab Freitag

07. November 25

09:00 - 10:00 Sporthalle Glarum

Laufen OHNE Schnaufen

Infos bei **GERD ZUNKEN** 04423 / 985532 oder **HEINZ KATHMANN** 04423 / 7763
www.tus-glarum.de 0173 / 810 73 82 0157 / 322 121 97

Fit 4 All
Fitness nach 4XF Programm

Start **05.11.2025**

Was?
Ganzheitliches effektives Training für Kraft, Beweglichkeit und Wohlbefinden

Wo?
Sporthalle Glarum

Wann?
Mittwoch 19:00 bis 20:00

Übungsprogramm praxisnah konkret mit Bewegungen aus dem Alltag – für den Alltag

- ✓ **Fit für's Büro**
- ✓ **Fit für den Garten**
- ✓ **Fit für ALLE Treppen**
- ✓ **Fit für DEINEN Alltag**

DTB zertifiziert

Alle Infos zum Angebot bei **Sina Ingber**

www.tus-glarum.de

INFOS ÜBER SINA INGBER
TEL.: 0157 / 714 75 353

Das Angebot ist gut angelaufen.

Mit Sina haben wir die perfekte Übungsleitung gefunden!

noch sind Plätze frei

Absolut empfehlenswert

Neu



DEUTSCHES
SPORTABZEICHEN

2025

Wer
Jürgen Broda
& Team

Wann
Sportplatz Beethovenstraße
mittwochs (Sommer)
18:00 – 19:30

Kontakt
privat
04423 / 6495

Auf dem Sportplatz an der Beethovenstraße in Heidmühle waren wir nach der offiziellen Eröffnung der Saison am 26.04.25 auf dem Sportplatz am Waldstadion in Varel gemeinsam mit dem HFC, **vom 14. Mai 2025 bis zum 24. September 2025** zum Training und zur Abnahme der Disziplinen vertreten.

Vom TuS Glarum war folgendes Team dabei: Birgit Broda, Christiane Cassebarth-Remmers, Dr. Hartmut Garten, Helga Kloth, Jens Lohmann, Reinhard Milter, Denise Richter und Jürgen Broda.

Vielen Dank dafür.

Leider konnten einige letztjährige TeilnehmerInnen in dieser Saison aus gesundheitlichen Gründen das Sportabzeichen nicht ablegen. An dieser Stelle wünschen wir ihnen gute Besserung, schnelle Genesung und ein baldiges Wiedersehen in der kommenden Saison 2026.

Unabhängig davon ist der Stellenwert des deutschen Sportabzeichens in der Gesellschaft (leider) offensichtlich rückläufig. Im Familien-, Freundes- und Bekanntenkreis können wir alle dafür werben, dass die Zahl der Absolventen und Absolventinnen wieder steigen. Es wäre doch toll, wenn jeder der diesjährigen erfolgreichen Prüflinge in 2026 zumindest einen weiteren Kandidaten oder eine weitere Kandidatin, „anwerben“ würde.

*In diesem Sinne wünscht das Trainer- und Abnahmeteam
des TuS Glarum ein gesundes, frohes neues Jahr 2026
und hofft auf ansteigende Teilnehmerzahlen.*

Ab Mai 2026 sind wir wieder immer mittwochs von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr auf dem Sportplatz an der Beethovenstraße anzutreffen. Übrigens: Es geht nicht nur um leichtathletische Übungen. Alternativen, wie Schwimmen, Turnen, Radfahren etc. sind auch möglich.

*Näheres zu finden unter:
oder auch*

*www.deutsches-sportabzeichen.de
www.sportabzeichen-digital.de.*

Sport macht Spaß, hält gesund und verbindet.

Mit sportlichem Gruß
Jürgen Broda



Folgende Sportlerinnen und Sportler unseres TuS Glarum erfüllten 2025 die Anforderungen für das Sportabzeichen.

Jugendliche (erstmalig)

Rosa Kowalczyk
Jonna Poschwatta
Lenya Wurps
Marie Pieritz
Johanna Wunder
Aylin Coban
Maja Rücker
Lotta Stickdorn
Sophie Krieger
Sophia Kruse
Darya Bauer
Sophie Philipp
Rieke Nachtigall



Erwachsene Zahl in Klammern = Gesamtanzahl der Sportabzeichen für Erwachsene

Broda, Birgit	(22.)
Broda, Jürgen	(23.)
Cassebarth-Remmers, Christiane	(22.)
Christoffers, Elke	(02.)
Garten, Dr. Hartmut	(29.)
Hein, Sigrid	(01.)
Hennig, Heiko	(45.)
Kloth, Helga	(15.)
Päschel, Mathi	(13.)
Remmers, Alexander	(02.)
Schmidt, Axel	(10.)
Schmidt, Heidi	(10.)
Schmidt, Johnny	(02.)
Schweinsberg, Joachim	(21.)

Herzlichen Glückwunsch

Die offizielle Verleihung und Ehrung findet vermutlich im Februar 2026 statt.

Deutsches Sportabzeichen

2. Ausgabe des Pokals

Den für die erfolgreichste Sportgruppe des Vereins von Dr. Hartmut Garten gestifteten Wanderpokal erhält, nach 2025 **zum zweiten Mal**, die von Reinhard Milter betreute Jugendturngruppe **Gerättturnen**.



Liebe Überleitungsleiterinnen und Übungsleiter;



*Wollt ihr den Pokal nicht auch
für Eure Gruppe mal in Händen halten?*

*Auch Reinhard würde sich bestimmt
über einen "Wettkampf" um den Pokal freuen.*

***Ich sage Euch nicht, dass es leicht wird – aber
ich sage Euch, dass es sich lohnen wird!***

(nach Art Williams)

Hier noch einmal das Reglement:



*Der Gruppe, die die meisten Absolventen des Sportabzeichens vorweist, wird der Pokal verliehen. Wichtig dabei: Nicht die Anzahl, sondern das **Verhältnis** zur Gruppengröße ist dabei entscheidend.*

Beispiel: absolvieren zum Beispiel 6 von 10 Personen einer Sportgruppe das Sportabzeichen, würde dann diese vor einer Gruppe mit 10 Abzeichen und einer Größe von 20 Personen liegen und den Pokal bekommen.

Baumpflanzchallenge 2025

Netz trifft TuS

Herausforderung angenommen

Der Verein der Graftschafter hat den TuS Glarum im Rahmen der „Baumpflanz-Challenge“ nominiert. Der Aufgabe, einen Baum zu pflanzen, ist der TuS Glarum selbstverständlich gerne am 23.08.25 nachgekommen.



Die "Baumpflanzchallenge 2025" ist eine virale Social-Media-Aktion in Deutschland, bei der Vereine, Organisationen oder Einzelpersonen nominiert werden, innerhalb weniger Tage einen Baum zu pflanzen und dies per Video zu dokumentieren, um ein Zeichen für Klimaschutz, Nachhaltigkeit und Gemeinschaft zu setzen.

Der TuS Glarum hat sich mit viel Engagement an der beliebten Baumpflanzchallenge beteiligt und ein wichtiges Zeichen für Natur- und Klimaschutz gesetzt. Gemeinsam packten Vereinsmitglieder tatkräftig an und pflanzten auf dem Vereinsgelände einen jungen Birnenbaum. Mit dieser Aktion möchte der TuS nicht nur die Umwelt unterstützen, sondern auch ein Symbol für Zusammenhalt und Zukunft setzen – **ein Baum, der wachsen und gedeihen soll, genau wie das Vereinsleben selbst.**

⇒ siehe auch [TuS Glarum auf Instagram](#)

Deutsches Gymnastikabzeichen

Kurs 2025

Wer
Iris Rodenbach
& Team

Wann
jeden 3. Samstag
10:00 – 12:00

Kontakt
privat
04423 / 99013

Unsere monatlich stattfindende Sportgruppe zum Deutschen Gymnastikabzeichen (DGA) war auch in diesem Jahr gut besucht. Viele Teilnehmerinnen zeigten sich motiviert und konnten bereits in der ersten Jahreshälfte ihre Übungen erfolgreich ablegen.



Das neunte Gerät „ohne“, welches mittlerweile vor fünf Jahren ergänzt wurde, hat nochmal an Beliebtheit gewonnen.

Im Mai wurde von einigen Teilnehmerinnen das Deutsche Turnfest in Leipzig besucht und das dortige Mitmachangebot zum DGA wahrgenommen. Dadurch konnten einzelne Übungen vor Ort abgelegt werden. Eine willkommene Ergänzung zum regulären Ablauf.



Im November 2025 fand die Lizenzverlängerung statt. Die Fortbildung wurde durch die niedersächsische Landesbeauftragte für das DGA in Glarum durchgeführt.

Im Team der Abnehmerinnen ergab sich zum Jahreswechsel eine Veränderung. Imke steht ab 2026 *leider* nicht mehr zur Verfügung.



Wir danken Imke sehr herzlich für ihren Einsatz in den vergangenen Jahren.



Abgeschlossen wurde das Jahr 2025 mit der legendären Urkundenvergabe in feierlicher Runde.

Wir freuen uns auf ein weiteres Jahr mit engagierten Teilnehmerinnen!
Euer DGA-Team

Stephanie Elfert, Lydia Huber, Herma Renken-Tjardes,

Imke Rodenbach, Iris Rodenbach, Doris Zunken

Deutsches Gymnastikabzeichen

Kurs 2025

DGA-Medallenspiegel



Name, Vorname	Anzahl Erwerbe	Farbe	Name, Vorname	Anzahl Erwerbe	Farbe
Arnold, Inge	16	Gold	Kruse-Osterthun, Elke	2	Gold
Eilenfeld, Margrit	11	Gold	Milter, Ursula	20	Gold
Elfert, Stephanie	10	Gold	Müller, Barbara	38	Gold
Falkenberg, Heidrun	25	Gold	Päschel, Mathi	22	Gold
Feldmann, Hela	1	Silber	Renken-Tjardes, Herma	24	Gold
Hafner, Ingrid	14	Gold	Rodenbach, Imke	16	Gold
Hennig, Gertrud	25	Gold	Rodenbach, Iris	16	Gold
Höfer, Hannelore	11	Gold	Wagner, Ines	1	Silber
Huber, Lydia	11	Gold	Wiethölter, Angelika	24	Gold
Klischan, Peet	26	Gold	Ziergiebel, Helga	23	Gold
Kurth, Karin	19	Gold	Zunken, Doris	22	Gold

*Mit viel Fleiß und Freude dabei!
Ihr seid spitze!*



Termine DGA für 2026 - 10:00 bis 12.00 Uhr:

17.01.2026 21.02.2026 21.03.2026 18.04.2026
23.05.2026 20.06.2026 22.08.2026 19.09.2026
24.10.2026 **Ausgabe: 28.11.2026**

Ferien(S)pass 2025

FERIENPASS JEVER SCHORTENS



Ferienpass – das bewährte Glarumer Triple – Turnen, Tischtennis, J-Team –

Turnen – Fit wie ein Turnschuh –

Unter dem Motto „Fit wie ein Turnschuh“ lud die Turnabteilung zahlreiche Kinder zu einem sportlichen Nachmittag ein. Bei bester Laune wurde geklettert, gehüpft, balanciert und gelacht, was das Zeug hielt.

Beim beliebten „Turnschuh-Parcours“, der alle Disziplinen miteinander verbindet, gab es am Ende für jedes Kind eine tolle Urkunde.



So gingen die Kinder nicht nur ausgepowert, sondern auch stolz nach Hause.



Tischtennis – Schnuppertraining –



Nach einem leichten Aufwärmprogramm ging es dann auch schon an die Tische. Alle Teilnehmenden hatten in ihrer Freizeit schon mal an der Platte gestanden, so dass sehr schnell einfache Grundschlagübungen durchgeführt werden konnten. Zum Abschluss gab es noch einen kleinen Wettkampf im Zielschießen in eine kleine Box. Natürlich wurde auch wieder am Mini-Tisch versucht, ein TT-Spiel aufzuziehen. Jedes Mal ein Highlight.

Ferien(S)pass 2025

FERIENPASS JEVER SCHORTENS



Auf Schatzsuche mit dem J-Team

Das Angebot war voll ausgebucht und so machten sich die 19 angemeldeten Kinder auf den Weg, den verlorenen Schatz zu finden. Die Suche startete beim Fair-Café in Grafschaft. Von da aus ging es in den Wald, wo verschiedene Aufgaben zu lösen waren. So entstand ein Lösungswort. Der Weg führte schließlich zur Turnhalle, wo der große Schatz versteckt war. Um ihn in den Händen zu halten mussten die Kinder aber erst noch den Hindernisparcours überwinden. Mit dem gefundenen Lösungscode konnte endlich die Schatztruhe geöffnet werden. Der tolle Schatz wurde bestaunt und verteilt. Insgesamt war es eine sehr gelungene Aktion, nach der alle Kinder lächelnd nach Hause gingen.



Unsere Social Media Plattformen

Accountname: TUS.GLARUM



TIKTOK

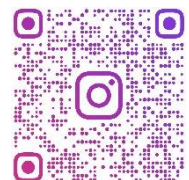


FACEBOOK

Accountname: TUSGLARUM



INSTAGRAM



Sichtbar sein – Einblick geben – Informationen teilen
Sendet Eure Berichte, Texte und Fotos an:

tus-glarum-socialmedia@ewe.net

Kinder-Show-Tanz

Die Tanzmäuse

Wer
Denise Richter

Wann
donnerstags
15:00 – 16:30

Kontakt
privat
04423 / 9998012

Auch 2025 hatten die Glarumer Tanzmäuse wieder ein bewegtes, fröhliches und erfolgreiches Tanzjahr!

Unsere Gruppe besteht aktuell aus 20 Kindern im Alter von 5 bis 13 Jahren, darunter zwei Jungs, die gemeinsam mit viel Spaß, Teamgeist und Energie Woche für Woche trainieren.

Auftritte und Highlights

Wir durften 2025 bei mehreren schönen Veranstaltungen auftreten und unser Können zeigen. Zu unseren Auftritten gehörten unter anderem:



Ein weiteres tolles Ereignis im Mai war unser **erster Wettkampf** in Wiefelstede beim „Inspired by Dance“. Die Tanzmäuse erreichten dort einen starken 4. Platz – eine großartige Leistung, auf die die Kinder sehr stolz sein können!

Das große Highlight war die Veranstaltung SchauSport 2025. Dort präsentierten die Tanzmäuse ihre farbenfrohe und mitreißende Choreografie zu Disneys „Rio“, die von unserem erst 11-jährigen Tänzer Fabio selbst geschrieben wurde. Eine beeindruckende Leistung – wir sind sehr stolz auf ihn und die gesamte Gruppe!

Siehe auch Sonderbericht

Kinder-Show-Tanz

Die Tanzmäuse

Wer

Denise Richter
& Team

Wann

donnerstags
15:00 – 16:30

Kontakt

privat
04423 / 9998012

Dankeschön!



Ein riesengroßes Dankeschön geht an unsere fantastische Crew, bestehend aus engagierten Müttern, Omas und unserem Trainer-team. Ihr habt unzählige Stunden damit verbracht, Musik vorzubereiten, Haare zu stylen, zu schminken und die wunderschönen Kostüme zu nähen.

Ohne eure Kreativität, Geduld und euren stetigen Einsatz wären viele Auftritte nicht möglich gewesen –

Danke für Alles!

Unser Trainerteam stellt sich vor

Die Glarumer Tanzmäuse werden von einem engagierten Team begleitet:

Denise, Vanessa, Christopher und Fabio sorgen gemeinsam dafür, dass die Kinder mit Freude trainieren, neue Schritte lernen und ihr Selbstvertrauen stärken. Mit viel Herzblut und eigenen Ideen gestalten sie Woche für Woche abwechslungsreiche Trainingseinheiten.

Neue Tanzmäuse gesucht!

Wir freuen uns jederzeit über neue tanzbegeisterte Kinder!
Wer? Mädchen und Jungen im Alter von 8 bis 13 Jahren
Wann? Immer donnerstags von 15:00 bis 16:30 Uhr
Kommt gerne zum Schnuppern vorbei –

Wir freuen uns auf euch!



Euer Trainerteam

Vanessa und Denise

Kinderturnen

allgemein

Wer
engagiertes
Elternteam

Wann
dienstags
15:30 – 16:30

Kontakt
Geschäftsstelle
04423 / 91 44 88

Bericht: Denise Richter – Übungsleiterin bis Juni 2025

Im Jahr 2025 konnten wir im Kinderturnen im TuS Glarum wieder viele schöne Momente erleben. Die beiden Gruppen (Gruppe 1 im Alter von 1 – 4 Jahre und Gruppe 2 im Alter von 4 – 6 Jahre) erfreuten sich weiterhin großer Beliebtheit.



Bei den 1 – 4-jährigen standen bunte und abwechslungsreiche Bewegungslandschaften im Mittelpunkt. Gemeinsam mit ihren Eltern oder Großeltern erkundeten die Kinder verschiedene Stationen und sammelten dabei erste Bewegungserfahrungen. Spielerisch wurden Gleichgewicht, Koordination und motorische Grundlagen gefördert.



Bei den 4 – 6-jährigen wurden die motorischen Fähigkeiten weiter ausgebaut. Die Kinder entwickelten ein erstes Verständnis für einfache Regeln, lernten sich in eine Gemeinschaft einzufügen und gemeinsam Bewegung zu erleben. Ein besonderes Highlight war die erfolgreiche Teilnahme am Kinderturnabzeichen.

Nach über zehn Jahren habe ich gemeinsam mit meinem Trainerteam schweren Herzens die Leitung der Gruppen abgegeben. Berufliche Gründe wie Arbeit, Schule und Studium machten diesen Schritt notwendig. Umso dankbarer sind wir, dass ein engagiertes Elternteam die Gruppen übernommen hat und die traditionsreiche Arbeit fortführt.



Das Kleinkinderturnen bekam 2025 einen neuen Rahmen. Beide Gruppen wurden zusammengelegt. Ein engagiertes Elternteam hat die Leitung übernommen und bietet nun in der Zeit von 15:30 bis 16:30 spielerischen und bunten Turnspaß für unsere Kleinsten an.



Wir bedanken uns herzlich bei allen Kindern, Eltern und Unterstützern für die wundervolle Zeit und wünschen dem neuen Team viel Freude und Erfolg für die Zukunft!

Lustige Kinderspielewelt

ab 6 Jahre

Wer
Nele Potinius
Ole Hillerns

Wann
freitags
14:30 – 16:00

Kontakt
privat
04423 / 985532

Im vergangenen Jahr gab es einen Wechsel der Übungsleitung

Doris hat sich verabschiedet und somit ihre Gruppe an Nele und Ole übergeben.

Die beiden führen die Gruppe nun mit viel Engagement und Elan weiter.

In der lustigen Kinderspielewelt ist ständig etwas los.



Wir spielen, kicken, toben und haben immer ganz viel **Spaß** zusammen.

Bist du zwischen sechs und zehn Jahre alt
und hast Lust, dich zu bewegen?



Dann komm vorbei,
denn bei uns steht der **Spaß**
an der Bewegung im
Vordergrund.

Wir freuen uns auf viele
weitere Stunden mit EUCH!

Nele und Ole

6. Osterhasenrallye

gelungenen Gemeinschaftsaktion

1-2-3 wo liegt das Ei?

Osterfreude für Groß und Klein!

Der Regen hatte sich verzogen - Gott sei Dank!". Und da staunten wieder einmal die verantwortlichen Organisatoren der drei Vereine, Bürgerverein Accum, Verein der Grafschafter und TuS Glarum, nicht schlecht, denn mit so viel Zuspruch der Besucher hatten sie bei dem Wetter nicht gerechnet. Ca. 100 Kinder (in Begleitung ihrer Eltern) hatten sich auf dem Spielplatz an der Dettmar-Coldewey-Straße in Grafschaft versammelt und warteten vor dem Absperrband auf das erlösende Kommando: Auf die Eier - fertig - los!



Dann wurde das Flatterband entfernt und ein wahrer Sturm auf die 300 versteckten Ostereier entbrannte. Mit viel Spaß, Lachen und leuchtenden Augen wurden alle wiedergefunden.

Laternelaufen

gelungene Gemeinschaftsaktion

**Bunte Lichter,
fröhliche Lieder
und ein Hauch von**

Novembermagie: Am Montagnachmittag, dem 10.11.2025, fand ein vom TuS und der Kirchengemeinde Accum gemeinsam organisiertes Laternenlaufen statt.

Punkt 16:30 Uhr startete der Umzug an der Grundschule Glarum. Zahlreiche Kinder und Familien erschienen mit liebevoll gebastelten Laternen, die in der Dämmerung farbenfroh leuchteten. Zu bekannten Laternenliedern setzte sich der Zug Richtung Accum in Bewegung.

An der Kirche angekommen, erwartete die Teilnehmenden ein besonderer Programmpunkt. Herma Renken-Tjardes hatte einige Geschichte vorbereitet, die sowohl von Sankt Martin als auch von Martin Luther erzählten – ein stimmungsvoller Moment, der die Kinder in seinen Bann zog und den historischen Hintergrund des Laternenbrauchs lebendig machte.

Gerätturnen für Anfängerinnen

die Turnflöhe

Wer
Saskia Leitner
Amke Harms

Wann
donnerstags
16:30 – 18:00

Kontakt
privat
04422 / 5069202

Liebe Turnflöhe,

das Jahr 2025 begann direkt mit einem Highlight: Im März starteten auch wieder einige aus unserer Gruppe bei einem Wettkampf, dem Teiletturnen. Es war für alle die erste Teilnahme an einem Wettkampf überhaupt und entsprechend groß war die Aufregung. Ihr konntet zeigen, was ihr bereits gelernt habt und habt den Wettkampf super gemeistert.

Im Laufe des Jahres lag der Schwerpunkt auf dem Erlernen erster turnerischer Elemente. Schritt für Schritt tastet Ihr Euch an Rollen, Handstände, erste Sprünge und Drehungen heran. Besonders schön war zu sehen, wie schnell Fortschritte gemacht wurden und wie stolz Ihr auf neu gelernte Bewegungen wart.



Damit der Spaß nie zu kurz kam, spielten wir häufig am Ende der Stunde Konzentrationsball. Dies half nicht nur dabei, die Koordination und Teamfähigkeit zu stärken, sondern sorgte auch für viele fröhliche Momente und ein Lachen in der Gruppe.

Insgesamt blicken wir auf ein abwechslungsreiches, aktives und fröhliches Jahr 2025 zurück. Ihr habt viel gelernt, Euch weiterentwickelt und vor allem gemeinsam viel Spaß gehabt.

Wir freuen uns schon jetzt auf ein weiteres Jahr voller Bewegung, neuer Herausforderungen und schöner gemeinsamen Erlebnisse.

*Euer Trainerteam
Saskia und Amke*

Sportprogramm

Stand 01/2026

Montag	09:00 – 10:30	Nordic Walking	Jens Lohmann
	15:00 – 16:45	Gerätturnen Mädchen (P-Pflicht)	Reinhard Milter
	16:30 – 19:00	Gerätturnen Mädchen (WKTeam + Kür)	Reinhard Milter
	18:00 – 19:00	Yoga	S. Boelsen-Borree
	19:00 – 20:00	Funktionsgymnastik für Frauen	Ute Lohmann
	19:15 – 20:15	Yoga	S. Boelsen-Borree
	20:00 – 22:00	Badminton Erwachsene	Susanne Borrmann
Dienstag	15:30 – 16:30	Allgemeines Kinderturnen	Elternteam
	17:00 – 18:00	Wirbelsäulengymnastik	Heike Eichstaedt
	17:15 – 18:45	Wohlfühlgymnastik	Doris Zunken
	17:00 – 18:30	Kreistänze – Kurs nach Nachfrage – Trainingsraum Altes Rathaus Sillenstede	Monika Werker
	18:00 – 19:30	Tischtennis Jugend	Gerd Janßen
	19:00 – 20:15	American Tribal Style Belly Dance Trainingsraum Altes Rathaus Sillenstede	Ingrid Dittmer
	19:30 – 22:00	Tischtennis Erwachsene	Norbert Netzelmann
Mittwoch	09:00 – 10:00	De Ölleren (Senioren) Trainingsraum Altes Rathaus Sillenstede	Stephanie Elfert
	10:15 – 11:15	Älter werden – aber aktiv (Seniorinnen) Trainingsraum Altes Rathaus Sillenstede	Stephanie Elfert
	15:00 – 16:30	Gerätturnen Mädchen (P-Pflicht)	Reinhard Milter
	16:00 – 17:00 nach Ansage	Ganzheitliches Gedächtnistraining Kursteilnahme nur nach Anmeldung	Konnie Bültena
	16:30 – 18:00	Gerätturnen Mädchen (P-Pflicht)	Reinhard Milter
	18:00 – 19:00	Fit'n'Run	Gerd Zunken
	18:15 – 19:00	Reha-Sport „Wirbelsäule“	Ute Lohmann
	18:00 – 19:30	DOSB Sportabzeichen Mai – September Sportplatz Beethovenstraße	Jürgen Broda
	18:00 – 20:00	Inklusiver Kampfsport grenzenlos & stark	Jeanette Netzelmann
	19:00 – 20:00	Fit4All	Sina Ingber
	19:00 – 20:00	Handball Herren II Sporthalle Sillenstede	Jens Hoffrogge
	20:00 – 22:00	Handball Damen Sporthalle Sillenstede	Jens Hoffrogge

Sportprogramm

Stand 01/2026

Donnerstag	15:00 – 16:30	Kinder-Showtanz (5 – 13 Jahre)	Denise Richter
	16:30 – 18:00	Geräturnen für Anfängerinnen	Saskia Leitner
	17:00 – 18:00	ReHa-Sport „Wirbelsäule“	Ute Lohmann
	18:00 – 19:00	Wirbelsäulengymnastik	Ute Lohmann
	19:00 – 20:00	Bauch, Beine, Po – Fitness-Gym	Heike Eichstaedt
	19:00 – 20:00	GymX (intensives Workout)	Andre Langenkamp
	19:30 – 22:00	Handball Herren I+II Sporthalle Sillenstede	Jens Hoffrogge
	20:00 – 21:30	Line Dance „Funny Boots“	Vera Kraft
Freitag	09:00 – 10:00	Lauftreff für Jedermann Langsamstraße – Treffpunkt Halle	Gerd Zunken
	14:30 – 16:00	Lustige Kinderspielewelt	Nele Potinius
	15:00 – 17:00 nach Absprache	Plattdeutsch Wechselnde Räumlichkeiten	Vera Kraft
	16:00 – 18:00	Geräturnen Mädchen (Kür+WKTeam Turnsterne)	Reinhard Milter
	18:00 – 20:00	Badminton Kinder und Jugendliche	Christopher Richter
	20:00 – 22:00	Tischtennis Erwachsene	Werner Salomon
Samstag	10:00 – 12:00	DGA Deutsche Gymnastikabzeichen jeden 3. Samstag im Monat (Kurs)	Iris Rodenbach & Team
	13:00 – 22:00	wechselnde Aktivitäten und Kurse	wechselnde Übungsleitung
	17:30 – 20:00	Frauen-Selbstverteidigung jeden 3. Samstag im Monat	Jeanette Netzelmann



Das aktuelle Sportprogramm kann jederzeit unter
www.tus-glarum.de
auf der Homepage aufgerufen werden.

Unsere aktuellen Beiträge:

Kinder & Jugendliche 5,50 € pro Monat / 33,00 € pro Halbjahr / 66,00 € pro Jahr
Erwachsene 10,00 € pro Monat / 60,00 € pro Halbjahr / 120,00 € pro Jahr
Familien (ab 2 Personen) 12,50 € pro Monat / 75,00 € pro Halbjahr / 150,00 € pro Jahr

Bei Beitritt innerhalb eines Halbjahres wird der gesamte Halbjahresbeitrag fällig.
Bei Eintritt wird einmalig eine (kleine) Bearbeitungsgebühr erhoben.

Gerättturnen

Leistungsgruppe

Wer
Reinhard Milter
& Team

Wann
siehe
unten

Kontakt
privat
04423 / 915137

Stand: 01.01.2026

montags	15:00 – 16:45 Uhr	P-Stufen Pflicht
montags	16:30 – 19:00 Uhr	Turnsterne & Kür
mittwochs	15:00 – 16:30 Uhr	P-Stufen Pflicht
mittwochs	16:00 – 18:00 Uhr	P-Stufen Pflicht
donnerstags	16:30 – 18:00 Uhr	Turnflöhe Anfängerinnen
freitags	16:00 – 18:00 Uhr	Kür-Stufe + Turnsterne

Trainerteam: Reinhard Milter, Amke Harms, Saskia Leitner

Trainerassistentinnen: Raja Schroeder, Anne Stickdorn, Aygül Coban
Ida Künken

Das Turnjahr 2025 war eines der aktivsten Jahre überhaupt. Wettkämpfe, Turncamp mit Hallenübernachtung, Auftritte, Turnabzeichen, Sportabzeichen – **alles war dabei.**



Im Wettkampfbereich der Pflicht konnten sich beim **Regions-Quali-Cup** im Mai die Teams in der Bezirksklasse Schülerinnen (Ella, Luisa, Lea, Lilyana und Josie) und der Bezirksliga Schülerinnen (Ida, Zoey, Maila, Johanna und Kea) qualifizieren.



Die Turnerinnen der Pflichtstufe legten im März wieder ihr **Gerättturnabzeichen** (Anzahl 35!) ab. Beim **Teileturnen** im April (erstmal wieder A- und S-Klasse) gingen abermals viele Podestplätze an unseren Verein. Der TuS war Ausrichter des S-Klasse-Wettkampfes in der glarumer Halle. Der **A-Klasse Pokal** ging an Sophie Philipp und der **S-Klasse Pokal** an Zoey Müller.



Im Mai folgte zuerst der **Langeooger Dünen-Cup**, an dem das Team Ella, Luisa, Lea, Lilyana und Josie teilnahmen.



Vor der Sommerpause fanden noch die Wettkämpfe in **Großenkneten** und **Eversten** statt. Die glarumer Turnerinnen waren stets vorne dabei!

Seit langer Zeit gab es im Juni wieder ein Turncamp mit Fortbildung und Hallenübernachtung.

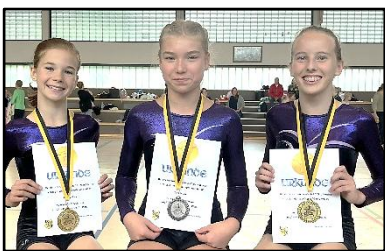


Nach den Ferien ging es mit Volldampf zurück in die Wettkämpfe. Zunächst richteten wir den vereinseigenen **Glarumer Sommer-Cup** aus. Unsere Teams konnten zahlreiche Pokale erturnen.



Ebenfalls nach der Pause legten 13 Mädels ihr **Sport-abzeichen** ab und konnten dafür auch erneut am Jahresende den Dr. Garten-Pokal in Empfang nehmen.

Die Serie der Herbstwettkämpfe (**Huntlosen, Werlte, Ofen und Emden**) verliefen absolut grandios! Überall standen die Glarumer Turnerinnen ganz oben auf dem Treppchen – ein Erfolg sondergleichen.



Auch der **7. Glarumer Mühlen-Cup** stand ganz im Zeichen der Titel für die Gastgeberinnen.

Zwischenzeitlich konnte wieder ein Sponsor für neue Trainingsanzüge gefunden werden.

Parallel zu den Wettkampfvorbereitungen stellte Raja erneut ihr „**SchauSport**“-Team zusammen. Diesmal waren es 10 Turnerinnen. Die Proben fanden ab dem Sommer immer montags statt. Der große Auftritt fand im November 2025 statt. Es war wieder ein großartiges Event!!
Großer Dank an Raja!



Die Trainersituation ist nach wie vor als nicht gut zu bezeichnen. Leider können wir auf die Unterstützung von Kimberly, Nikita, Neele, Emilie und Sophie nicht mehr zählen. Ihnen gilt zum Abschied, wie aber auch Raja, Anne und Ida (neu im Team) mein Dank.



Dank geht auch an meine Trainerkolleginnen Lydia (die in der Not immer aushilft), Saskia und Amke.



Sehr froh bin ich über die tolle Unterstützung durch Aygül Coban, in der 1. Gruppe in der Pflicht sowie über die Hilfsbereitschaft aller Kampfrichterinnen. Ohne sie wäre ein erfolgreicher Sportbetrieb im Wettkampfbereich nicht möglich.

Das ist das TURNTEAM GLARUM!



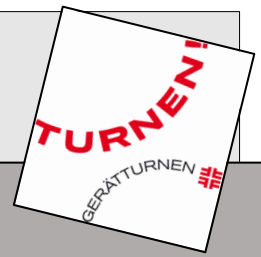
In das Jahr 2026 schaue ich wie immer optimistisch.

Euer Reinhard



Gerätturnabzeichen

2025



Gerätturnabzeichen 2025			Gerätturnabzeichen 2025		
Name	Anzahl	Punkte	Name	Anzahl	Punkte
Bünting, Laura	1	33	Sukach, Mila	3	25
Sukach, Dana	3	31	Krieger, Sophie	1	25
Philipp, Sophie	1	30	Pyzh, Oleksandra	1	24
Coban, Aylin	1	29	Rücker, Maja	1	24
Hinzmann, Emma	2	29	Bentama, Hanna	2	23
Chernychko, Angelina	2	29	Strybny, Hannah	1	23
Bauer, Darya	2	28	Kruse, Sophia	1	23
Werth, Belen	1	28	Barkmann, Sonja	1	22
Barkmann, Ella	2	28	Wingenbach, Lina	1	22
Speckmann, Rosalie	1	28	Wurps, Lenya	1	21
Grueneberg, Amy	2	27	Lücht, Fiona	1	21
Stickdorn, Lotta	1	27	Poschwatta, Jonna	1	20
Peter, Zoe	1	27	Wunder, Johanna	1	20
Apken, Jette	1	27	Kowalczyk, Rosa	1	20
Strybny, Ida	1	27	Schönefeld, Henriette	1	17
Grabbe, Daaje	1	27	Altermann, Oskar	1	14
Behrends, Ina	1	26	Bauer, Anna	1	12
Cohen, Micah	2	25	gesamt	35	



Herzlichen Glückwunsch!!

Wettkampfmedaillen Pflicht & Kür

2025

Auch 2025 fand in der Turnabteilung (Leistungsgruppe Gerätturnen Mädchen) zum 16. Mal die Vergabe der Medaille „jahresbeste Wettkampfturnerin“ statt. Diese Medaille ist eine Wandermedaille und wird am Jahresende an die Turnerin vergeben, die im zurückliegenden Jahr die meisten Wettkampfpunkte erturnt hat.



Die Wettkampfmedaille geht im Jahr 2025 an

Ida Künken,

die bei der Teilnahme an **9 Wettkämpfen**
585,343 Punkte erreichte.

*Der TuS sagt:
Herzlichen
Glückwunsch!!*

Seit einigen Jahren turnen die Glarumer Turnerinnen auch im Kürbereich. Die zu erreichende Punktzahl in der Kür ist aber nicht mit der im Pflichtbereich zu vergleichen. Die älteren Turnerinnen können so rein rechnerisch nicht in den Genuss der Wettkampfmedaille kommen.

Also wurde entschieden, ebenfalls eine Medaille für die vereinsbeste Kürturnerin zu vergeben.

Im Jahr 2025 erhält

Raja Schroeder

diese Medaille. Sie hat in **zwei Wettkämpfen**
eine Punktzahl von **127,75** erreicht.



Tischtennis

Jugendliche

Wer

**Gerd Janßen
Norbert Netzelmann**

Wann

**dienstags
18:00 – 19:30**

Kontakt

**privat
04423 / 6848**

Langsam geht das Jahr 2025 dem Ende entgegen und damit verändert sich auch mal wieder unsere Jugendmannschaft im Tischtennisport. Unsere Jugend-Spitzenspielerinnen Nele und Ann Kathrin spielen jetzt schon öfter in den Herrenmannschaften als in der Kreisliga Jugend 19! Grund dafür ist die errungenen Spielstärken der beiden, sodass sie sich auch schon gut in den verschiedenen Herren-Kreisklassen behaupten konnten.



In der Jugend Kreisliga 19 Friesland/Wilhelmshaven belegten unsere Jugendspieler am Ende der Hinserie einen guten Platz im „Mittelfeld“ von immerhin zehn spielenden Mannschaften. Dort spielen Nele, Ann Kathrin, Fabio, Eric und Leonie abwechselt in einem Team zusammen.

Leonie hat erfreulicherweise den Weg vom HFC zu uns gefunden. In der kommenden Rückrunde wird zusätzlich noch Yuna in der Jugendmannschaft dabei sein. Es ist immer gut, noch Spieler „in Reserve“ zu haben, falls einmal jemand kurzfristig (z.B. krankheitsbedingt) ein Spiel absagen muss.

Leider haben wir auch mal wieder Abgänge von vielversprechenden Tischtennistalenten hinzunehmen. Das ist immer besonders bitter für uns, wenn nach erfolgreichem langem Training dann Jugendliche sich doch für eine andere Sportart oder einen anderen Verein entscheiden. Daneben aber entwickeln sich dann doch immer wieder neue jüngere Jugendspielerinnen und -spieler in unserer Tischtennisabteilung an den Platten im Dienstagstraining sehr positiv.

Alle haben immer viel Spaß am Tischtennis und einige träumen vielleicht auch schon von einer großen Karriere im Tischtennis. Bis dahin ist es aber in der Regel noch ein weiter mühsamer Weg!

Wir wünschen euch schöne Festtage und für das neue Sportjahr 2026 alles Gute und Gesundheit.

*Viele Grüße von
Gerd Janssen und Norbert Netzelmann*

Tischtennis

Erwachsene

Wer
Werner
Salomon

Wann
dienstags 19:30 – 22:00
freitags 20:00 – 22:00

Kontakt
privat
01522 / 8762674

Wir wachsen weiter auf

Wieder ist ein Jahr vorbei und es hat sich einiges in der TT-Abteilung bewegt.



2025 haben wir natürlich wieder an der Ferienpassaktion teilgenommen. Leider sind nicht alle angemeldeten Kids gekommen. Doch die sechs, die da waren, haben einen Riesenspaß gehabt. Auch in 2026 werden wir wieder dabei sein und das Kontingent auf 16 Plätze erhöhen.



Auch in 2025 haben wir im Rahmen der Kooperation mit der GS Glarum die Tischtennis-AG fortgeführt. Dadurch erhoffen wir uns auch den einen oder anderen Neuzugang, um den Aufwuchs der Jugendabteilung weiter fortzuführen.

Mit Nele Potinius und Christopher Richter haben wir jetzt auch zwei ausgebildete Übungsleiter, da sie im Frühjahr ihre Übungsleiter-C-Lizenz erwerben konnten.



Wir konnten fünf Mannschaften für den Punktspielbetrieb melden. Vier für den Erwachsenenbereich und eine Jugendmannschaft. Mit Ali Nemr, Mohammed Tamer und Nadim Kawssan haben wir drei Spieler gewinnen können, die auch sofort in den Mannschaftsspielbetrieb eingestiegen sind. Zusätzlich haben wir weitere Zugänge, die einfach Spaß am Tischtennis und der Gemeinschaft gefunden haben. Die gute Trainingsbeteiligung bietet gute und nette Abwechslung bei Trainingspartnern.

Bei den Jugendlichen geht es auch voran. Wir können weiter Neuzugänge vermelden, die nun für den Punktspielbetrieb aufgebaut werden.

Beim diesjährigen Kreisranglistenturnier hatten wir mit Nele Potinius, Ann Kathrin Grimpe, Fabio Richter und Eric Weber vier Teilnehmer am Start. Sie konnten hervorragende Ergebnisse erzielen. Mit dem 2. Platz von Nele und dem 3. Platz von Ann Kathrin hatten wir zwei Spielerinnen auf dem Siegereppchen in der Klasse Mädchen 19. Nicht weniger erfreulich war der 2. Platz von Fabio Richter bei den Jungen 13.



Das lässt für die Zukunft weiter hoffen.

Werner Salomon und Team

Tischtennis

1. Herren

In der vergangenen Saison haben wir in der Kreisliga knapp die Relegation verpasst und mussten als 9. den Abstieg in die 1. Kreisklasse hinnehmen.

In der aktuellen Saison stehen wir z.Zt. auf dem 8. Platz in der Tabelle, der die Relegation bedeuten würde. Durch die Einführung von 4er-Mannschaften in den Bezirksklassen hat sich das Niveau in der Staffel deutlich erhöht, sodass auch dieses Jahr der Klassenerhalt als Saisonziel angestrebt wird. Viele berufs- und krankheitsbedingte Ausfälle ließen leider keine bessere Platzierung zu. Mit vollständiger Mannschaft sollte eine bessere Platzierung in der Rückserie möglich sein.

Die „Erste“ spielt mit nachfolgender Aufstellung:

- 1 Norbert Netzelmann
- 2 Mirko Veit
- 3 Werner Salomon
- 4 Stephan Jerlitschka

Tischtennis

2. Herren

Die zweite Mannschaft hat in der 2. Kreisklasse den 9. Platz von 12 Mannschaften erreicht. Da aber die Staffeln wieder nur mit 10 Mannschaften besetzt werden, war der gute 9. Platz doch ein Abstiegsplatz.

Durch den Meistertitel unserer dritten Mannschaft in der 3. Kreisklasse, hatten wir aber wieder einen Startplatz in der 2. Kreisklasse erspielt. Auch hier macht sich das steigende Niveau aufgrund des neuen Spielsystems deutlich bemerkbar, sodass auch hier um den Klassenerhalt gekämpft wird.

Die „Zweite“ spielt mit nachfolgender Aufstellung:

- 1 Gerd Janßen
- 2 Axel Wilms
- 3 Malte Brandenburg
- 4 Bastian Anders



Tischtennis

3. Herren

Die dritte Mannschaft konnte in der vergangenen Saison in der 3. Kreisklasse B den Meistertitel holen und damit einen Startplatz in der 2. Kreisklasse erringen. Da auch die „Dritte“ mit berufs- und krankheitsbedingten Ausfällen zu kämpfen hatte, ist die großartige Platzierung noch höher zu bewerten. Deutlich zum Titelgewinn beitragen konnten unsere Jugendspielerinnen Nele Potinius und Ann Kathrin Grimpe, die als Ersatzspielerinnen eine große Verstärkung waren.

Zurzeit belegt die „Dritte“ einen hervorragenden 3ten Tabellenplatz in der 3. Kreisklasse. Auch in dieser Saison gab es berufs- und krankheitsbedingte Ausfälle, die aber durch den Einsatz von Spielern aus der vierten Mannschaft kompensiert werden konnten.

Die „Dritte“ spielt in nachfolgender Aufstellung:

- 1 Lars Wengler
- 2 Ann Kathrin Grimpe
- 3 Nele Potinius
- 4 Hans-Dieter Renken



Ann Kathrin Grimpe

Tischtennis

4. Herren

Die vierte Mannschaft spielte in der vergangenen Saison in der 3. Kreisklasse A und belegte dort einen guten 5. Tabellenplatz. In der laufenden Saison stehen sie in der 3. Kreisklasse B auf dem 4. Platz.

Da wir mit Nele Potinius, Ann Kathrin Grimpe und Leonie Morsch drei unserer Jugendlichen für den Erwachsenenspielbetrieb freiholten, konnten wir wieder eine vierte Mannschaft melden. Die drei haben sich schnell an das Niveau bei den Erwachsenen gewöhnt und haben erheblichen Anteil an der guten Platzierung.

Die „Vierte“ spielt mit nachfolgender Aufstellung:

- 1 Peter Dietz
- 2 Arman Allahverdikhani
- 3 Jan Arends
- 4 Christopher Richter
- 5 Ali Nemr
- 6 Mohammed Tamer
- 7 Leonie Morsch
- 8 Nadim Kawssan



Nele Potinius

Grenzenlos und stark Inklusiver Kampfsport

ab 16 Jahren

Wer
Jeanette
Netzelmann

Wann
mittwochs
18:00 – 20:00

Kontakt
privat
04423 / 5159

Auch das Jahr 2025 war ein ereignisreiches Jahr für unsere Budokas.

Unser Jahresrückblick 2025

Faschingstraining im Februar

Das Training machte uns allen viel Spaß, das muss auch sein. Denn wir genießen es, Spaß zu haben.



Inklusive Wettkämpfe 29. März 2025



Am 29.03.2025 fanden die Inklusiven Wettkämpfe statt. In den Disziplinen: Einzelstock-Kata laufen, Safety-Stick und Kano-Jitsu standen unsere Kämpfer*innen den anderen in nichts nach. Mit Eifer und Konzentration erbrachten sie dementsprechende Erfolge. Vom ersten bis zum vierten Platz wurde jede Leistung gefeiert. Jeder, mit und ohne Behinderung, hat an diesem Tag sein Bestes gegeben.

Diese Leistungen und gerade das Laufen einer Kata (ein traditioneller Bewegungsablauf mit Abwehr- und Angriff-Techniken gegen einen imaginären Gegner) haben den Teilnehmern ein hohes Maß an Konzentration, Koordination und Gleichgewicht abverlangt.

Aber auch die Kämpfe im Kano-Jitsu und Safety-Stick haben einiges an Kondition, Technik und Kraft gekostet.

So war jeder der Teilnehmenden auf seine Medaille und die Urkunde stolz, als sie überreicht wurden. Diese Wettkämpfe haben eine arbeitsintensive Vorbereitung gefordert. Das Trainerteam war sehr stark eingespannt. Immer wieder wiederholen, beim Wettkampf Punkte zählen, Zeit nehmen, Betreuung der Kämpfenden. Das alles zusammen wird in den Erfolgen der Betreuten sichtbar. Ohne die Mitarbeit des Trainerteams wäre sowas nicht möglich!



Jackenübergabe von Hesena 2. April 2025



Wir haben einen Sponsor gefunden, der unsere Gruppe nicht nur finanziell, sondern auch durch Taten und die Ausstattung mit Hoodie-Jacken unterstützt. Die Übergabe der Jacken erfolgte durch Alexandra Schmid, ihrem Lebenspartner Michael und ihrer kleinen Tochter Mala.

Inklusiver Lehrgang 24. Mai 2025

Am 24. Mai 2025 haben wir einen inklusiven Lehrgang veranstaltet. Dieses Mal konnten wir schon mehr Teilnehmende verzeichnen. Die Vernetzung mit anderen Gruppen wächst. So ist wieder die Gruppe aus Heide gekommen, die sich auf unser Event gefreut hat. In 2026 findet der nächste Lehrgang statt und alle Teilnehmer*innen freuen sich schon mächtig drauf.



Inklusionspreis Niedersachsen 25. Juli 2025

Das war ein spannender Tag: fiebern bis zum Schluss und dann....

Der 1. Platz in der Kategorie mittelgroßer Verein:

die inklusive Kampfsportgruppe Grenzenlos und stark des TuS Glarum.



Aufführung bei der Hesena am 25. August 2025

Es war uns eine Freude auf dem Sommerfest unseres Sponsors, der Hesena, im Domizil Karl-Hinrichs-Stift in Wilhelmshaven unser Können mit einer kleinen Aufführung zu demonstrieren. Die Zuschauer waren sehr begeistert. Wieder einmal zeigte sich unser Zusammenhalt und die Freude, füreinander da zu sein. Die gute Laune und Fröhlichkeit dieser Gruppe steckte alle Zuschauer an.



Kinobesuch im September 2025

Da der neue Film von Bulli Herbig rausgekommen ist, sind wir als Gruppe ins Kino gegangen, um das „Kanu des Manitu“ zu schauen. Bei uns ist die Inklusion nicht auf das Training beschränkt 😊 wir leben es!!!

Wieder bleibt noch zu erwähnen, dass wir uns freuen würden Dich in unserer Gruppe willkommen zu heißen.

hesena®

Selbstverteidigung für Frauen

ab 16 Jahren

Wer
Jeanette
Netzelmann

Wann
3. Samstag
17:30 – 20:00

Kontakt
privat
04423 / 5159

Wir sind eine Gruppe von Frauen die lernen sich gegen widerrechtliche Angriffe zu wehren.

Das Wissen wird einmal im Monat an einem Samstag von 17:00 bis 19:30 Uhr in der Glarumer Halle vermittelt.

Mehr Sicherheit im Alltag - sei es die Haltung oder das Wissen etwas tun zu können - bestärkt die Teilnehmerinnen der Gruppe.

Wenn auch Du ein Teil dieser netten Frauenselbstverteidigungsgruppe werden möchtest, dann bist du herzlich willkommen.

Die Trainingstermine, kannst Du auf der Homepage des TuS Glarum erfahren.



Plattdeutsch

Glarumer Plattsnackers

Wer
Vera Kraft

Wann
freitags ab 15:00
nach Absprache

Kontakt
privat
04423 / 7084629



In 2025 haben wir uns bei mir, Vera, zu Hause getroffen, um Platt zu snacken.

Wir haben Geschichten gelesen und weiterhin versucht, unsere Kenntnisse in Plattdeutsch zu verbessern. Es klappt immer ein bisschen besser.

Einen sehr kurzweiligen Nachmittag haben wir zusammen in Moorwarfen verbracht. Dort haben wir uns, nachdem wir Kaffee und Kuchen zu uns genommen haben, das Theaterstück „Polizisten sind auch nur Menschen“ von den „Friesenspielern“ angesehen.

Es war herrlich! Wir haben viel und herzlich gelacht.

Eine kommodige Weihnachtsfeier mit frisch gebackenen Waffeln durfte auch in 2025 nicht fehlen.

Hier einmal ein kleines Rätsel für euch:

Dat lett as'n Katt
un muust an'n Katt,
het en Kopp ans Katt,
un een Steert an'n Katt,
un is doch keen Katt.

Wat is dat?



Kommt gerne bei uns vorbei ... wir helfen euch bei der Lösung!

Viel Spaß beim Überlegen. Bis dahin –

Hol di fuchtig.

Eure Vera

Ganzheitliches Gedächtnistraining

GGT-Kurs

Wer
Kornelia
Bültena

Wann
mittwochs 16:00 – 17:00
Gemeindehaus Accum
nach Anmeldung

Kontakt
privat
04423 / 7651


2025 blicken wir auf **5 Kurse** zurück, bei denen im Schnitt 12 Teilnehmerinnen aktiv waren. Jeder Kurs umfasst 6 Termine. Immer noch gilt, dass eine vorherige Anmeldung unter der oben genannten Telefonnummer unbedingt erforderlich ist. Denn ein effektives GGT ist nur möglich, wenn die Zahl der Teilnehmer 13 nicht überschreitet.

Bericht & Kontakt
Konnie Bültena

War der Raumwechsel in das Gemeindehaus der evangelischen Kirchengemeinde Accum eigentlich als vorübergehend angedacht, so ist jetzt klar, dass er wohl zu einer Dauerlösung wird. Wir haben uns darauf eingestellt und es uns dort gemütlich gemacht.

Keine Sorge: Es gibt keinen Leistungsdruck und Stress bleibt außen vor. Niemand muss sich oder anderen etwas beweisen. Freude und der Spaß stehen im Vordergrund. Bei uns wird immer und viel gelacht.

Kurz noch einmal zur Klärung, was wir eigentlich machen:

 Ganzheitliches Gedächtnistraining bezeichnet ein Trainingskonzept, das **Körper, Geist und Emotionen** gleichzeitig anspricht, um die mentale Leistungsfähigkeit zu verbessern.

 **Ziele** des ganzheitlichen Gedächtnistrainings

- Verbesserung von Merkfähigkeit, Konzentration und Denkflexibilität
- Förderung der geistigen Fitness in jedem Alter
- Vorbeugung kognitiver Einschränkungen im Alter
- Stärkung des Selbstvertrauens im Umgang mit geistigen Aufgaben und
- Aktivierung beider Gehirnhälften

 **Typische Übungen** sind unter anderem

- Merktechniken
- Wortspiele & Sprachübungen
- Zahlen- und Logikrätsel sowie
- Kreativübungen, z. B. Bilder interpretieren, Geschichten erfinden

Wir treffen uns immer mittwochs zwischen 16 und 17 Uhr und freuen uns auf ein gutes Jubiläumsjahr 2026, in dem wir 20 Jahre GGT feiern wollen.

American Tribal Style Belly Dance ATS

Al Malaika

Wer
Ingrid Dittmer

Wann
dienstags
19:00 – 20:30
Altes Rathaus Sillenstede

Kontakt
privat
01575 / 7547454

Das Jahr 2025 hatte gerade begonnen, da waren wir als Gruppe im ESV Heim in Wilhelmshaven beim Karneval und haben gezeigt, was wir so tanzen... und dann waren einige von uns bei der Eröffnung von Esmeralda's Hexencafé in Hooksiel.

Im August haben wir ein kleines Sommertreffen im Raum des Alten Rathauses in Sillenstede veranstaltet, in dem wir auch trainieren. Dort haben wir es uns mit Leckereien gemütlich gemacht... aber erst wurde getanzt!



Leider sind im Laufe des Jahres zwei Tanzmädels ausgetreten.



Am 31.10.2025, also Halloween, haben wir uns als Hexen verkleidet und beim Hexencafé und Gruseleum Hooksiel getanzt und damit Halloween eingeleitet. Danach ging es für einige zurück ins Hexencafé zum Kaffee und Kuchen. Anderen haben im Gruseleum mitgespielt und die Gäste in Angst und Schrecken versetzt.

Für das Jahr 2026 ist ein Workshop in Planung 🤔🙏



Eure Ingrid

Bewegung, Tanz & mehr

Hupfdohlen

Wer

Stephanie Elfert
Herma Renken-Tjardes

Wann

nach Absprache
Gemeindehaus Accum

Kontakt

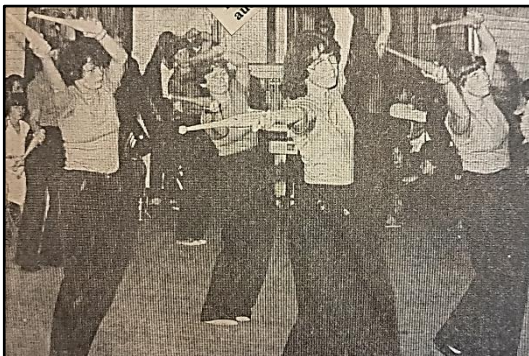
privat
04423 / 7084643

Bericht Heidrun Falkenberg, Gertrud Hennig, Herma Renken-Tjardes

Als 1976 unser Sportverein der TuS Glarum gegründet wurde, interessierten wir uns in erster Linie für die Frauengymnastik. Damals wussten wir noch nicht, dass wir über 40 Jahre unseren Verein mit den „Hupfdohlen“ präsentieren würden.

Wie wir zu den „Hupfdohlen“ wurden

Unser Verein bot damals eine Jazztanz-Gymnastik an, die uns viel Freude bereitete. Traute Breckwoltdt war auch in dieser Gruppe und wir hatten viel Spaß an diesen Jazztanzschritten. Eines Tages sprach sie uns an, ob wir Lust hätten, in einer Gruppe für „Rhythmische Sportgymnastik“ mitzumachen.



Im März 1981 fuhren wir mit Traute zu einer Frauen-Turnschau nach Obenstrohe. Wir waren so begeistert, dass sich schnell eine kl. Gruppe mit uns (damals jungen) Frauen gebildet hatte. Zunächst übten wir fleißig für das Gymnastik-Abzeichen. Traute studierte mit uns auch eine Keulenübung nach der Melodie „Mr. Smith“ ein, die wir dann schon im August 1981 beim Sportlerfest in Heidmühle aufführten.

Es folgte dann im Juni 1983 ein Frauen-Gruppenwettbewerb Gymnastik und Tanz in Sande, 1984 das 1. Bezirksturnfest Weser-Ems in Wildeshausen mit einer Keulen- und Fallschirmvorführung und unzählige weitere Teilnahmen an Großgruppenaufführungen bei Bezirks-, Landes-, Deutschen Turnfesten und Welt-Gymnaestraden.

Im Mai 2025 reisten wir zum Internationalen Dt Turnfest in Leipzig und waren Teil des Herzstücks des Festes - der Stadiongala mit 3.500 Mitwirkenden. Im Publikum 40.000 Zuschauer! Es waren für uns Hupfdohlen Erlebnisse und Eindrücke, die wir nicht vergessen werden.



Die Hupfdohlen haben sich nach dem Turnfest Leipzig im Sommer 2025 aus dem aktiven Sportprogramm des Vereins zurückgezogen. Dennoch treffen sich die Damen regelmäßig nach Absprache im Gemeindehaus Accum, um ihren „Ruhestand“ gebührend gemeinschaftlich zu genießen.

Line Dance

Funny Boots

Wer
Vera Kraft

Wann
donnerstags
20:00 – 21:30

Kontakt
privat
04423 / 7084629

Unser 1. Auftritt in 2025 fand in Sillenstede beim Dörpfest statt.

Trotz der hohen Temperaturen konnten wir den Zuschauern mit viel Spaß ein paar schöne Tänze zeigen und haben uns anschließend mit Kaffee und Kuchen belohnt.

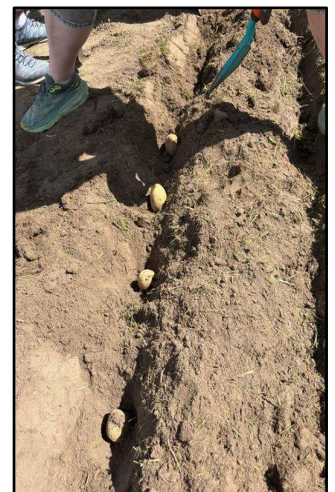


Bei der Einweihung unseres Rasenplatzes durften wir natürlich auch nicht fehlen. Es war uns eine große Freude, wieder mit den Tanzmäusen zusammen auftreten zu dürfen.

Am 3. Mai 2025 war es soweit – die „Funny Boots“ haben Kartoffeln gepflanzt. Wir hatten uns bereit erklärt, die Fläche um die Turnfesteiche herum zu pflegen. Nachdem Jens uns die Fläche gepflügt hat, ging es los. Unkraut wurde beseitigt und Pflanzlöcher ausgehoben. Dann wurden Pflanzkartoffeln eingesetzt und zugedeckt. Mit viel Spaß ging es zur Sache. Nach getaner Arbeit gab es einen kleinen Imbiss. Gut gestärkt haben wir dann in der Halle noch das Tanzbein geschwungen.

Line Dance

Funny Boots



Pflanzaktion Line Dancer Mai 2025



Im September hatten wir wieder einen guten Grund, um uns zu treffen.

Die neuen Kartoffeln konnten geerntet werden.

Mit vielen Beilagen haben wir sie uns dann schmecken lassen - sie waren sooooo lecker.



Mein ganz großer Dank geht an alle „Funny Boots“. Ihr habt zusammengehalten, euch gegenseitig unterstützt und es als Gruppe möglich gemacht, dass die Stunden stattfinden konnten, da ich ja leider ausgefallen bin.

Besonders danke ich Steffie, die sich bereit erklärt hat, mich während meiner Abwesenheit zu vertreten.

„Get in line“ - Eure Vera

Reha-Sport

Wirbelsäule

Wer

Ute Lohmann

Wann

Mittwoch 18:00 – 19:00
Donnerstag 17:00 - 18:00

Kontakt

E-Mail
ute.lhmn@gmail.com

Stärke und Gesundheit nach ärztlicher Verordnung



Du möchtest nach einer Verletzung, Operation oder bei chronischen Beschwerden gezielt wieder fitter werden?

Reha-Sport ist eine effektive Möglichkeit, deine Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer zu verbessern – und das unter qualifizierter Anleitung nach ärztlicher Verordnung.



Beim TuS Glarum bieten wir dir hierfür feste Termine an:

Wichtige Termine für deine Gesundheit:

Wann: Mittwoch
Zeit: 18:00 bis 19:00 Uhr
Wo: Sporthalle Glarum
Accumer Straße 20
26419 Schortens

Wann: Donnerstag
Zeit: 17:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Sporthalle Glarum
Accumer Straße 20
26419 Schortens

Dein Weg zu mehr Mobilität und Wohlbefinden beginnt jetzt.

Anmeldung und Kosten:

Reha-Sport wird in der Regel von den Krankenkassen übernommen. Bitte lege uns deine ärztliche Verordnung bei der Anmeldung vor.



Wir helfen dir gerne bei allen Fragen rund um die Verordnung und die Teilnahme!

Funktionsgymnastik

für Frauen

Wer

Ute Lohmann
Nadine Felmborg

Wann

montags
19:00 – 20:00

Kontakt

E-Mail
ute.lhmnn@gmail.com

Montagsfrauen in Bewegung

*Während andere noch mit dem Wochenstart kämpfen, schwingen wir Frauen aus der Montagsgruppe schon fröhlich unsere **Swing-Sticks**, stemmen uns durch **Bauch, Beine, Po** oder geben beim **Zirkeltraining** alles – immer mit einem Lächeln, manchmal mit einem Schnaufen, aber in jedem Fall immer auch mit einer ordentlichen Portion Frauenpower!*

Bei uns trainieren Frauen jeden Alters. Wir lachen, schwitzen und motivieren uns gegenseitig, das Beste aus uns herauszuholen.

*Wenn der Montag ruft, dann folgen wir ihm –
mit Sporttasche, guter Laune und Energie!*

*Unsere **Trainerinnen** haben dabei immer alles und jede im Blick: Ob bei der **Step-Aerobic** im Takt (mehr oder weniger elegant 😊) oder beim **Zirkeltraining**, wo wir uns gegenseitig anspornen, als wären wir bei Olympia.*

*Natürlich darf nach so viel Einsatz auch die Belohnung nicht fehlen: Wenn dann am Ende die **progressive Muskelentspannung** beginnt, ist das wie Wellness für Körper und Seele – tief durchatmen, lächeln, stolz sein!*

Fazit: Montags ist Muskelkater-Tag – aber mit ganz viel Spaß, Teamgeist und Glitzer im Schweiß! 💪 ✨

Text von Martina Kruse, sportliche Teilnehmerin



Yoga

für alle

Wer
Sabine Boelsen-
Borree

montags
ausgebucht
19:15 – 20:15

Kontakt
privat
0174 / 1698492

Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben, man muss ihn erfahren.
(B.K.S. Iyengar)

Wenn du auch gerne für dich den Wert von Yoga erfahren möchtest,
dann schau gerne einmal vorbei.

Jeden Montag **von 19:15 bis 20:15 Uhr** im Bewegungsraum der Kita "Glarumer Mäuseland". Da wir nicht im Kurssystem arbeiten, ist ein Einstieg jederzeit möglich.

Bei Fragen stehe ich gerne unter der Nummer 0174 / 1698492 zur Verfügung.

Sabine Boelsen-Borree



TUS
GLARUM

Wohlfühlgymnastik

und Entspannung

Wer

Doris Zunken

Wann

dienstags
17:15 – 18:45

Kontakt

privat
04423 / 985532

Ein Jahr voller Gemeinschaft, Bewegung und schöner Momente

Den Auftakt bildete unser Neujahrsempfang in Glarum 2, bei dem wir mit köstlichem Essen und erfrischenden Getränken auf das neue Jahr anstießen. In gemütlicher Runde wurde viel gelacht, erzählt und ein wunderbarer Start in 2025 geschaffen.



Zu **Ostern** genossen wir ein herzliches Zusammensein mit selbstgebackenen Kuchen, Kaffee und Tee. Diese gesellige Runde bot wieder einmal die Gelegenheit, innezuhalten, Kontakte zu pflegen und den Frühling willkommen zu heißen.

Ein echtes Sommer-Highlight war unser **Besuch im Barfußpark in Etzel**. Barfuß über Naturmaterialien zu gehen wurde für viele zu einer wohltuenden Erfahrung. Ein kleines Abenteuer und zugleich **Balsam für Füße und Seele**.



Ebenfalls mit großer Begeisterung nahmen wir an einer **Pflanzaktion von Tulpen und Narzissen** teil. Mit vereinten Kräften wurde der Rasen mit zahlreichen Zwiebeln bestückt. Nun warten wir gespannt auf das farbenfrohe Ergebnis im Frühjahr. Zum Abschluss stärkten wir uns bei Tee und Kaffee mit selbstgebackenem Rosinenbrot und Stuten. Ein schöner Ausklang der gelungenen Aktion.

Doch nicht nur kulinarisch und gesellig war unser Vereinsjahr – auch die Bewegung kam nicht zu kurz. **Der Körper wurde mobilisiert, Muskeln gestärkt und die Ausdauer gefördert.** Dabei setzten wir kreativ auf einfache **Haushaltsutensilien** wie Müllbeutel, Zeitungspapier, Schrauben und Muttern, kleine Wasserflaschen oder Wäscheklammern. Diese sorgten für Abwechslung und viele fröhliche Momente in den Übungsstunden. Und natürlich durfte zwischendurch auch einmal entspannt **gelümmelt** und geplaudert werden.

Doris Zunken

Seniorinnen & Senioren

**Älter werden – aber aktiv
& De Ölleren**

Wer
Stephanie
Elfert

mittwochs
Herren 09:00 – 10:00
Damen 10:15 – 11:15
Altes Rathaus Sillenstede

Kontakt
privat
04423 / 7084643

Die Senioren unseres Vereins sind ein wichtiger Bestandteil unseres Miteinanders im TuS Glarum.



Naturgemäß werden die sportlichen Aktivitäten nicht einfacher und die Gruppen werden im Laufe der Zeit auch kleiner. Für uns aber zählt das Miteinander und Füreinander. Sportliche Betätigung dem Alter angepasst ist wichtig. Noch wichtiger aber ist, dass wir uns Woche für Woche sehen, hören und austauschen.

In 2025 mussten wir von einigen Mitgliedern unserer Sportgruppen Abschied nehmen. Von manchen für immer. Auch wenn in diesem Altersspektrum der Gruppen dies „normal“ ist, schmerzt uns doch jeder Abschied und wir erinnern uns dankbar an die gemeinsame Zeit.

Im kommenden Jahr freuen wir uns jederzeit über rüstige Frauen und Männer die mitmachen wollen. Dabei geht es nicht darum, alles mühelos perfekt zu schaffen, sondern in Bewegung zu bleiben.

Schauen Sie rein. „Schnuppern“ Sie erstmal und erleben nach und nach wie wertvoll und bereichernd unsere Gruppe ist. Körperlich, aber auch für die Seele.

Ich freue mich auf Sie und Euch und heiße alle herzlich willkommen.

Eure Steffie

Seniorinnen & Senioren



Wirbelsäulengymnastik

Gesundheitssport

Wer

Ute Lohmann

Wann

donnerstags
18:00 – 19:00

Kontakt

E-Mail
ute.lhmn@gmail.com

Starker Rücken, mehr Lebensqualität = RückenFit

*Sei ehrlich: Gehörst du auch zu den Leuten, die wissen,
wie wertvoll ein starker und schmerzfreier Rücken ist?*

Im Alltag sitzen wir oft zu lange oder belasten unsere
Wirbelsäule unbewusst falsch.

🕒 Zeit, das zu ändern! 🕒

Mit unserem **RückenFit**-Angebot bieten wir dir die ideale
Möglichkeit, aktiv etwas für deine Haltung, Stabilität und
Beweglichkeit zu tun. Unter fachkundiger Anleitung trainierst
du gezielt die tiefliegende Muskulatur, löst Verspannungen und
lernst Übungen kennen, die du ganz einfach in deinen Alltag
integrieren kannst.

Egal ob Anfänger oder schon fit –

du bist herzlich willkommen!

Der beste Tag für deinen Rücken ist Donnerstag

Investiere eine Stunde pro Woche in deinen Rücken.
Er wird es dir danken! Komm einfach vorbei und mach mit.



Wir sind überzeugt!

Nordic Walking

outdoor

Wer
Jens Lohmann
Gerd Zunken

Wann
montags
09:00 – 10:30
Treffpunkt Turnhalle

Kontakt
0172 / 9176655
04423 / 985532

 **Nordic Walking: Der unkomplizierte Fitness-Booster**

Nordic Walking fördert effektiv das Herz-Kreislauf-System, stärkt die Knochen und verbessert die Haltung. Darüber hinaus ist es ein hervorragendes Mittel zum Stressabbau. Da es in der Natur stattfindet, fördert es zusätzlich die mentale Erholung.

Nordic Walking ist ein idealer Sport, da er gelenkschonend ist und sich für Menschen jeden Alters und Fitnesslevels eignet.
Durch den bewussten Einsatz der Stöcke wird nicht nur die Beinmuskulatur, sondern auch der gesamte Oberkörper aktiv in die Bewegung einbezogen.
Dies macht es zu einem idealen Ganzkörpertraining.

Kurz gesagt: Nordic Walking ist der unkomplizierte Weg zu mehr Fitness, Gesundheit und Wohlbefinden in der Gemeinschaft.

Unsere Walking-Gruppe bietet die perfekte Gelegenheit, gemeinsam aktiv zu sein und den Zusammenhalt zu pflegen. Ob beim gemütlichen gemeinsamen Frühstück, unserer stimmungsvollen Weihnachtsfeier zum Jahresausklang oder als gemeinsames Team beim Integrationslauf – die Gruppe sorgt für Motivation, Geselligkeit und ein starkes Gemeinschaftsgefühl.



Komm auch du,
tu was Gutes für deinen Körper und deine Seele
und erlebe, wie viel Spaß Bewegung im Verein macht!

Fit'n'Run

Outdoor

Wer
Gerd Zunken

Wann
mittwochs
18:00 – 19:00
Treffpunkt Turnhalle

Kontakt
0173 / 8107382
04423 / 985532

Sportlich, freudig und sehr unterhaltsam

...*Nicht aus Zucker* darf man sein, wenn man seine Zeit mittwochs von 18:00 bis 19:00 Uhr mit Körperertüchtigung verbringen will. Denn: Die Stunde findet bei Wind und Wetter immer draußen statt!

Nach der Begrüßung und einem Warm-Up vor der Halle geht's auch schon gleich los. Gerd führt uns fröhlich und sehr gut vorbereitet durch das Programm auf der **Langsamstraße**,

denn **sie** ist der Weg und auch das Ziel.

Im langsamen Trapp folgen wir Gerd bis zur ersten Kurve. (*Oh, die etwas Schnelleren sind schon da!*) ... **ÄPFEL PFLÜCKEN** heißt es z.B. an dieser Stelle. (*Lustig, denn überall wachsen mit einem Mal diese imaginären Früchte. Wir greifen nach ihnen: oben, unten, seitlich, vorn und hinten.*) **Weiter geht es dann im Rückwärtsgang. Auch seitlich gehen, mit dem linken Bein zuerst. Nach rechts, mal vorn, mal hinten. Das rechte daraufhin zum Ausgleich, dann rechts zuerst und das linke hinterher...** Am *Roten Sofa* angekommen heißt es: **WINDMÜHLEN** (Arme hoch und vorwärts kreisen, rückwärts kreisen und gegenläufig. Oder die Arme, weit von sich gestreckt... und kleine Kreise gibt es auch.)

Wieder heißt es **Laufen**.
TIPPELN - bis zur *Windrose*,

wo wir dann den **LIEGESTÜTZ** vollziehen. (Gute Idee, denn der Stempel dieser Blüte vermindert den Schweregrad hier ungemein.) Weiter geht's im **PASSGANG**. Gleich darauf der **KREUZGANG**. Erholsam der **SCHULMEISTERGANG** (die Arme weit nach hinten gestreckt und verschränkt, die Hände möglichst dabei noch gefaltet.) Beim *Wunderland* ist jeder einmal dran, den Ton anzugeben: 20 Sekunden **GEMÜSE SCHNIPPELN** oder **WOHNWAGEN WASCHEN** – (*nur mal so als Beispiel.*)



Ein kurzer **SPRINT**...
und schon sind wir am *Memory*.

Hier wird es laut: Erst leichtes SCHMUNZELN, dann lautes LACHEN. Die Gesichtsmuskeln sind dabei gefragt. Dazu und dann auch noch die ganze Bauchmuskulatur. Richtig ansteckend – (und es reizt zum weiter m(l)achen!)

Den Rückweg kann man sich in gleicher Weise vorstellen. Auch hier dabei mal ein JOGGEN, mal geht's wie beim SCHÖFELN (der Fachmann sagt dazu auch „CURL“).

So in etwa kann man sich den späten Nachmittag im Sommer vorstellen – und im Winter? Klar: Im Winter ist jeder Teilnehmer mit einer Leuchte bestückt. Dabei sei an den vorhin genannten Apfel erinnert. Im Winter der Mond, nach dem wir greifen und uns strecken... *(Ist er nicht da, tut's auch die Straßenleuchte.)*



Supermond 05.11.25



Ach, noch etwas:

Kommt mal ein Auto, Fahrrad oder Fußgänger vorbei, „würdigen“ wir ihn mit einer LA-OLA-WELLE – Knie, Rücken, Arme sind dabei gut eingespannt.

Macht mit – die Zeit vergeht im Fluge

Badminton

Kinder & Jugendliche

Wer

Christopher Richter
Nele Potinius

Wann

freitags
18:00 – 20:00

Kontakt

privat
0174 / 2783255

Die Badminton-Hobbygruppe des TuS Glarum blickt auf ein schönes und ereignisreiches Jahr 2025 zurück. Jeden Freitag von 18:00 bis 20:00 Uhr treffen sich unsere Jugendlichen im Alter von 6 bis 18 Jahren in der Sporthalle, um gemeinsam aktiv zu sein und Spaß am Sport zu haben.



Unter der Leitung unserer Trainer Christopher Richter und Nele Potinius hat sich die Gruppe im vergangenen Jahr weiter positiv entwickelt. Viele Kinder und Jugendliche konnten neue Freundschaften schließen und die Freude an Bewegung und Gemeinschaft erleben. Besonders schön ist die offene und freundliche Atmosphäre, die diese Gruppe auszeichnet.

Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind jederzeit herzlich willkommen!

Wer Lust hat, Badminton auszuprobieren oder einfach Teil einer fröhlichen Sportgemeinschaft sein möchte, kann gerne freitags zu einer Schnupperstunde vorbeischaun.

Auf ein weiteres Jahr voller Spaß, Bewegung und Teamgeist!

Christopher und Nele

Badminton

Erwachsene

Wer

Susanne
Borrmann

Wann

montags
20:00 – 22:00

Kontakt

privat
0160 / 3055772

Gruselparty

Halloween im TuS

Am 31.10.25 fand in der Sporthalle des TuS Glarum eine große Halloweenfeier statt, die vom J- Team des TuS Glarum organisiert wurde. Die Veranstaltung war in zwei Teile aufgeteilt, damit alle Altersgruppen auf ihre Kosten kamen.

Zuerst feierten Kinder im Alter von 3 bis 7 Jahren. Ca. 30 Kinder fanden sich von 14:00 bis 16:00 Uhr in der Halle ein. Es war eine große Bewegungslandschaft aufgebaut, die mit Hindernis- und Balancierstationen für viel Spaß sorgte. Die Kinder konnten klettern, springen und toben – natürlich alle in ihren bunten und kreativen Kostümen. Zudem gab es eine Bastelstation. Hier konnte Halloween-Deko gebastelt werden. Ein buntes Buffet stand zur Stärkung ebenfalls bereit. Besonders beliebt war die Fotoecke, in der die Kinder tolle Erinnerungsbilder machen konnten. Abschließend wurden die besten Kostüme in 3 Kategorien geehrt.



Von 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr ging es für ca. 25 ältere Kinder im Alter von 8 bis 14 Jahren weiter. Es wurde jetzt etwas gruseliger. Mit Schwarzlicht wirkten viele Kostüme noch gespenstischer und die Deko kam besonders gut zur Geltung.



Es wurde gespielt, getobt und getanzt. Auch hier gab es einen Kostümwettbewerb und eine Fotoecke, in der viele lustige und unheimliche Bilder entstanden. Zum Abschluss gab es Hot Dogs für alle, die großen Anklang fanden.

SchauSport 2025

DAS regionale Showevent



Licht aus – Spot an

Am 28.11.2025 richteten sich hunderte Augen auf die farnefrohen, bezaubernden und mitreiBenden Darbietungen der Tanzmäuse und Turnerinnen.

Besonders stolz sind wir darauf, dass die Showeinlagen völlig selbstständig von jungen Teilnehmern aus den Gruppen erarbeitet und mit den Mitwirkenden einstudiert wurden. Herzlichen Dank für die Zeit und Mühe.

Herzlichen Dank für die tolle gelungene Show.



noch mehr Verein

Kurzvorstellung

GymX

mehr Power

Wer
Andre
Langenkamp

Wann
donnerstags
19:00 – 20:00

Kontakt
privat
0172 / 2081496

Der stärkste Muskel ist
dein Wille



Handball

SG Moorsum

Wer
Geschäftsführer
Michael Schwab

Wann
siehe
Homepage

Kontakt
privat
0162 / 9420009

Das Training für die Damen und Herrenmannschaften findet derzeit in der Halle Sillenstede statt. Auf Grund der anstehenden Abriss- und Neubauarbeiten wird es zu Änderungen im Frühjahr 2026 kommen.

⇒ siehe auch Homepage TuS Sillenstede

noch mehr Verein

Kurzvorstellung

Gesund und Fit



Gesundheitssport

Wer
Heike
Eichstaedt

Wann
mittwochs
18:00 – 19:00

Kontakt
privat
04421 / 998230

Motivation bringt Dich in Gang –

Gewohnheit hält Dich in Schwung
(Jim Rohn)

Bauch – Beine – Po

Fitness-Gym

Wer
Heike
Eichstaedt

Wann
donnerstags
19:00 – 20:00

Kontakt
privat
04421 / 998230

Geschäftsstelle TuS Glarum

Post: Ammerländer Straße 17 - 26419 Grafschaft
Telefon: 04423 / 91 44 88
Email: tus-glarum@ewe.net
Internet: www.tus-glarum.de

Geschäftszeiten: Mittwoch 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Hier einfügen
Logo Sponsor
Restaurant Rauchfang



Accumer Straße 35 26419 Glarum 04423/6780

Hier einfügen
Logo Sponsor
Freizeitmobile
von der Kammer



Huntestraße 1, 26452 Sande, 04422 / 50687-0

Hier einfügen
ganzseitig
Logo Sponsor



Gartengestaltung

Gartenpflege

Spielplatzbau

Zaunbau

Der Vorstand

1. Vorsitzender:

Reinhard Milter
Dettmar-Coldewey-Str. 4
26419 Graftschaft
Tel: 04423 / 915137

2. Vorsitzender:

Bernhard Boelsen
Störtebeker Str. 1b
26419 Schortens
Tel: 0176 / 22350013

Geschäftsführerin:

Lydia Huber
Kar-Harms-Straße 18
26419 Accum
Tel: 04423 / 914719

Sportwartin:

Sabine Boelsen-Borree
Störtebeker Straße 1b
26419 Graftschaft
Tel: 04423 / 9308697

Jugendwartin:

Denise Richter
Peter-Grave-Straße 8
26419 Graftschaft
Tel: 04423 / 9998012

Beisitzer:

Werner Salomon
Sperberweg 15
26419 Accum
Tel: 04423 / 7083940

Schriftführerin:

Iris Künken
über Geschäftsstelle
26419 Schortens
Tel: 04423 / 914488

Erweiterter Vorstand

Ansprechpartnerin für Inklusionsangelegenheiten:

Jeanette Netzelmann
Wiesenweg 1
26419 Schortens
Tel: 04423 / 5159

Ansprechpartner für Presseangelegenheiten:

Steffen Schüngel
Auenweg 3
26419 Accum
Tel: 0179 / 4210346

Ansprechpartnerin für Medien & Marketing:

Anne Stickdorn
über Geschäftsstelle
Tel: 04423 / 914488
tus-glarum-socialmedia
@ewe.net

Geschäftsstelle:

Ammerländer Str. 17
26419 Graftschaft
Telefon: 04423 / 914488
Email : tus-glarum@ewe.net
Homepage tus-glarum.de

Geschäftszeiten:

Mittwoch
16:00 Uhr – 18:00 Uhr

Bankverbindung:

TuS Glarum e.V.
Volksbank Jade-Weser eG
IBAN: DE 44 2826 2673 4539 1122 00
BIC: GENODEF1VAR