



**extraextra** **extra** **extraextra**  
**extraextra** **extra** **extraextra**  
**49**

**UNSER VEREINSMAGAZIN**  
**mit Einladung zur Jahreshauptversammlung**

# EINLADUNG ZUR JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

**Donnerstag, 28. März 2024**

**Beginn 19.00 Uhr**

**Turnhalle Sport- und Kulturzentrum Selk**

## **Tagesordnung**

1. Begrüßung durch den Versammlungsleiter
  2. Feststellung der vertretenen Stimmen und der Beschlussfähigkeit
  3. Genehmigung der Tagesordnung und des Protokolls der letzten Versammlung (abgedruckt in dieser extra49)
  4. Jahresbericht des Vorstands
  5. Bericht der Spartenleitungen
  6. Kassenbericht
  7. Bericht der Kassenprüfer\*innen
  8. Aussprache über die Berichte
  9. Entlastung a) des Kassenswartes b) des Vorstandes
  10. Haushaltsplan 2024
  11. Anträge
  12. Teilneuwahlen
    - 12.1 erste\*r Vorsitzende\*r (z Zt Finn Petersen)
    - 12.2 dritte\*r Vorsitzende\*r (z Zt Marion Rößler-Peglow)
    - 12.3 Schriftwart\*in (z Zt Mika Bräu)
    - 12.4 zweite\*r Kassenswart\*in (z Zt Anke Pfaff)
    - 12.5 Kassenprüfer\*innen (z Zt Julica Kolberg & Martin Bauer)
- Bestätigungen der Spartenleitungen, Jugendwart\*in und Beisitzer\*innen
13. Verschiedenes
    - 13.1 Perspektiven für 2024
    - 13.2 Ehrungen
    - 13.3 Sonstiges

**Wir freuen uns  
über rege Teilnahme**



**Turn- und Sportverein Selk  
von 1965 e.V.**

# extra extra extra 49

**JAHRGANG** 2024

**AUFLAGE** 900 Stk

**LAYOUT** Finn  
& **REDAKTION** Petersen

Einladung JHV 2024	2	Nordic Walking	42
Grußwort 1. Vorsitzender	4	Badminton	45
Übersicht Kontaktdaten	6	Ganzkörpertraining	47
Unser Vorstand	8	Darts	49
Protokoll JHV 2023	11	Bericht Jugendwartin	54
Bericht der Kasse	16	Bastelkurs	55
Haushalt 2023+2024	18	Eltern-Kind-Turnen	57
Mitglied werden	19	Kinderturnen 5-7 Jahre	58
Übersicht Sportangebote	20	Kinderturnen 3-5 Jahre	59
Bogensport	23	altersübergr. KiTu	61
Bastelkurs	24	Mäusegruppe	63
Tennis	27	Volleyball & Tischtennis	65
Jumping Fitness	31	Haddeby macht Zeltlager	66
Grup Fitness	33	Selker Stegfest	76
Faszientraining	35	Ausblick 2025	77
Ganzkörpertraining am Fr	37	Verspielen	79
Fitnessstraining Damen	38	Zusammenarbeit mit OKR	80
Yoga	39	Neue Tischtennisplatte	81
Fit am Morgen 50+	40	Sport- & Spiel 2024	83
Fitness für Männer	41	Termine 2024	84

# GRÜßWORTE

## 1. VORSITZENDER

Liebe Sportsfreund\*innen,

hinter uns liegt ein ereignisreiches Jahr. Dieser Satz steht häufig am Beginn eines Rückblicks auf die vergangenen Monate. Auch wenn er gut auf das TSV-Jahr 2023 passt, klingt es ein wenig nach „und täglich grüßt das Murmeltier“. Diese zwei Seiten der selben Medaille ziehen sich durch diese kleinen Vorworte, bzw. Grußworte zu Beginn der TSV extra49.

Meine erste Erkenntnis aus dem vergangenen Jahr: Häufig geht es nicht so schnell voran, wie man es will. So berichte ich an dieser Stelle wieder von den stockenden Sanierungsarbeiten in und an unseren Vereinsräumen. Allerdings mit einem großen Hoffnungsschimmer. Wir konnten im vergangenen Jahr mit der neuen Gemeindevertretung in Selk viele Absprachen zur Sanierung treffen und haben jetzt einen gemeinsamen Fahrplan für 2024. Dieser trägt die Überschrift: Machen! Dabei unterstützt uns die Gemeinde mit einer großzügigen Zuwendung. Wer mit eigener Tatkraft unterstützen will, ist herzlich eingeladen. Meldet euch für mehr Infos gerne beim Vorstand.

Apropos Vorstand. Wir wollten im Hintergrund des Vereins bei einigen Themen bereits weiter sein. Aber wir arbeiten uns als neuer Vorstand nach und nach durch Themen wie neue Satzung, Schlüsselberechtigungen,



Nebenkosten, moderne Verwaltung und Co.

Beim Thema Mitglieder-App und moderne Verwaltung sind wir schon einen großen Schritt weiter. Mit WISO „MeinVerein“ haben wir ein Programm gefunden, welches euch die Möglichkeit bietet, selbstständig eure Daten zu ändern, eine Übersicht unserer Angebote und Neuigkeiten zu liefern und direkt mit euch in Kontakt zu treten. Und das für PC, Smartphone und Tablet. Den Datentransfer aus dem alten System haben wir bereits angetreten und sind hier auf der Zielgeraden. Sobald ihr uns bei MeinVerein finden könnt, werden wir euch über die bekannten Kanäle darüber informieren.

Auch wenn die beschriebenen Themen nicht nur positive Seiten haben und wir uns auf herausfordernde Zeiten zubewegen, sind wir als kleiner Verein mit knapp 470 Mitgliedern sehr gut aufgestellt.

So haben wir im letzten Jahr einige neue Angebote einrichten können und werden ab April 2024 mit einem neuen Kurs „Jumping Fitness“ in Kooperation mit dem OKR Geltorf-Lottorf-Selk unser Angebot nochmals erweitern können. Unsere Sparten sind sehr erfolgreich und wir haben die ein oder anderen großen Talente in unseren Reihen. Mehr dazu vor allem beim Bericht der Bogensport- und der Darts-Sparte zu lesen. Und nicht zu vergessen, unsere Jugendarbeit von HmZ ist inzwischen kreisweit bekannt und mehrfach ausgezeichnet.

Dies stimmt mich durchweg positiv, dass wir die Aufgaben der kommenden Zeit zusammen meistern können. So fangen wir neben der beschriebenen Sanierung unserer Räume

## DER VORSTAND

Stand 03/2023

1. Vorsitzender	Finn Petersen	0176 721 21 909
2. Vorsitzender	Martin Sämann	0176 75 04 75 20
3. Vorsitzende	Marion Rößler-Peglow	04354/ 98 69 91
1. Kassenwart	Lasse Tausch-Nebel	tausch@gmx.de
1. Schriftwart	Mika Bräu	info@tsv-selk.de
Jugendwartin	Jennifer Nahs	0152 54 13 85 85

Ihr erreicht uns immer per E-Mail unter [info@tsv-selk.de](mailto:info@tsv-selk.de)

## WIR SIND ONLINE

### UNSERE WEBSITES



[tsv-selk.de](http://tsv-selk.de)  
[tsvselk-tennis.de](http://tsvselk-tennis.de)  
[haddeby-macht-zeltlager.com](http://haddeby-macht-zeltlager.com)

### FACEBOOK



[@tsvselk](https://www.facebook.com/tsvselk)  
[@tsvselkfortyfives](https://www.facebook.com/tsvselkfortyfives)  
[@haddebymachtzeltlager](https://www.facebook.com/haddebymachtzeltlager)

### INSTAGRAM



[@tsvselk](https://www.instagram.com/tsvselk)  
[@fortyfives\\_selk](https://www.instagram.com/fortyfives_selk)  
[@haddebymachtzeltlager](https://www.instagram.com/haddebymachtzeltlager)

an, die notwendige Sanierung der Tennisplätze anzugehen. Auch versuchen wir, die Zusammenarbeit mit dem FC Haddeby 04 wieder zu verbessern und auf unseren Fußballplätzen wieder ein Trainings- und Spielbetrieb zu schaffen. Auch hierfür werden Sanierungsarbeiten am Fußballplatz notwendig werden.

Die Erstellung eines Schutzkonzepts und die Frage, wie wir uns in das Ganztagsangebot der Grundschule einbringen können sind Themen, denen wir uns in 2024 widmen wollen.

Neben diesen zahlreichen fachlichen Themen beschäftigen uns als Verein natürlich auch die gestiegenen Kosten und Anforderungen in vielen Bereichen. In diesem Jahr kommen wir mit den vorhandenen Mitteln noch gut zurecht, allerdings wird uns in näherer Zukunft das Thema Anpassung der Mitgliedsbeiträge beschäftigen müssen. Die letzte Erhöhung dieser haben wir 2014 durchgeführt und sind damit im Umkreis der Verein mit den stabilsten Beiträgen. Genauer geht Lasse in seinem Kassenbericht in dieser TSV extra49 auf das Thema ein.

Und so ziehe ich aus dem vergangenen Jahr mein Fazit: Manchmal dauern Dinge vielleicht länger, aber zusammen bekommen wir das hin!

Ich freue mich auf das Jahr 2024 mit euch und würde mir wünschen, viele von euch auf unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen. Ein guter Anfang dafür ist unsere Jahreshauptversammlung am 28. März 2024. Zum Schluss wünsche ich euch viel Spaß beim Stöbern in unserer extra49.

**MIT SPORTLICHEN GRÜßEN**



# UNSER VORSTAND

Auf diesen beiden Seiten haben wir euch eine Übersicht über die Leute aus unserem Vorstand zusammengestellt. Der Vorstand gestaltet das Vereinsleben und kümmert sich um die Organisation, sowie die Verwaltung unseres Vereins.

## GESCHÄFTSFÜHRENDER VORSTAND



**LASSE TAUSCH-NEBEL**  
1. KASSENWART

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2022  
AKTUELLES AMT SEIT 2022



**FINN PETERSEN**  
1. VORSITZENDER

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2014  
AKTUELLES AMT SEIT 2022



**MARTIN SÄMANN**  
2. VORSITZENDER  
SPARTENLEITUNG TENNIS

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2020  
AKTUELLES AMT SEIT 2021

## VORSTAND



**JENNIFER NAHS**  
JUGENDWARTIN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2015  
AKTUELLES AMT SEIT 2020



**MIKA BRÄU**  
1. SCHRIFTWART

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2023  
AKTUELLES AMT SEIT 2023



**MARION RÖßLER-PEGLOW**  
3. VORSITZENDE  
SPARTENLEITUNG TURNEN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2003  
AKTUELLES AMT SEIT 2010

## ERWEITERTER VORSTAND



**THORSTEN HARTIG**  
SPARTENLEITUNG BOGENSCHIEßEN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2012  
AKTUELLES AMT SEIT 2012



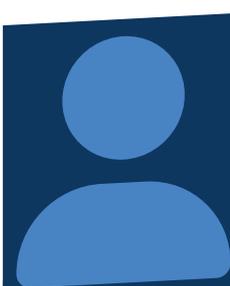
**GABY ASSALL**  
SPARTENLEITUNG TISCHTENNIS

IM VORSTAND AKTIV SEIT 1983  
AKTUELLES AMT SEIT 1983



**ANKE PFAFF**  
2. KASSENWARTIN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 1987  
AKTUELLES AMT SEIT 2022



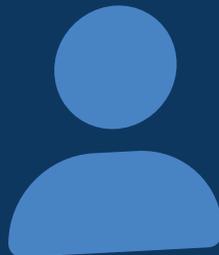
**FRANK HOLLSTEIN**  
SPARTENLEITUNG DART

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2021  
AKTUELLES AMT SEIT 2021



**INKE HANKE**  
BEISITZERIN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2003  
AKTUELLES AMT SEIT 2012



**BIANCA NAß**  
BEISITZERIN

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2023  
AKTUELLES AMT SEIT 2023



### DU WILLST IM VORSTAND MITWIRKEN?

Der erweiterte Vorstand trifft sich alle zwei Monate zur Vorstandssitzung, die Termine veröffentlichen wir auf unserer Website. Wenn du Interesse hast ein Amt zu übernehmen, klären wir sehr gerne deine Fragen.

Wir freuen uns immer über Impulse und Ideen von euch. Dafür musst du nicht zwingend zu einer Vorstandssitzung kommen. Es reicht auch eine kurze Nachricht per Mail oder über die Sozialen Netzwerke.



**HANNAH HANSEN**  
BEISITZERIN FÜR HmZ

IM VORSTAND AKTIV SEIT 2021  
AKTUELLES AMT SEIT 2021

# LASTFUHRBETRIEB *Friedrich Welk*

Lastfuhrbetrieb Friedrich Welk GmbH & Co. KG

Inhaber – Stefan Prien  
Wedelspang 24  
24884 Selk

Telefon: 0 46 21 / 32 49 6  
Fax: 0 46 21 / 37 01 6  
E-Mail: firmawelk@t-online.de



[www.friedrich-welk.de](http://www.friedrich-welk.de)



**GP Ihr Durstlöscher Fahrdorf**

Rainer Schaudt

Mühlenberg 18

24857 Fahrdorf

Fon (0 46 21) 93 25 55

Fax (0 46 21) 93 24 14

[rabe-schaudt@t-online.de](mailto:rabe-schaudt@t-online.de)

[www.ihr-durstloescher.de](http://www.ihr-durstloescher.de)

**TSV Selk von 1965 e.V.**  
**SITZUNGSPROTOKOLL**

**der Jahreshauptversammlung vom 30. März 2023**  
**Turnhalle im Sport- und Kulturzentrum Selk, Beginn 19.06 Uhr**

### **1. Begrüßung**

Der erste Vorsitzenden Finn Petersen begrüßt alle anwesenden Mitglieder und die Gäste Sabine Willprecht (Bürgermeisterin Gemeinde Lottorf) und Stephan Rust (st. Bürgermeister Gemeinde Selk).

### **2. Feststellung der Beschlussfähigkeit**

Es sind zu diesem Zeitpunkt 24 Personen anwesend, davon 23 stimmberechtigte Mitglieder.

### **3. Genehmigung des Protokolls der letzten Jahreshauptversammlung**

Das Protokoll der letzten Jahreshauptversammlung wurde in unserem Vereinsmagazin der extra48 abgedruckt. Es gibt keine Einwände gegen das vorliegende Protokoll. Das Protokoll wird in der vorliegenden Form einstimmig (mit Enthaltung des letzten Protokollanten) angenommen.

### **4. Jahresbericht des Vorstands**

Finn berichtet über das Vorstandsjahr 2022/23 seit der letzten Jahreshauptversammlung. Das Jahr war geprägt von der Übergabe an die neuen Verantwortlichen im Vorstand. Zudem hat der Vorstand ein Analyse unserer Stärken und Schwächen + Entwicklung von Ideen für neue Angebote und Strukturen im Verein durchgeführt.

Unsere Sportangebot wurde durch die neuen Kurse Badminton, Vorschulsport und Volleyball gestärkt. Tischtennis „Just for Fun“ startet nach den Osterferien.

Sportlich erfolgreich waren unter anderem die erste Mannschaft der Darts-Sparte, die derzeit auf Aufstiegskurs ist und im Bogenschießen können wir eine Landesmeisterin (Nadine Hartig) und einen Deutschen Meister (Jürgen Barnier) vorweisen.

Zeitaufwendig waren auch die Begleitung der Bauarbeiten vor und im Sport- und Kulturzentrum. Stichworte dazu sind die Elektroarbeiten im Sport- und Kulturzentrum und die Sanierung der Kreisstraße.

HmZ hat erfolgreiche eine Herbstaktion mit 60 Kindern, 20 Betreuer\*innen über 6 Tage veranstaltet.

### **5. Bericht der Sparten**

Marion berichtet, dass die neuen Kurse Badminton und Volleyball sehr gut angenommen werden. Tischtennis wird auch bald starten. Die Kinderturn-Kurse bei Jutta und Jenny sind ebenfalls sehr gut besucht.

### **6. Kassenbericht 2021**

Lasse Tausch-Nebel erläutert, dass er im letzten Geschäftsjahr den Posten als Kassenwart übernommen hat und dankt Anke Pfaff für ihr bisheriges Engagement. Des weiteren dankt er der bisherigen zweiten Kassenwartin Ulla Prien.

# Haus- und Montageservice Peter Amthor



**E**inbau von genormten Baufertig-  
teilen, z.B. Fenster und Türen

**T**rockenausbau  
Kernbohrungen

**F**liesen- und Plattenarbeiten  
Bodenverlegung

Dorfstraße 11 c...24884 Geltorf...Tel. 0462135235...Handy 01717514324

## NATURHEILPRAXIS



Lena Waschnick  
Heilpraktikerin

Hypnose~Aromatherapie~Massagen~Reiki~Workshops u.a.  
[www.naturheilpraxis-waschnick.de](http://www.naturheilpraxis-waschnick.de)



Diesen Posten hat Anke Pfaff nun übernommen.

Unter anderem stand die Rentenversicherungsprüfung an und alles ging reibungslos über die Bühne.

Beim Jahresabschluss hatten wir einen Überschuss von ca. 2.000 Euro. Im Haushaltsplan für das nächste Jahr kann man die geplanten Ausgaben für 2023 genauer nachlesen. Lasse erläutert, dass wir durch die Nutzungsvereinbarung mit der Gemeinde Selk künftig stärker an den Nebenkosten beteiligt werden. Trotzdem können wir diese Kosten als Sportverein sehr gut tragen.

Aus dem Plenum wird gefragt, wie die Lage mit dem FC Haddeby 04 aussieht. Finn erklärt, dass der FC Haddeby 04 seit längerer Zeit nicht mehr mit uns kommuniziert und die Mitglieder mit uns abgestimmt hat. Wenn wir weiterhin keine Informationen erhalten, können wir auch keine Mitgliedsbeiträge weiterleiten.

Aus dem Plenum wird vorgeschlagen, dass wir die Überweisungen auch in Zukunft vollkommen einstellen sollten, wenn nicht mit uns kommuniziert wird.

Der Vorstand bemüht sich weiterhin um Kontakt zum FC Haddeby. Sollte dies nicht klappen, müsste man auf der kommenden Jahreshauptversammlung über die weitere Zusammenarbeit, bzw. Zugehörigkeit zum FC Haddeby 04 beraten.

## 7. Bericht der Kassenprüfer\*innen

Der erste Kassenprüfer Nando Mulsow berichtet über die Kassenprüfung am 15.03.2023. Er berichtet über eine vorbildliche Kassenführung und lobt das neue Programm, welches Lasse für die Kasse verwendet. Alle Belege sind vorhanden. Die Kassenprüfer\*innen beantragen die Entlastung der Kasse und des Vorstandes.

## 8. Aussprache über die Berichte

Es wird keine Aussprache gewünscht.

## 9. Entlastung des Vorstands

Der Vorstand und der Kassenwart werden einstimmig, bei eigener Enthaltung, entlastet.

## 10. Haushaltsplan 2023

Bereits unter TOP 6 – Kassenbericht 2022 vorgestellt.

Es gibt keine Fragen oder Anmerkungen zu dem Haushaltsplan.

## 11. Anträge

Es sind keine Anträge bei uns eingegangen.

## 12. Teilneuwahlen

### 1) Zweite\*r Vorsitzende\*r

Vorschlag: Martin Sämann

Wahl: einstimmig, bei eigener Enthaltung

### 2) Erste\*r Kassenwart\*in

Vorschlag: Lasse Tausch-Nebel

Wahl: einstimmig, bei eigener Enthaltung

**Maike Rüstmann**  
Nord-Ostsee Sparkasse



# Beratung zum Wunschtermin

**Wir sind von 7–19 Uhr  
für Sie da.**

Einfach Termin vereinbaren:  
0461 1500-5555 oder  
[www.nospa.de/termin](http://www.nospa.de/termin)

 **Nord-Ostsee  
Sparkasse**

**Nah. Näher. Nospa.**

[www.nospa.de](http://www.nospa.de)



**3) Erste\*r Schriftwart\*in (kommissarisch auf ein Jahr)**

Vorschlag: Mika Bräu Wahl: einstimmig, bei eigener Enthaltung

**4) Kassenprüfer\*in**

Nando Mulsow scheidet nach zwei Jahren aus, Julica Kolberg bleibt ein weiteres Jahr Kassenprüfer.

Vorschlag: Martin Bauer

Wahl: einstimmig, bei drei Enthaltungen

**5) Bestätigung der Spartenleitungen, Jugendwartin und Beisitzer\*innen**

Tennis – Martin Sämman, Turnen – Marion Rößler-Peglow, Bogen – Thorsten Hartig, Dart – Frank Hollstein, Jugendwartin – Jennifer Nahs, Beisitzer\*innen – Inke Hanke, Hannah Hansen und Jörg Burkhardt

Bestätigung: einstimmig bei vier Enthaltungen

**13. Verschiedenes**

**1) Perspektiven 2023**

Finn berichtet, dass wir dieses Jahr endlich eine Beton-Tischtennisplatte bekommen sollen.

Am 3.05. findet eine Jugendversammlung statt und wir warten ab, wie viele dort erscheinen. Wir werden dieses Jahr erneut an der Jugendsammlung teilnehmen.

Unser Angebot soll weiter ausgebaut werden. Der TSV ist gemeinsam mit dem OKR in der Planung für einen „Jumping Fitness“ - Kurs. Für weitere Anregungen und Vorschläge ist der Vorstand immer offen.

Es ist ein Verspielen am 13. Mai geplant und wird hoffentlich gut angenommen.

Unser Jugendprojekt „Haddeby macht Zeltlager“ plant u.a. eine Freizeitpark-Fahrt.

Der Vereinsraum soll zukünftig häufiger für alle Mitglieder geöffnet werden. Sobald die Elektrik-Installationen abgeschlossen sind, sollen die Räume renoviert werden.

Am 25. November feiert HmZ seinen 10. Geburtstag. Dafür wird ein öffentlicher Ball veranstaltet.

**2) Ehrungen**

In diesem Jahr stehen keine Ehrungen an.

**3) Sonstiges**

Uwe Stolley bedankt sich bei Finn für die Erstellung der extra48. Diese ist sehr gelungen und wird jedes Jahr gerne gelesen.

Ende der Sitzung: 19.49 Uhr

Sitzungsleitung: Finn Petersen

Protokoll: Hannah Hansen

# DER KASSENWART LASSE TAUSCH-NEBEL



Liebe Mitglieder,

der TSV Selk hat sportlich ein gutes Jahr 2023 erlebt. Das Miteinander im Verein konnte in den vielen Kursen und bei diversen Sonderveranstaltungen gelebt werden.

Finanziell ist im Jahr 2023 ein Verlust in Höhe von rund 6.500 € angefallen. Für einen kleinen Dörferverein eine wesentliche Summe. Die Höhe war von uns allerdings erwartet worden und ist zum Teil durch Sondereffekte bedingt. Die größten Sondereffekte sind die Nachzahlungen der Nebenkosten des SuK für 2022 sowie die Nachzahlung des Beitrages für den FC Haddeby für 2022 sowie die Anschaffung der Trampoline für das neue Kursangebot „Jumping Fitness“ (gemeinsam mit dem OKR).

Dennoch bleibt – auch nach der Bereinigung um Sondereffekte – ein Verlust. Dieser ist einerseits darauf zurückzuführen, dass wir die Trainergehälter im Verlauf des Jahres 2023 vereinheitlicht und teilweise auch angehoben haben. Andererseits treffen auch uns im Bereich Material und Dienstleistungen die allgemeinen Kostensteigerungen. Für das Jahr 2024 erwarten wir insofern einen erneuten Verlust. Dieser wird sich voraussichtlich auf rund 2.100 € belaufen.

Eine Erhöhung der Mitgliedsbeiträge im Jahr 2024 wollen wir nicht durchführen. Da unsere finanziellen Mittel jedoch mit dem für 2024 erwarteten Verlust weiter abschmelzen, werden wir die Beitragssätze voraussichtlich im Jahr 2025 anheben müssen.

Eine finanzielle Herausforderung wird sich zudem aus der dringend notwendigen Sanierung der Tennisplätze ergeben, welche ggf. bereits im Winter 2024/25 erfolgen soll, aber noch nicht im Budget 2024 berücksichtigt ist. Die Sanierung wird sich – so viel ist bereits jetzt absehbar – jedoch nicht ohne Fördermittel und Spenden stemmen lassen.

Für die nach den Elektroinstallationen notwendige Renovierung der Vereinsräume im SuK haben wir hingegen Unterstützung von der Gemeinde Selk zugesagt bekommen.

Für die kommende Jahreshauptversammlung sowie das Vereinsleben insgesamt gilt: Vereine leben vom Mitmachen.

L. Tausch-Nebel

Lasse Tausch-Nebel

1. Kassenwart

# HAUSHALT 2023 + HAUSHALTSPLAN 2024



	2023 IST	2024 PLAN
<b><u>Einnahmen</u></b>		
Mitgliedsbeiträge	40.094,58	41.300,00
Zuschüsse Gemeinden	7.030,00	7.030,00
Spenden	1.861,74	1.800,00
Werbung TSV extra	1.660,00	1.700,00
Zuschuss Jugendsport	258,76	260,00
Vermietung	250,00	200,00
Sonstige	563,50	500,00
Zinseinnahmen	57,55	60,00
<b>Einnahmen gesamt:</b>	<b>51.776,12</b>	<b>52.850,00</b>
<b><u>Ausgaben</u></b>		
Trainer	28.613,64	31.200,00
Verband	8.276,50	6.180,00
Material	6.478,92	7.950,00
Hallenmiete Tennis	620,00	650,00
SuK Miete Gemeinde Selk	500,00	500,00
SuK Nebenkosten Gemeinde Selk	4.228,82	2.200,00
SuK Nebenkosten Sonstige	600,36	600,00
Bühnenpodeste	2.622,00	0,00
Druckkosten	1.146,22	1.150,00
Darlehn Gemeinde Selk	1.025,00	0,00
Büro und IT	932,20	950,00
Versicherungen	842,38	900,00
Bankgebühren	260,50	260,00
Sonstiges	2.147,82	2.400,00
<b>Ausgaben gesamt:</b>	<b>58.294,36</b>	<b>54.940,00</b>
<b>Insgesamt</b>	<b>- 6.518,24</b>	<b>- 2.090,00</b>

# MITGLIED WERDEN

Dir gefällt einer unserer Kurse und du willst Mitglied im TSV Selk werden? Dann schnapp dir einen Mitgliedsantrag, fülle diesen aus und gib ihn wieder bei uns ab.

Mit der Mitgliedschaft kannst du unsere Angebote nutzen und profitierst bei besonderen Kursen, wie zum Beispiel bei unseren Ganzkörper-Fitnesskursen von einer vergünstigten Kursgebühr. Auch Kinder profitieren von vergünstigten Angeboten unseres Vereins. Zum Beispiel ist der Selbstkostenbeitrag der Übernachtungsaktionen unseres Jugendprojekts bis zu 25 € günstiger.

Den Mitgliedsantrag bekommst du von deiner Übungsleitung oder zum Download auf unserer Website. Die Staffelung der Mitgliedsbeiträge findest du nachfolgend.

Den ausgefüllten Mitgliedsantrag kannst du direkt bei deiner Übungsleitung wieder abgeben oder an unsere zuständige 2. Kassenwartin Anke Pfaff (Dorfstraße 12, 24884 Geltorf) schicken.

## Monatliche Mitgliedsbeiträge (zuletzt angepasst März 2014)

Einzelbeitrag Erwachsene	10,00 €
Kinder, Jugendliche (bis 18. LJ), Studenten	5,00 €
Familienbeitrag	15,00 €
Eltern+Kind-Turnen (wenn keine andere Sparte genutzt wird)	10,00 €

Zusätzlicher Beitrag für

• Tennis - Erwachsene	3,00 €
• Tennis - Jugendliche	1,50 €
• Mäusegruppe (wird halbjährlich neu festgesetzt)	

Passive Mitgliedschaft

Jahresbeitrag 20,00 €

# SPORTANGEBOTE 2024



Hier findet ihr eine Übersicht über alle unsere Sportangebote. Nähere Informationen zu den einzelnen Angeboten findet ihr in diesem Heft und immer aktuell auf unserer Website.

Wenn ihr Ideen oder Wünsche für neue Angebote habt, sprecht gerne unseren Vorstand an.

## TURNEN & FITNESS

<b>GROUP FITNESS</b> mit Tanja Schimmer	MO	19.00-20.00	TURNHALLE	
<b>FUNKTIONELLES FASZIENTRAINING</b> mit Tanja Schimmer	MO	20.00-20.30	TURNHALLE	
<b>FIT AM MORGEN 50+</b> mit Marion Rößler-Peglow	DI	10.00-11.00	TURNHALLE	
<b>YOGA</b> mit Jutta Davids	DI	16.30-18.00	TURNHALLE	
<b>FITNESS-, RÜCKEN-, &amp; BEWEGUNGSTRaining KURS 1</b>	DI	19.00-20.00	TURNHALLE	
mit André Wiebe	KURS 2	DI	20.00-21.00	TURNHALLE
<b>NORDIC WALKING</b> mit Jutta Stadie	MI	10.00-11.00	OUTDOOR	
<b>ELTERN-KIND-TURNEN</b> mit Jutta Stadie	MI	15.00-16.00	TURNHALLE	
<b>TURNEN FÜR KINDER (5 bis 7 Jahre)</b> mit Jutta Stadie	MI	16.00-17.00	TURNHALLE	
<b>SPORT, SPAß &amp; SPIEL</b> mit Jutta Stadie	MI	17.00-18.00	TURNHALLE	
<b>FITNESS FÜR MÄNNER</b> mit Jutta Stadie	MI	18.00-19.30	TURNHALLE	
<b>FITNESSTRaining DAMEN</b> mit Marion Rößler-Peglow	MI	19.30-20.30	TURNHALLE	
<b>GANZKÖRPERTRAINING</b> mit Tanja Schimmer	FR	10.00-11.00	TURNHALLE	
<b>KINDERTURNEN (3 bis 5 Jahre)</b> mit Jennifer Petersen-Nahs & Lennox Hilken	FR	15.00-16.00	TURNHALLE	
<b>ALTERSÜBERGREIFENDES KITU</b> mit Jennifer Petersen-Nahs & Lennox Hilken	FR	16.00-17.00	TURNHALLE	
<b>JUMPING FITNESS</b> mit Tanja & Alia Schimmer in Kooperation mit dem OKR GLS	AB APRIL 2024		TURNHALLE	

## BOGENSPORT

<b>KINDERTRAINING</b> mit Nadine Hartig	MO	17.00-18.00	BOGENANLAGE
<b>ERWACHSENE</b>	MO	18.00-19.00	BOGENANLAGE
<b>ERWACHSENE</b>	FR	17.00-19.00	BOGENANLAGE

weitere Trainingszeiten nach Absprache

## DARTS

<b>DART-TRAINING</b> mit Dominik Breuker	DO	18.30-21.00	DARTS-RAUM
--	----	-------------	------------

weitere Trainingszeiten nach Absprache

## TISCHTENNIS

<b>TISCHTENNIS JUST FOR FUN</b> (nur bei ausreichend Mitspieler*innen)	SO	15.30-16.30	TURNHALLE
--	----	-------------	-----------

## TENNIS

MÄNNER Ü40	DI	ab 17.30	TENNISANLAGE
SENIORENTRAINIG	MI	ab 14.30	TENNISANLAGE
KINDER ANFÄNGER mit Martin Sämman	SA	09.30-10.30	TENNISANLAGE
KINDER mit Martin Sämman	SA	10.30-11.30	TENNISANLAGE
JUGENDLICHE mit Martin Sämman	SA	11.30-12.30	TENNISANLAGE

weitere Trainingszeiten nach Absprache

## BADMINTON

BADMINTON JUST FOR FUN mit Malte Röh (nur bei ausreichend Mitspieler*innen)	DO	19.30-21.00	TURNHALLE
---	----	-------------	-----------

## VOLLEYBALL

VOLLEYBALL JUST FOR FUN (nur bei ausreichend Mitspieler*innen)	SO	17.00-18.30	TURNHALLE
--	----	-------------	-----------

## WEITERE ANGEBOTE

MÄUSEGRUPPE mit Anette Brumm & Astrid Stolley	DI	09.00-11.00	MÄUSEGRUPPE
	DO	09.00-11.00	MÄUSEGRUPPE
BASTELKURS (ab 7 Jahren) mit Jennifer Petersen-Nahs	FR	17.15-18.15	POKALERAUM

Kurzfristige Änderungen und Ausfälle werden über die Übungsleitungen kommuniziert und ggf. ausgegangen, wie über unsere Online-Kanäle kommuniziert. Hier findet ihr auch Informationen über neue Angebote.

Alle Informationen über die **Fußballangebote** erhaltet ihr beim FC Haddeby 04, bzw. der SG Haithabu. Ansprechpartner: Jürgen Asmussen, Telefon-Nr.: 04621-200969

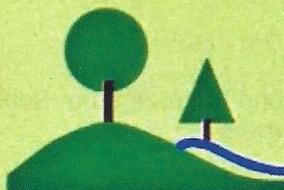


## EINFACH MAL REINSCHNUPPERN

Du kannst bei unseren Angeboten gerne mal reinschnuppern, bevor du bei uns Mitglied wirst. Kontaktiere dazu am besten die jeweilige Übungsleitung im Vorfeld und sprich deinen Besuch ab.

Wenn du nach dem zweiten Mal schnuppern aktiv werden willst, musst du Mitglied im TSV Selk werden. Den Mitgliedsantrag findest du auf unserer Website oder du sprichst die Übungsleitung direkt darauf an. Mehr Infos auch auf Seite 19 dieser extra49.

- Neuanpflanzungen und Gehölzschnitt
- Natur- und Betonsteinarbeiten
- Friesenwälle und Gartenteiche
- Rasenanlagen und Pflegearbeiten



## Gartengestaltung Frank Hoffmann

GmbH

Bahnhofstr. 15 · 24878 Jagel  
Tel. 0 46 24 - 450 300 · Fax 450 301  
Mobil 01 70 - 80 30 50 5  
e-mail: mail@hoffmann-sh.de

## Geltorfer Gebäudeservice Thomas Orloff



- + Sanitär- und Heizungsinstallation
- + Solaranlagen
- + Badgestaltung
- + Flachdachsanieierung
- + Fliesenarbeiten
- + Klempnerarbeiten
- + Weitere Leistungen auf Anfrage
- + Wir führen die Möbelpflegeprodukte aus dem Hause „RENUWELL“®

Dorfstraße 11 b · 24884 Geltorf Tel. 0462- 932143 Fax 0462- 302342  
Mobil 0170 981 87 85 [ggs-orloff.de](http://ggs-orloff.de)



# INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

## TRAININGSGRUPPEN

<b>Montag</b>	Kindertraining Erwachsene
<b>Freitag</b>	Erwachsene

17.00-18.00 Uhr  
18.00-19.00 Uhr  
17.00-19.00 Uhr

Weitere Trainingszeiten nach Absprache.

## TRAININGSORT

Udo-Assall-Bogensportanlage  
neben den Tennisplätzen

## SPARTENLEITUNG

Thorsten Hartig  
☎ 04621 / 301 260  
@ bogensport@tsv-selk.de





## BILDER DER BOGENSPARTE



# BERICHT BOGENSPARTE

Die Bogensparte des TSV Selk hat im Jahr 2023 einen regen Zulauf an neuen Schützinnen und Schützen gehabt und ist zurzeit mit 13 Kindern und Jugendlichen sowie 14 aktiven erwachsenen Schützen gut aufgestellt. Das Training wurde durch Nadine Hartig und Melanie Petereit als ausgebildete Übungsleiterinnen durchgeführt.

Auch in diesem Jahr konnten wir wieder Erfolge bei Landesmeisterschaften erzielen. Martina Böhme erzielte in Malente bei der Landesmeisterschaft 3D den ersten Platz bei den Damen Jagdbogen und wurde Landesmeisterin. Nadine Hartig wurde in der gleichen Bogenklasse Vize-Landesmeisterin. Auch Jürgen Bannier wurde Vize-Landesmeister in der Klasse Blankbogen Herren.

Bei der Landesmeisterschaft in der Halle traten im Januar 2024 für den TSV Selk Lucia thor Straten und Bente Lucassen in der Bogenklasse Jagdbogen weiblich U 15 an. Lucia erreichte den 2. Platz und wurde Vize-Landesmeisterin, Bente erreichte den 3. Platz. Es war für beide Schützinnen die erste Meisterschaft, an welcher sie teilnahmen.

Neben den Meisterschaften haben wir auch vom Verein aus zwei Turniere veranstaltet.

Am 27.08.2023 fand die 9. Selker Wikingerpirsch statt, ein öffentlich ausgeschriebenes Kinder- und Jugendturnier. Mit 27 Teilnehmenden konnten wir hier einen neuen Teilnehmerrekord aufstellen. Die jungen Schützinnen und Schützen wurden in Gruppen jeweils von einem erwachsenen Schützen begleitet durch den Parcours, bestehend aus 22 Zielen, geführt.

Es wurde zunächst eine 3-Pfeil-Runde und anschließend eine 1-Pfeil-Runde geschossen. Trotz drohendem Gewitter konnte das Turnier mit guter Stimmung und guten Ergebnissen durchgeführt werden. Am Ende gab es für Alle eine Urkunde und Preise.

Im Dezember führten wir dann noch ein kleines internes Weihnachtsturnier für die Kinder und Jugendlichen unserer Sparte durch, wo bei Weihnachtsmusik, Keksen, Kinderpunsch und Würstchen ein lockeres Turnier auf unserer Anlage geschossen wurde. So fand das Jahr einen gemütlichen Ausklang.

Die erwachsenen Schützen trafen sich dann zur nachträglichen Weihnachtsfeier im Januar in Reimers Gasthof in Geltorf, um dort in geselliger Runde zusammenzukommen und gemeinsam auch einen Blick auf das kommende Jahr zu werfen.

Vielen Dank an Alle für die stets gute Laune und ein besonderes Dankeschön an unsere Übungsleiterinnen.

Bericht: Thorsten Hartig





## TENNIS SPARTE



### TRAININGSGRUPPEN

<b>Dienstag</b>	Männer Ü40	ab 17.30 Uhr
<b>Mittwoch</b>	Senioren	ab 14.30 Uhr
<b>Samstag</b>	Kinder Anfänger	09.30-10.30 Uhr
	Kinder	10.30-11.30 Uhr
	Jugendliche	11.30-12.30 Uhr

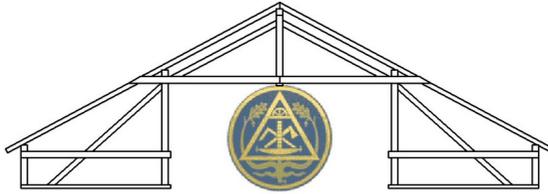
Weitere Trainingszeiten nach Absprache.

### TRAININGSORT

Tennisplätze hinter dem  
B-Platz

### SPARTENLEITUNG

Martin Sämann  
☎ 0176 / 750 47 520  
@ tennis@tsv-selk.de



Holzbau Karde KG • Altmühl 9 • 24884 Selk

FON: 04621 – 3 53 16 • Mobil: 0170 – 1 80 04 13 & 0178- 448 97 24

eMail: holzbau-karde@t-online.de

Ausführung und Planung aller Hochbauarbeiten

Eingetragen bei der Handwerkskammer Flensburg für die Gewerke

Zimmererhandwerk Dachdeckerhandwerk

• Holz~ und Bautenschutzgewerbe

### Unsere Leistungsschwerpunkte

- Energetische Gebäudesanierung – vom Keller bis zum Dach
- Neubau
- Umdeckung von Dach~ und Fassadenflächen – einschließlich Ersatz vorhandener Eindeckungen mit Asbestzement
- Lehrlingsausbildung

Es gibt kaum ein bauliches Problem, das sich nicht lösen lässt. Lassen Sie uns darüber reden; wir kennen Lösungswege und beraten Sie gerne.

Die Tennisspielerinnen und Tennisspieler unseres Vereins waren im abgelaufenen Jahr sehr aktiv.

Unsere Tenniskinder und Jugendlichen (in einem Alter zwischen 4 und 11 Jahren) spielten in der Sommersaison samstags auf der Anlage in Selk, in der Wintersaison sonntags in der Fleckebyer Tennishalle bzw. samstags in der Selker Halle. Dabei verbesserten sich unsere Jüngsten stetig und waren emsig am Ball.

Die Ü40-Herren spielten in der Sommersaison auf Bezirksniveau. Dabei konnten in vier Partien bei einer Niederlage (in Bordesholm) zwei Siege (gegen Owschlag und Glücksburg) und ein Unentschieden (in Leck) erzielt werden, so dass nach Abschluss der Saison ein zweiter Tabellenplatz herausprang.

In der Wintersaison ist die Mannschaft (bei Redaktionsschluss dieser extra-Ausgabe) Tabellenführer bei zwei Siegen (gegen Langenhorn und in Schwedeneck) und einem Unentschieden (gegen Ahrenshöft). Zwei Partien (in Altenholz sowie in Jevenstedt) stehen noch an.

Unsere Senioren trafen sich wie gewohnt Mittwoch nachmittags. Sie spielten neben einem gepflegten Tennis-Doppel auch Bowles auf der Anlage. Anschließend wurde über die Sportwoche bei Kaffee und Kuchen diskutiert.

Interessierte sind stets auf der Anlage willkommen. Gerne können wir auch ein Probetraining vereinbaren.



## Ü40-HERREN

FEHLEND: KARSTEN NOETZEL, STEFAN HANSEN, STEPHAN RUST UND BERND SIMONSEN



## DIE GRÖßEREN



## DIE KLEINSTEN

FEHLEND: THERESA, LOTTA UND FELIX



# NEUES ANGEBOT

## JUMPING FITNESS



Du hast Lust auf ein aufregendes Ganzkörperworkout, bei dem rund 400 Muskeln im ganzen Körper trainiert werden? Die Muskeln von Bauch, Beinen, Po, Armen, aber auch die gesamte Rumpfmuskulatur werden bei den unterschiedlichen Übungen beansprucht. Besonders profitieren davon zum Beispiel die Knie. Das Trampolintraining stärkt die Kniemuskulatur und erhöht die Dehnbarkeit und Flexibilität dieser Gelenke.

Zusammen mit dem OKR Geltorf-Lottorf-Selk bieten wir ab April (nach den Frühjahrsferien) unseren neuen Kurs „Jumping Fitness“ an. Geleitet werden die Kurse von den frisch ausgebildeten Jumping Fitness Übungsleitungen Tanja und Alia Schimmer.

Die Anmeldung ist ab sofort über unsere Website möglich.

### KOSTEN

**75,- € für Nichtmitglieder, 60,- € für Mitglieder**  
maximal 9 Plätze pro Kurstermin, dann Warteliste

### TRAININGSGRUPPEN

<b>Donnerstag</b>	Jumping Fitness Kurs 1	18.30-19.30 Uhr
<b>Samstag</b>	Jumping Fitness Kurs 2	10.00-11.00 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport- und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Tanja & Alia Schimmer  
@ info@tsv-selk.de

Textquelle: AOK.de



*Café & Restaurant Quellental*

Telefon 04621-36174

[www.quellental-selk.de](http://www.quellental-selk.de)

# Bäckerei Jaich

GmbH



**TRADITIONSBÄCKER**

Qualität aus Schleswig-Holstein



Schleswig: Friedrichstraße 93 und Stadtweg 30  
Jübek: Rewe-Markt · Fahrdorf: Mühlenberg 18  
[www.baeckerei-jaich.de](http://www.baeckerei-jaich.de) · [traditionsbaecker.de](http://traditionsbaecker.de)



## GROUP FITNESS

Group Fitness heißt Bewegung, Spaß, Power, Teamgeist und Körpergefühl. Erlebe die Fitness Power in der Gruppe, kraftvoll unterstützt von dynamischer Musik, Motivation und abwechslungsreichen Kursstunden. Wenn du Vielseitigkeit und Herausforderung liebst, bist du hier richtig.

**Eure Tanja**

### TRAININGSGRUPPE

Montag Group Fitness

19.00-20.00 Uhr

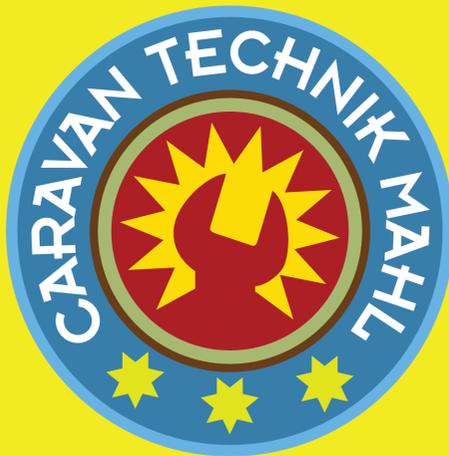
### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport- und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Tanja Schimmer  
☎ 04621 / 3 55 84  
@turnen@tsv-selk.de

**Im Herzen von Schuby**



**Westring 10/15**



## FASZIENTRAINING

**Faszientraining:** dieser Kurs richtet sich an all diejenigen, die ihren Körper geschmeidiger, beweglicher und elastischer machen möchten. Sowohl Bindegewebsregeneration, als auch Rumpfstabilisation, sowie Übungen zur Lösung von Muskelverspannungen, Kräftigung der Muskulatur und eine Verbesserung der Körperwahrnehmung sind Inhalt. Dieser Kurs ist Garant für ein bewegliches Leben.

**Eure Tanja**

### TRAININGSGRUPPE

Montag Faszientraining

20.00-20.30 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Tanja Schimmer  
☎ 04621 / 3 55 84  
@turnen@tsv-selk.de

beraten | planen | bauen

# ralph buchholz

dipl.-ing. (fh) architekt



Anbau | Sanierung  
Einfamilienhaus



Erweiterung | Umbau  
Freiwillige Feuerwehr

Betreuung des Bauherrn vom Vorentwurf bis zur Schlüsselübergabe für alle Projekte vom Neubau, Anbau, Umbau bis zum Gewerbeobjekt

steinacker 12 - 24857 fahrdorf  
tel. 0 46 21 - 30 19 31  
fax. 0 46 21 - 30 23 29  
mail. mail@jungearchitekten.com



**BAUGESCHÄFT  
HENNINGSEN**

**Bauen**

**Sanieren**

**Reparieren**

**Holzarbeiten**

Achter de Wall 1 | 24866 Busdorf  
04621 - 36 04 15 | info@bau-henningsen.de

[www.bau-henningsen.de](http://www.bau-henningsen.de)



## GANZKÖRPERTRAINING AM FREITAG

**Ganzkörpertraining:** hier erwartet dich ein kreatives, vielseitiges, aber auch schweißtreibendes Workout für den gesamten Körper. Elemente aus BBP, Hit, sowie mobility Training und Kräftigungsübungen mit diversen Kleingeräten finden hier ihre Trainingsplattform. Sei gespannt auf ein abwechslungsreiches Körper Workout. Du kräftigst und straffst nicht nur deinen Körper, sondern bringst ihn auch in Topform.

**Eure Tanja**

### TRAININGSGRUPPE

Freitag

Ganzkörpertraining

10.00-11.00 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Tanja Schimmer

☎ 04621 / 3 55 84

@turnen@tsv-selk.de



## FITNESSTRAINING DAMEN

### Von Hack bis Nack!

Wir erwärmen unsere Muskeln, stärken Sie und zum Ende der Stunde dehnen und stretchen uns ausgiebig. Soweit wir uns bei den angebotenen Übungen und Bewegungen gut fühlen. Schau doch einmal vorbei!

**Sportliche Grüße von  
Marion Rößler - Peglow**

### TRAININGSGRUPPE

**Mittwoch**    Fitnesstraining  
                  Damen

19.30-20.30 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Marion Rößler-Peglow  
☎ 04354 / 98 69 91  
@ turnen@tsv-selk.de



## YOGA

Yoga ist ein Zustand, in dem Körper, Geist und Seele vereint werden sollen.

Wir beginnen mit der Anfangsentspannung, der Wahrnehmung von Körper und Atmung.

Durch Atemübungen (Pranayama) wird der Geist beruhigt und Stress fällt ab. Durch die Verbindung des Atems mit der Bewegung von einfachen Haltungen (Asanas) wird der Körper aufgewärmt, um komplexere Haltungen - basierend auf den individuellen Fähigkeiten - zu praktizieren. Die Haltungen wecken den Körper auf, stabilisieren, stärken, besänftigen und öffnen ihn.

In der Meditation geht es im Grunde darum, Gedanken loslassen zu können und sich auf das Wichtige zu konzentrieren und den Raum zwischen den Gedanken wahrzunehmen.

Am Ende der Stunde wird Yoga Nidra angeleitet, eine Tiefenentspannungstechnik, die es möglich macht, sich auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene völlig zu entspannen.

### TRAININGSGRUPPE

Dienstag

Yoga für Anfänger  
und Fortgeschrittene

16.30-18.00 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Jutta Davids  
Anmeldung unter  
[@ info@tsv-selk.de](mailto:info@tsv-selk.de)



## **FIT AM MORGEN 50+**

Es ist nie zu spät etwas für seine Gesundheit zu tun.  
Wir sind eine gemischte Gruppe, die mit Freude an der Bewegung mit oder ohne Geräten.  
Gerne könnt ihr zum schnuppern, am Dienstag von 10.00 - 11.00 vorbei kommen

**Sportliche Grüße von  
Marion Rößler - Peglow**

### **TRAININGSGRUPPE**

**Dienstag**    Fit am Morgen  
                  50+

10.00-11.00 Uhr

### **TRAININGSORT**

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### **ÜBUNGSLEITUNG**

Marion Rößler-Peglow  
☎ 04354 / 98 69 91  
@ turnen@tsv-selk.de



## FITNESS FÜR MÄNNER

### Männer auf geht's

Eine gut trainierte Rumpfmuskulatur schützt und gibt Halt. Dehnübungen, Kräftigungsübungen der Rücken - Bauch - Gesäß und Schultermuskulatur formen unseren Körper. Kreislauftraining erhöht unsere Ausdauer und kräftigt das Herz. Gesundheit und Fitness sind wichtig für unseren Alltag. Mit gezielten Übungen wird hier der Rücken in Schwung gebracht, Bewegung und sanftes Ausdauertraining mit und ohne Gerät z.B. Theraband, Balancekissen, Redondoball u.a. erwarten dich hier! Also: Es ist nie zu spät, mit dem Sport anzufangen, wir freuen uns auf dich!

Schau doch auch mal rein!

„Aktiv sein“ lautet das Motto der Zeit...

### TRAININGSGRUPPE

Mittwoch

Fitness für Männer

18.00-19.30 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Jutta Stadie

@turnen@tsv-selk.de

# NORDIC WALKING



Sie haben über längere Zeit keinen Sport getrieben?  
Hier ist die ideale Einstiegsaktivität!

**Nur ein paar positive Auswirkungen: Nordic Walking...**

- 🚶 schmiert die Gelenke, stärkt die Knochenstruktur und beugt Osteoporose vor
- 🚶 trainiert die Problemmuskulatur (Nacken, Schulter, Rücken, Brust, Gesäß, Hüfte)
- 🚶 steigert die Hirndurchblutung und fördert die Konzentrationsfähigkeit
- 🚶 trainiert das Immunsystem und schützt vor Infekten
- 🚶 schult und verbessert die Koordinationsfähigkeit von Bewegungsabläufen
- 🚶 baut Stresshormone ab und verbessert das allgemeine Wohlbefinden
- 🚶 stärkt und erhöht das Selbstwertgefühl und lässt bewusster leben
- 🚶 erhöht die Fettverbrennung und den Kalorienverbrauch
- 🚶 steigert die Fließeigenschaften des Blutes und stärkt den Herzmuskel
- 🚶 senkt Puls und Blutdruck und vergrößert die Belastungsreserven

Wird die Technik richtig ausgeführt, befinden sich über 600 Muskeln in ständiger Bewegung, was einem Anteil von ca. 90% aller Muskeln entspricht. Durch einen richtigen Einsatz der Arm- und Beinmuskulatur kann das Tempo erhöht und die Effektivität der Trainingseinheit gesteigert werden.

Walken ist die ideale Aktivität für Fitness-Einsteiger\*innen und Leistungssportler\*innen. Variabel lässt sich die Intensität dieses Sports individuell auf die Bedürfnisse des\*der Einzelnen übertragen.

## TRAININGSGRUPPE

Mittwoch

Nordic Walking

10.00-11.00 Uhr

## TREFFPUNKT

vor dem Sport- und  
Kulturzentrum Selk

## ÜBUNGSLEITUNG

Jutta Stadie

@turnen@tsv-selk.de

## **i** DEN VEREIN UNTERSTÜTZEN

Wer den Verein über ihre\*seine Mitgliedschaft hinaus unterstützen möchte, hat dafür viele Möglichkeiten.

Zum Beispiel brauchen wir immer tatkräftige Unterstützung bei unseren Vereinsfesten und bei der Instandhaltung unserer Vereinsanlagen. Wenn du helfen möchtest, sprich gerne mal deine Übungsleitung an.

Wer nicht mehr aktiv am Sportbetrieb teilnehmen möchte, der kann uns gerne weiterhin als passives Mitglied (zur Zeit 20€ pro Jahr) unterstützen. Meldung diesbezüglich einfach an den Vorstand oder per Formular auf unserer Website.

Unser Vorstand freut sich auch immer über motivierte Köpfe auf den Vorstandssitzungen. Schaut doch einfach mal vorbei.

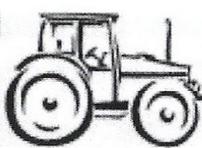
## BILDER VOM TRAINING



Kfz-Meisterbetrieb und Landtechnik



# Tippmann



- Kfz-Reparatur und Inspektion jeglicher Fabrikate
- Karosserie- und Lackierarbeiten ● Bremsenservice
- Reifenservice ● Klimaservice

Dekra-Prüfstützpunkt

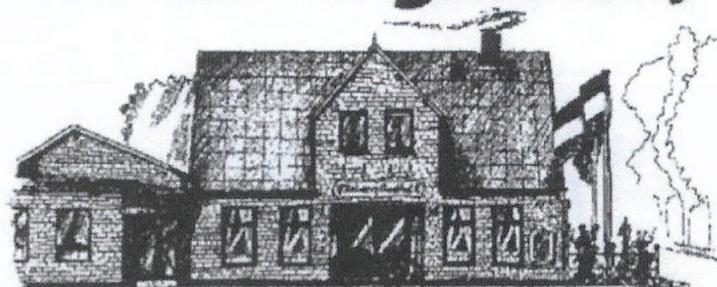
Dorfstraße 23 · 24884 Geltorf

Tel. 0 46 21 / 3 34 23 · Fax 0 46 21 / 3 54 62

Notdienst 0151 / 17 31 99 92

[www.kfz-tippmann.de](http://www.kfz-tippmann.de) · [info@kfz-tippmann.de](mailto:info@kfz-tippmann.de)

## Reimer's Gasthof



*Der gemütliche Gasthof  
am Rande der Hüttener Berge*

Inhaber: Maximilian Drews

Dorfstraße 25 ♦ 24884 Geltorf

Tel.: 04621 - 34 0 34

★ Montag und Dienstag sind Ruhetage ★



## BADMINTON

Wir sind gerade dabei die Badmintonsparte (Just for Fun) aufzubauen. Regulär spielen wir jeden Donnerstag von 19:30 bis 21:00 Uhr in der Selker Turnhalle die ein oder andere Partie Badminton.

Ab diesem Jahr auch mit der richtigen Ausstattung, so spielen wir nicht mehr mit dem Volleyball-, sondern mit einem neuen Badmintonnetz. Wenn alles glatt läuft bekommt die Halle in den Sommerferien auch noch neue Linien und dann auch gleich die passenden Linien für unsere Partien Badminton.

Die Teilnahme ist ab 18 Jahren. Wer Interesse hat kann sich gerne bei mir melden. Da wir noch nicht so viele regelmäßige Spieler sind, findet eine Abstimmung über das stattfinden des Termins aktuell noch über eine Whatsapp-Gruppe bzw. über Textnachricht mit mir statt.

### TRAININGSGRUPPE

Donnerstag Badminton Just for Fun

19.30-21.00 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Malte Röh

☎ 0176 702 052 56

@ info@tsv-selk.de

NOTAR IM LOLLFUSS

**NOETZEL & NOETZEL**

RECHTSANWÄLTE UND NOTAR

Lollfuß 82, 24837 Schleswig - Tel.: 04621/96710  
www.rae-noetzel.de - kanzlei@rae-noetzel.de



**SÖNKE PETERSEN**

ELEKTROINSTALLATEURMEISTER

-  ELEKTROANLAGEN
-  KUNDENDIENST
-  ELEKTROGERÄTE

DORFSTRASSE 21 · 24884 GELTORF  
TEL. 04621 - 31236 · FAX 31238  
SPBLITZ@FREUNET.DE



# HALTUNG & BEWEGUNG DURCH GANZKÖRPERTRAINING

Ein Präventivprogramm für Männer und Frauen bieten wir im Rahmen des Kurses „**Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining**“ an.

Das übergeordnete Ziel des Kurses besteht aus einem Training für den gesamten Körper, bei dem Ausdauer, Kraft, Dehnfähigkeit, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit gestärkt werden sollen.

Der Kursleiter, **Physiotherapeut Andre Wiebe**, wird das Leistungsvermögen jedes Einzelnen berücksichtigen.

Der Kurs erhielt das Qualitätssiegel „**Pluspunkt Gesundheit DTB**“ und erfüllt damit alle Qualitätskriterien, die für eine Bezuschussung durch die Krankenkassen erforderlich sind. Die Höhe der Unterstützung ist von Kasse zu Kasse unterschiedlich, kann aber bis zu 80% der Kursgebühr betragen.

## KOSTEN

80,- € für Nichtmitglieder, 60,- € für Mitglieder

maximal 12 Plätze, dann Warteliste



## TRAININGSGRUPPEN

**Dienstag**

Kurs 1  
Kurs 2

19.00-20.00 Uhr  
20.00-21.00 Uhr

## TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

## ÜBUNGSLEITUNG

André Wiebe

☎ 04621/36280

@turnen@tsv-selk.de



## BILDER VOM TRAINING





## DARTSPORT

### TRAININGSGRUPPEN

Donnerstag

Dart

18.30-21.00 Uhr

Weitere Trainingszeiten nach Absprache.

### TRAININGSORT

Dartsraum im Sport- und Kulturzentrum Selk

### SPARTENLEITUNG

Frank Hollstein  
@ dart@tsv-selk.de



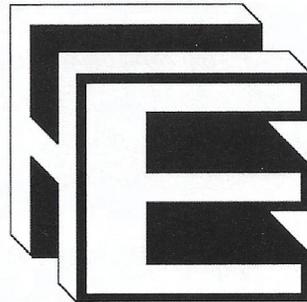


**Hannes  
Wegner**

**Garten- und Landschaftsbau  
Baum- und Gartenpflege**

Dorfstraße 7 | 24357 Güby | Telefon 04354-809254  
hannes@wegner-gartenbau.de

*Wenn's um  
Kies geht*



**HARALD EWERS**  
**KIESGRUBEN**

**Selk • Schleswig • Jagel • Freienwill (FL)**

24884 Selk • Brekendorfer Landstraße 13

Telefon (0 46 21) 3 22 79 + 3 20 93 • Fax 3 75 87

# BERICHT DARTSPORT



Wir blicken mit gemischten Gefühlen auf die vergangene Saison zurück.

Die 1. Mannschaft konnte die Klasse als Vizemeister abschließen, während die 2. Mannschaft ihre Klasse auf einem Abstiegsplatz beendet hat. Aufgrund einer Ligaumstrukturierung seitens des SHDV ist die Mannschaft dennoch in die Bezirksklasse „aufgestiegen“.

Des Weiteren gibt es auch diverse Einzelerfolge unserer Spieler.

Marcel Schmidt ist zusammen mit Michael Knost von der DG Wagenrad amtierender Landesmeister im Herren-Doppel.

Unser jugendlicher Ausnahmespieler Josse Krabbenhöft ist im Jugendbereich ebenfalls Landesmeister im Doppel. Aufgrund seiner guten Platzierungen bei den Ranglistenturnieren durfte er zusätzlich Schleswig-Holstein beim Kings Cup und auch bei den German Masters vertreten.

Insgesamt wächst die Sparte sowohl in Selk als auch in Jagel immer weiter, so dass wir jetzt in der laufenden Saison sogar mit 3 Mannschaften antreten. Die gestiegene Mitgliederzahl bedeutet aber natürlich auch einen erhöhten Bedarf an Dartboards. Wir hoffen daher darauf, dass die Renovierungsarbeiten im Dartraum zügig voranschreiten, damit wir unsere Boardzahl dann auf 6 Boards erhöhen können.

Im vergangenen Sommer haben wir in Jagel unser erstes Turnier ausgerichtet. Mit einem Teilnehmerfeld von 64 S



**BILDER VOM TRAINING UND PUNKTSPIELEN**



lern aus ganz Schleswig-Holstein war die Veranstaltung ein voller Erfolg. Am 02. März werden wir das nächste Turnier ausrichten und hoffen auf einen ähnlich erfolgreichen Verlauf.

Ein weiteres Highlight, wenn auch mit einem traurigen Hintergrund, war ein Spendenturnier zugunsten eines ADS-Kindergartens, der durch die Sturmflut unbewohnbar geworden war. Das Turnier wurde von Marcel Schmidt, Raik Piotraschke (VfR Schleswig Shamrocks) und Rene Molter (DC-Restart) aus Tolk initiiert. Unsere Mannschaften waren dort mit insgesamt 14 Spielern vertreten. Schlussendlich konnte ein Scheck in Höhe von 3823,09 € an die Kindergartenleitung übergeben werden.  
Dafür nochmals vielen Dank an alle Beteiligten!

Abschließend bleibt mir nur die Bitte und Aufforderung an alle Dartinteressierten sich aufzuraffen und bei uns vorbeizuschauen.

Das Training findet im Sport- und Kulturzentrum jeden Donnerstagabend ab 18.30 Uhr statt.  
Bei Interesse oder sonstigen Fragen darf man sich gerne unter 0151-155 085 49 an mich wenden.

Bericht: Frank Hollstein



# DIE JUGENDWARTIN

## JENNIFER PETERSEN-NAHS

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde, liebe Kinder und Jugendliche,

Seit der letzten Extra hat sich im Jugendbereich doch nochmal einiges getan und daher bin ich stolz darauf, das hier präsentieren zu können.

Im September hat wieder unser alljährlicher Sport- und Spielenachmittag stattgefunden. Leider hat uns das Wetter wieder einen Strich durch die Rechnung gemacht, allerdings waren wir dieses mal vorbereitet und haben die Hüpfburgen einfach in die Halle gestellt, sodass auf diesen großen Spaß niemand verzichten musste. Wir haben es geschafft, dass sich die Sparten alle vorstellen konnten und auch nebenbei noch etwas geboten wurde, so gab es wieder Kuchen, Waffeln und leckere Getränke, sowie Geschenke für die Kinder. Lieber Regen, wir bleiben dabei, unserem Sport- und Spielenachmittag kannst du nichts anhaben.

Auch unsere Weihnachtsfeier hat in diesem Jahr wieder stattgefunden und für viele leuchtende Augen gesorgt. Wie im letzten Jahr auch schon, teilten wir die Feier im Gebäude auf. Im Pokalraum wurde gebastelt, im Dartsraum gegessen, in der Halle getobt. Euer positives Feedback hat uns umgehauen. An dieser Stelle gilt ein riesengroßer Dank allen Ausbilder\*innen, Kuchenbäcker\*innen, Helfer\*innen und auch Besucher\*innen, die diese Tage jedes Jahr wieder unvergesslich und wunderschön machen.

Nun gibt es noch zu berichten, dass wir unser Kursangebot für Kinder erweitern konnten. Am Freitag findet nun ein neuer Kurs, nämlich das Altersübergreifende Turnen statt. Hier kommen Kinder im Alter von 3 - ungefähr 10 Jahren zusammen und lernen und spielen gemeinsam. Wenn ihr mehr darüber erfahren wollt, schaut euch die Seite unseres Kurses an.

Außerdem bieten wir seit einiger Zeit wieder einen übersportlichen Bastelkurs an. Nach einer schleppenden Anlaufphase, sind nun die Kurse meist ausgebucht und es lohnt sich, schnell zu sein, mit der Anmeldung. Der nächste Kurs startet nach den Osterferien. Das Plakat findet ihr auf den folgenden Seiten.

Jetzt sind wir im Jahr 2024 angekommen und freuen uns auf das, was kommt. Die Jugendsammlung findet auch in diesem Jahr wieder statt. Zwischen dem 25. Mai und dem 07. Juli sammeln wir dieses Jahr wieder an euren Türen für die Jugendarbeit in unserem Verein. Schaltet also die Klingeln an und haltet euer Portemonnaie bereit. Alternativ kann auch wieder überwiesen werden, damit unser Sport- und Spielenachmittag erneut so schön werden kann und wir für die Kinder und Jugendlichen noch mehr möglich machen können. Wir hoffen auf rege Beteiligung.

**Bis dahin, eure Jugendwartin.**





## KREATIVES ANGEBOT BASTELKURS

Basteln im Sportverein? Für unsere Mitglieder ist das seit letztem Jahr möglich. Wir wollen tuschen, schneiden, kleben und vieles ausprobieren. Es sollen kleine Kunstwerke entstehen.

Kinder ab 7 Jahren sind jeden Freitag um 17.15 Uhr eingeladen, in unserem Pokaleraum eine Stunde lang kreativ zu werden. Da mit dem Kurs auch Materialkosten verbunden sind, gibt es eine Kursgebühr. Die Kursgebühr gilt immer für eine Jahreszeit und wird beim ersten Termin in Bar übergeben oder vorab überwiesen. Kinder dürfen zu beliebig vielen Jahreszeiten teilnehmen. Die Anmeldung für den Kurs ist notwendig und über das Kontaktformular auf unserer Website oder direkt bei Jennifer Petersen-Nahs möglich.

<b>Zeitraum</b>	<b>Anzahl Termine</b>	<b>Kursgebühr</b>
Frühjahr 2024		bereits ausgebucht!
26.04. – 19.07.2024	13 Termine	39 €
06.09. – 18.10.2024	7 Termine	21 €
08.11. – 06.12.2024	5 Termine	15 €

Kinder dürfen auch nachträglich dazu kommen. Es gilt dann eine Gebühr von 3 € pro verbleibendem Termin.

Nicht-Mitglieder haben die Möglichkeit zu zwei Terminen (gegen Gebühr von jeweils 3 €) zu schnuppern. Danach ist eine Anmeldung im TSV Selk notwendig.

### ÜBUNGSLEITUNG

Jennifer Petersen-Nahs  
☎ 0152 54 13 85 85  
@ info@tsv-selk.de

# *Ihr Kieslieferant*



*Wir liefern Ihnen  
über 35 Sorten Sand, Kies,  
Wege- und Strassenbaumaterialien,  
Betonkiese, Mutterboden,  
Recycling - Schotter*

***Kieswerke Wolfgang Jans***

*Jagel - Selk - Idstedt - Klein Rheide - Brekendorf*

***Tel.: 0 48 61 / 788***

*Mail: [info@jans-natur-kies.de](mailto:info@jans-natur-kies.de) Web: [www.jans-natur-kies.de](http://www.jans-natur-kies.de)*



## ELTERN-KIND-TURNEN

Der Mittwoch ist unser Aktivtag für die Kids in Selk und Umgebung, hier wird nach Herzenslust geturnt, geklettert, gesungen und getanzt. Die Eltern/Kindergruppe überwindet gemeinsam Bänke, Klettergerüste und hüpf z.B. auf dem Trampolin herum. Zum Schluss beenden wir die Stunde mit einem keinen Singkreis, für jeden ist eine Herausforderung dabei.

Die größeren Kinder kommen ohne Begleitung, sie üben schon Rollen und turnen am Barren oder Reck, balancieren und hüpfen galant über die Turnbänke. Die Kinder sprühen vor Energie und Lebensfreude – sie wollen spielen, toben, turnen, ihre Kräfte messen und alles erkunden.

Die Grundschüler üben sich im sportlichen Wettkampf, Tick und Fangspielen, Geräte – und Ringeturnen erfreuen sich großer Beliebtheit. Durch das Kinderturnen wird die Fantasie, Konzentration, Beweglichkeit, Ausdauer und Merkfähigkeit gefördert.

Wir haben immer sehr viel Spaß, also schaut doch einfach vorbei wir freuen uns auf euch.

### TRAININGSGRUPPE

Mittwoch

Eltern-Kind-Turnen

15.00-16.00 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Jutta Stadie

@turnen@tsv-selk.de

# KINDERTURNEN MIT JUTTA



Bewegung und Spiel sind wichtig für den Gesundheitszustand und die Fitness unserer Kinder. Immer mehr Kinder und Jugendliche neigen zu Übergewicht, Bewegungsstörungen und sichtbaren Haltungsschäden. Hier möchten wir mit dem Eltern-/Kind-Turnen und dem Kinderturnen in der Phase des Heranwachsens eine tolle und spielerische Erfahrung mit dem Sport und der Bewegung vermitteln. Mit Bewegungsaufgaben und Erlebnisstunden finden die Kinder und Eltern hier eine altersgemäße Herausforderung. Es werden Kondition und Gleichgewicht verbessert, sowie Bewegungsfolgen und das Einhalten von Regeln trainiert.

Alle sind mit viel Spaß und Motivation dabei. Partnerübungen mit den Eltern und anderen Kinder, sowie Aufgaben am großen Kasten, an Bänken und Trampolin werden hervorragend gemeistert.

**Also auf zum Kinderturnen am Mittwoch!**

## TRAININGSGRUPPE

<b>Mittwoch</b>	Kinderturnen 5-7 Jahre	16.00-17.00 Uhr
	Kids im Grundschulalter Sport, Spaß und Spiel Einradfahren/Waveboard Inliner/Cityroller	17.00-18.00 Uhr

## TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

## ÜBUNGSLEITUNG

Jutta Stadie  
@turnen@tsv-selk.de



# KINDERTURNEN 3-5 JAHRE

Hallo, Hallo, schön, dass du da bist,  
so starten wir jede Woche in unser Kinderturnen. Wir zeigen den Kindern, was wir aufgebaut haben und dann sind alle schon ganz aufgeregt. Damit wir dann endlich mit dem Turnen starten können, steigen wir noch alle in die Turnrakete. 10...9...8...7...6...5...4...3...2...1...  
LOOOOS!

Und dann starten wir in unsere tollen Turnlandschaften. Wir setzen den Fokus auf das Grundturnarten wie Balancieren, Klettern und Springen und das Kennenlernen von Regeln und Abläufen. Wir ermutigen die Kinder, Dinge auszuprobieren, zu erkunden und kleine Probleme selbst zu lösen. Jede Woche versuchen wir uns dafür einen anderen Themenschwerpunkt zu setzen, indem wir die Turnlandschaften in kleine Geschichten einbauen. So sind wir mal bei den Pinguinen im Eis oder bei den Artisten im Zirkus.

Bei gutem Wetter gehen wir gerne auch mal auf den Sportplatz oder auf den Spielplatz, um die Sonne nicht auszuschließen. Auch dort können wir super toben, lernen, uns ausprobieren und singen. Daher ist es toll, wenn die Kinder bei gutem Wetter eingecremt sind und einen Hut dabei haben.

Am Ende unserer Stunde singen wir dann noch ein Abschiedslied und das Lieblingslied der Turnkinder, bevor es dann heißt: „Bis zum nächsten Mal und vergesst nicht eure Trinkflaschen.“

Kinder zwischen 3 und 5 Jahren sind bei uns jeden Freitag zwischen 15 und 16 Uhr herzlich willkommen. Dein Kind sollte schon ein bisschen alleine sein können, denn unser Turnen findet ohne Eltern statt. Es gibt allerdings die Möglichkeit mit den anderen Eltern in unserem Pokaleraum einen Kaffee zu trinken und zu warten bis die Stunde um ist. Die ersten zwei Male gelten bei uns als Schnupperstunde, da darf ein Erwachsener dabei bleiben, bevor wir dann sagen: „Ich schaff das schon, ich schaff das ganz alleine.“

Schaut doch einfach mal vorbei, wir freuen uns auf euch! Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

## TRAININGSGRUPPE

Freitag

Kinderturnen 3-5 Jahre

15.00-16.00 Uhr

## TRAININGSORT

Turnhalle im Sport- und Kulturzentrum Selk

## ÜBUNGSLEITUNG

Jennifer Nahs & Lennox Hilken

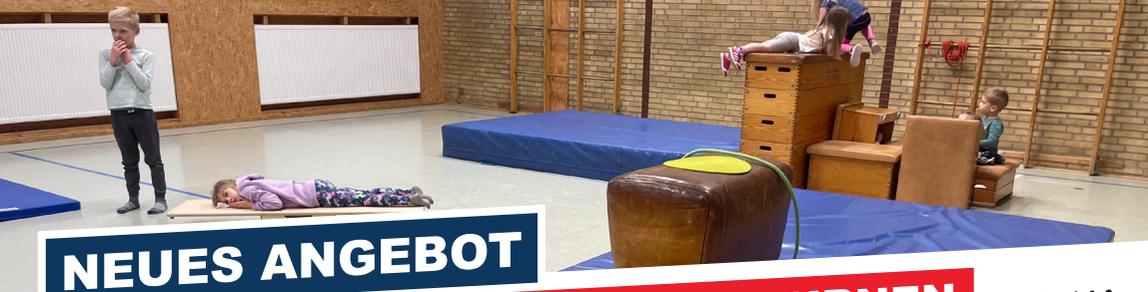
☎ 0152-54138585

@turnen@tsv-selk.de



BILDER VOM KINDERTURNEN





## NEUES ANGEBOT

# ALTERSÜBERGREIFENDES TURNEN

Die Turnkurse, die Lennox und ich leiten, hatten schon immer einen eher offenen Charakter. Ost waren ältere Geschwister bei den kleineren dabei. Schnell merkten wir dann, dass die Kleinen viel mehr von den Großen lernen als von uns und viel weniger Berührungsängste zeigen. Im Gegenzug nahmen wir die Großen als sehr verantwortungsbewusst und umsichtig im Umgang mit den kleineren Turnern und Turnerinnen wahr. So entstand die Idee, einen Raum für ebendiese Erfahrung zu schaffen. Klein für groß und groß für Klein.

Wir bieten in diesem Kurs sowohl Tobe- und Turnlandschaften, als auch die Möglichkeit, frei zu turnen. Ganz bewusst nehmen wir uns als Kursleitung in diesem Kurs sehr zurück. Wir sind da und haben die Kinder und ihre Aktivitäten im Blick, fördern jedoch durch unsere Zurückhaltung ihr soziales Miteinander und das Voneinander-Lernen. Wir ermutigen die Kinder auch in diesem Kurs, Dinge auszuprobieren, zu erkunden und kleine Probleme selbst zu lösen.

Der Kurs ist bereits angelaufen und mit 15-25 Kindern pro Woche sehr gut besucht. Im Moment gibt es jedoch noch keine Anmeldepflicht. Wenn du also Lust bekommen hast, ein Teil dieses Kurses zu sein, dann komm doch einfach freitags von 16 - 17 Uhr in unsere Turnhalle und lerne uns kennen.

Wir freuen uns auf dich!

## TRAININGSGRUPPE

Freitag

Altersübergreifendes Turnen

16.00-17.00 Uhr

## TRAININGSORT

Turnhalle im Sport- und Kulturzentrum Selk

## ÜBUNGSLEITUNG

Jennifer Nahs

☎ 0152 54 13 85 85

@ info@tsv-selk.de



# Fick Busdorf



TÄGLICH FRISCHER  
MITTAGSTISCH  
VON  
11.00 UHR BIS 14.00 UHR



## EDEKA Fick in Busdorf

Der Markt mit außergewöhnlichem Konzept,  
der aber jeden Kund:innen auf Kurs hält;  
**zeitgemäß und zukunftsgerichtet**

Wir bieten Ihnen ein umfangreiches Produkt-Sortiment  
und das auch mit vielen regionalen Produkten.  
**Jede Woche bieten wir Ihnen großartige Angebote.**

### Nehmen Sie sich die Zeit

Genießen Sie, nach ihrem Einkauf, einen der  
hausgemachten Mittagsgesichte oder Kaffee und  
Kuchen in unserem SKÅL.



EDEKA FICK  
Haddebyer Chaussee 1  
24866 Busdorf

Öffnungszeiten:  
Mo. - Sa. 06.00 bis 21.00 Uhr



## **DIE MÄUSEGRUPPE**

**SPIELGRUPPE** des TSV Selk seit 2001

für Kinder ab 18 Monaten ohne Beisein der Eltern

Es geschieht einiges in dieser Spielgruppe:  
Wir singen, basteln, kneten, tuschen und turnen.

**DIENSTAGS UND DONNERSTAGS  
VON 09.00 BIS 11.00 UHR**

Im Sport- und Kulturzentrum Selk

### **LEITUNG**

Anette Brumm und Astrid Stolley

Informationen zur Mäusegruppe und Verfügbarkeit von Plätzen unter  
☎ 04621/33 804 (Anette) & ☎ 04621/333 89 (Astrid)





BILDER MÄUSEGRUPPE





# WIR SUCHEN MITSPIELER\*INNEN

## TISCHTENNIS & VOLLEYBALL

Am Sonntag Nachmittag wird in unserer Halle die Woche sportlich abgerundet. Tischtennis und Volleyball in lockerer Runde „Just for Fun“.

Leider sind beide Gruppen aus unterschiedlichen Gründen derzeit nur sehr unregelmäßig am Start. Beim Tischtennis fehlt uns eine Übungsleitung, deren Hauptaufgabe das Auf- und Abschließen ist. Du hast darauf Lust? Dann melde dich gerne bei uns.

Beim Volleyball fehlen uns Mitspieler\*innen. Meldet euch bei Interesse gerne an, damit ihr nicht vor verschlossener Halle steht.

### TRAININGSGRUPPE

**Sonntag** Tischtennis Just for Fun 15.30-16.30 Uhr

### ÜBUNGSLEITUNG

WIR SIND AUF DER SUCHE  
MELDE DICH GERNE BEI UNS!

### TRAININGSGRUPPE

**Sonntag** Volleyball Just for Fun 17.00-18.30 Uhr

### TRAININGSORT

Turnhalle im Sport-  
und Kulturzentrum Selk

### ÜBUNGSLEITUNG

Finn Petersen  
☎ 0176 721 21 909  
@ info@tsv-selk.de

Link zur Volleyball  
WhatsApp-Gruppe





# 10 Jahre Haddeby macht Zeltlager die Jugendsparte des TSV Selk

Für jede Übernachtung in einem Zeltlager braucht es **1** Team, dass sich die vielen tollen Dinge überlegt, die gemacht werden sollen. Ein Team mit viel Herz, Kreativität, Spontanität, Empathie und so vielem mehr.

Außerdem muss dieses Team sich **2** Wochenenden frei nehmen, um all ihre Ideen zusammensetzen und zu planen. Aber nur ein Team reicht nicht.

So ein Zeltlager braucht **3** Seiten: Die Betreuer\*innen, die Lagerkinder und die Lagerleitung. Ohne die Kinder wäre so ein Lager



nämlich nicht mal halb so schön und obwohl die Betreuer\*innen alle schon groß sind, braucht so ein Team eben auch jemanden, der den Überblick behält.

Und wo wir gerade bei Teams sind: **4** Teams spielen bei Remmi-demmi, der geilsten Show der Welt gegeneinander um Ruhm und Ehre.

**5** Mal haben wir Corona getrotzt und Lager auf die Beine gestellt, während anderswo nicht mal Kindergeburtstage gefeiert werden konnten. Wir sind stolz darauf, dass das oKo, unser Vorstand sich dazu entschieden hat, diese Aktionen unter besonderen Bedingungen trotzdem stattfinden zu lassen. Und darauf, dass wir es



HELIOS Klinik Schleswig



**citytaxi**  
Schleswig



Wir sind in jeder  
Lebenslage für Sie da.  
Personenbeförderung,  
Krankenfahrten  
oder Chauffeurdienst.

**Ihr Citytaxi,**  
Christopher Götz

## Taxizentrale in Schleswig & Busdorf

**Personalförderung**

**Krankenfahrten (alle Kassen)**

**Dialyse, Chemo & Bestattungsfahrten**

**Abrechnung mit allen Kassen**

**Rollstuhltaxi (ohne Umsetzen)**

**Tag & Nacht**



**04621 - 30 70 444**



freundlich - sicher - zuverlässig /// [citytaxi-schleswig.de](http://citytaxi-schleswig.de)



geschafft haben, den Kindern und auch uns unter diesen Bedingungen eine tolle Zeit zu bereiten.



Apropos oKo - unser oberstes Komitee besteht aus **6** Leuten, die sich regelmäßig treffen und all den organisatorischen Kram besprechen und organisieren, damit die Lager dann problemlos ablaufen können. Lager wie unsere ZiT und TuHÜb, die uns sehr am Herzen liegen.

Einst mit einer TuHÜb begonnen, gab es davon inzwischen bereits **7** Stück. Und das unter immer wieder verschiedenen Projektleitungen, denn davon gab es über die Jahre **8** verschiedene Konstellationen, die wir euch später in diesem Heft noch einmal vorstellen wollen.



Wenn wir dann in unsere Lager starten, dann sind die Betreuer\*innen natürlich weit vor den Kindern da und bauen alles auf. Nach dem Lager bleiben sie dann noch eine Nacht, um alles wieder aufzuräumen. Bei einem ZiT schlafen die Betreuer\*innen daher durchschnittlich **9** Nächte auf dem Lagergelände. Da kommen über die Jahre bei einigen Betreuer\*innen weit über 150 Nächte zusammen.



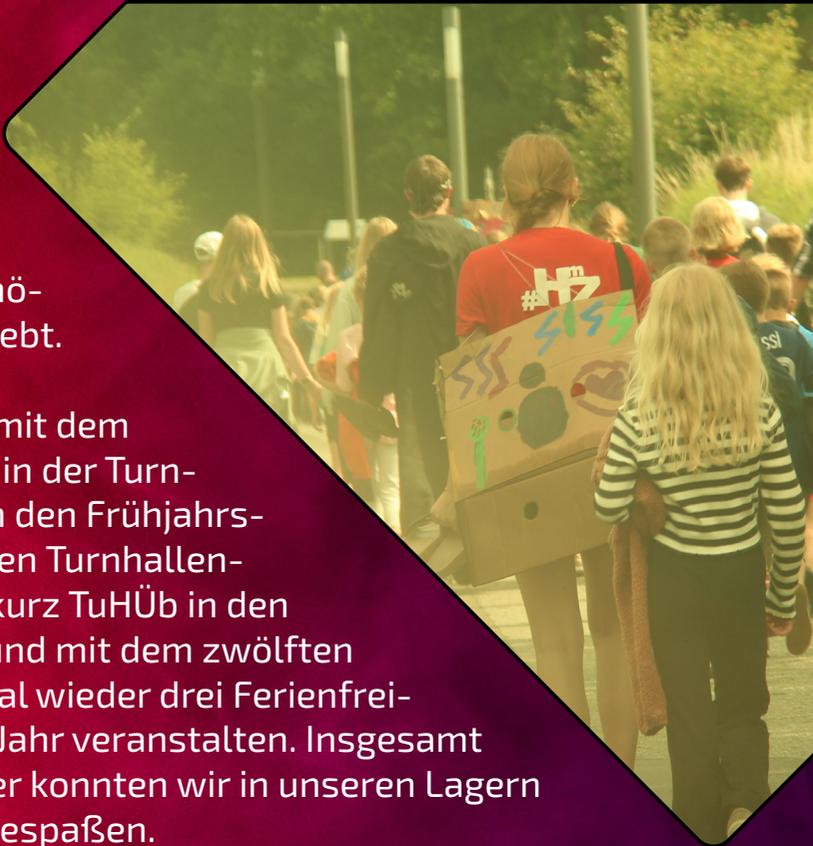
All das und noch vieles mehr ist nicht von heute auf morgen entstanden. **10** Jahre hat es gebraucht, so weit zu kommen, wie wir nun sind. 10 Jahre, die wir im letzten Jahr gebührend gefeiert haben.

2023 haben wir neben den Feierlichkeiten zu unserem 10. Jubiläum auch viele andere schöne Momente erlebt.

So konnten wir mit dem elften Zeltlager in der Turnhalle, kurz ZiT in den Frühjahrsferien, der siebten Turnhallenübernachtung, kurz TuHÜb in den Sommerferien und mit dem zwölften ZiT im Herbst mal wieder drei Ferienfreizeiten in einem Jahr veranstalten. Insgesamt knapp 180 Kinder konnten wir in unseren Lagern begrüßen und bespaßen.

Auch hier haben wir vielfach unser Jubiläum mit den Kindern zusammen gefeiert. Ob mit einem Festival samt Hüpfburg im Frühjahr, Jubiläumsshirt, Festivalband oder der ein oder anderen AG, Disco und Co. zu dem Thema.

Mit unserer ersten Osterrallye haben wir im vergangenen Jahr auch etwas neues ausprobiert und diese wurde super angenommen. Über 80 Leute haben sich auf die spannende Schnitzeljagd begeben und am Ende wurden sie für ihre Leistungen mit Keksen, Schoki und einer Urkunde, dem „Oster-Diplom“ belohnt.





Wir waren auch bei einigen Veranstaltungen im Amt zu finden. Oldtimer-treffen am 01. Mai in Gelftorf, Amtsfeuerwehrtag, 13. Jubiläum des Youngteam Haddebys, Tag der offenen Tür des Amts oder dem ersten Selker Weihnachtsmarkt im Dezember. Wir waren mit Popcorn, Spielen, Crepes oder Waffeln vor Ort.

Am 25. November dann unser Highlight, der zweite öffentliche Jubi-Ball zum 10. Jubiläum von HmZ. Knapp 80 Leute kamen in der Turnhalle zusammen und tanzten bis in die Nacht zu den Klängen von DJ Erick Ewers.

Zum Ende des Jahres in der Weihnachtszeit sind wir dann nochmal zur Höchstform aufgelaufen und haben die Kinder bei der Weihnachtsfeier des TSV beim Turnen und Basteln unterstützt. Und genau das plus Kekse verteilen war dann auch bei der letzten öffentlichen Veranstaltung, dem Weihnachts-Countdown an Heilig Abend auf der Tagesordnung. Dieses Angebot nahmen knapp über 50 Kinder an. Ein neuer Rekord!

Insgesamt ein sehr aufregendes, erfolgreiches und tolles Jahr 2023. Auf in die nächsten zehn Jahre HmZ!



# Tagespflege

## to Hus am Flieger

Telefon: 04621 9 32 42 34

Auf der Freiheit 4 | Schleswig  
[www.pflegedienst-fahrdorf.de](http://www.pflegedienst-fahrdorf.de)



*To Hus is, wo een sik wohlföhlt.*

# to Hus is to Hus

## Ambulanter Pflegedienst

*Mathias Schröder*

Telefon: 04621 9 32 42 32

Auf der Freiheit 4 | Schleswig  
[www.pflegedienst-fahrdorf.de](http://www.pflegedienst-fahrdorf.de)





# ZELTLAGER IN DER TURNHALLE 13

07. BIS 13. APRIL 2024 | IN DER TURNHALLE SELK

FÜR KIDS IM ALTER VON  
7 BIS 12 JAHREN

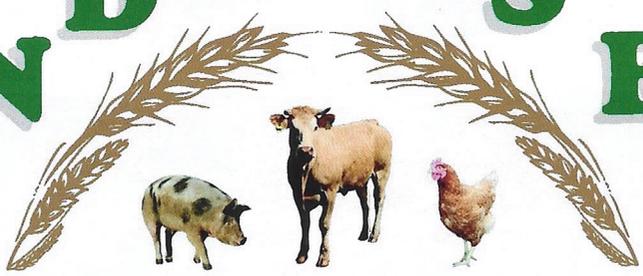
105,00 € SELBSTKOSTENBEITRAG  
85,00 € FÜR MITGLIEDER DES TSV SELK

ANMELDUNG AB DEM 25. FEBRUAR 2024

MEHR INFOS UND DIE ANMELDUNG UNTER  
[HADDEBY-MACHT-ZELTLAGER.COM](https://www.haddeby-macht-zeltlager.com)



# ANDRESEN



ökologischer Landbau



Moorredder 24 • 24884 Selk



**Verkauf ab Hof:**



Eier und Kartoffeln



# TERMINE HmZ

<b>30.03.2024</b>	Osterrallye
<b>07.-13.04.2024</b>	<b>Zeltlager in der Turnhalle 13</b>
<b>25.05.2024</b>	Beginn Jugendsammlung
<b>07.09.2024</b>	Sport- und Spielnachmittag
<b>20.-26.10.2024</b>	<b>Zeltlager in der Turnhalle 14</b>
<b>08.11.2024</b>	lange Nacht der Spiele
<b>23.11.2024</b>	öffentlicher Ball zum 10. Jubiläum HmZ
<b>13.12.2024</b>	Weihnachtsfeier
<b>24.12.2024</b>	Weihnachtscountdown für Kinder

Neben den öffentlichen Veranstaltungen trifft sich unser Team auch regelmäßig zum gemeinsamen kochen, schnacken, spielen und für Fahrten zum Beispiel zum Heide Park, der Bowlingbahn in Schleswig.

Mehr Infos zu den Veranstaltungen und das Bewerbungsformular, falls du bei uns als Betreuer\*in mitmachem willst, findest du auf unserer Website.

**HADDEBY-MACHT-ZELTLAGER.COM**



Gemeinde Selk



# STEGFEST 2024



Wann? **13.07.2024, ab 16:00 Uhr (Open End)**  
Wo? **Badestelle Selker Noor**

Kommt vorbei

- Eröffnung mit musikalischer Untermalung
- Spiel, Spaß und Spannung für die Kleinsten
- Gemütliches Beisammensein mit Getränke- und Essensverkauf

Wir freuen uns auf Euch!

Mit ♥-lichen Grüßen,  
Organisatoren- und Helferteam

**Gemeinsam für unsere Gemeinde!**

# EIN WEITER BLICK VORAUS

Das Jahr 2024 hat gerade erst begonnen und doch wagen wir schon mal einen weiten Blick ins Jahr 2025 voraus. Denn im kommenden Jahr steht uns ein rundes Jubiläum ins Haus. Genauer gesagt wird der TSV 60 Jahre jung.

Daher fangen wir langsam aber sicher an Ideen für Aktionen zu unserem Jubiläum zu sammeln. Denn unser 60. Geburtstag soll ja mindestens so schön werden wie unser 50. Jubiläum 2015. Wir erinnern uns sehr gerne an das sonnige Spiel ohne Grenzen der Vereine zum Sport- und Spiel und das große Stiftungsfest bei Reimers Gasthof zurück.

Wer sich hier einbringen will, der darf uns gerne ansprechen!





Julica Kolberg

physiotherapie

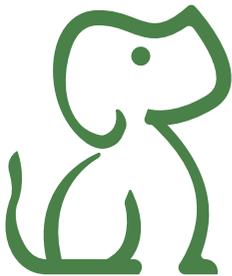
t: 04621 36 00 13

buchenweg 4

m: 0172 67 06 55 1

24884 selk

moin@physio-julica.de



Das 

Hundelandhaus



Das 

Hundelandhaus

# VERSPIELEN in der Turnhalle

23. März 2024  
19.00 Uhr

71	
	80
74	

Sahnt super Preise für eine und zwei Reihen oder gleich die volle Karte ab. Beim ersten Verspielen in der Turnhalle vom TSV Selk.

Mehr Informationen und die Platzreservierung auf unserer Website.

[tsv-selk.de/verspielen](https://tsv-selk.de/verspielen)



4		25		44	59		7
5				31	47		60
				38		52	7

# ENDLICH RUNDE SPIELEN

Ein lang gehegter Traum unserer Jugendsparte war eine eigene Outdoor-Tischtennisplatte auf unseren Sportplätzen, um endlich richtig Runde spielen zu können. Vorher wurde immer ein Feld mit Crepe-Tape in der Turnhalle genutzt. Geht auch, geht aber auch besser.

Da passte es super, dass die Gemeinde Dannewerk gerade eine Platte hinter dem Gemeindezentrum aussortieren wollte. Einziger Haken: Nur für Selbstabholer. Natürlich eine Aufgabe bei so einem Betonkonstrukt.

Dies konnten wir durch die große Hilfe von Firma Brumm Anfang des Jahres realisieren. Dafür schicken nicht nur die Betreuer\*innen, sondern vor allem die Kinder ein riesiges DANKE an die Gemeinde Dannewerk und an die Firma Brumm!

**BRUMM**  
BAUGESCHÄFT



NEUBAU • UMBAU • RENOVIERUNG • SANIERUNG • WDVS • PFLASTER • FLIESEN

Brumm GmbH  
Alter Schulweg 6  
24884 Geltorf

Telefon 04621 / 85 24 71  
Mobil 0171 / 84 38 239  
E-Mail [brumm-gmbh@gmx.de](mailto:brumm-gmbh@gmx.de)

# ZUSAMMEN STÄRKER!



Unter diesem Motto arbeiten wir schon seit Jahren mit dem OKR Geltorf-Lottorf-Selk sehr gut und gerne zusammen. Ob unkompliziertes Bereitstellen der Räumlichkeiten für den jeweils anderen bis hin zur Unterstützung bei der Organisation und Werbung von Veranstaltungen. Zusammengenommen stellen wir einiges für unsere Dörfer und Mitglieder auf die Beine.

Im letzten Jahr haben dies die Selker Vereine nochmal mehr unter Beweis gestellt und den ersten Selker Weihnachtsmarkt veranstaltet. Viele Leute waren auf den Parkplatz des Sport- und Kulturzentrums gekommen um sich mit einem Weihnachtsbaum oder Pommes, Bratwurst oder einem Punsch bei der Feuerwehr zu versorgen, der Amtsfeuerwehrkappelle zu lauschen, bei der Tombola des OKR zu gewinnen, auf dem Basar zu stöbern, einen Futjes der LaJu zu naschen oder sich einen Crêpe von uns abzuholen. Für jede\*n etwas geboten. In diesem Jahr findet der Markt wieder statt, der Termin ist derzeit noch in der Abstimmung.

In diesem Jahr weiten wir die Zusammenarbeit mit dem OKR mit unserem ersten gemeinsamen Kurs „Jumping Fitness“ aus (siehe Seite 31) und wir freuen uns schon auf den Kurs und die weitere Zusammenarbeit!

## **i** AN- UND ABMELDUNGEN

Eine An- oder Abmeldung, sowie Änderungen der Adresse oder anderer Mitglieds-, bzw. Kontaktdaten müssen schriftlich an den Vorstand erklärt werden.

Am besten und schnellsten online per Mail oder Kontaktformular auf unserer Website. Oder per Post an TSV Selk von 1965 e.V., Dorfstr. 21c, 24884 Geltorf



# Naß & Papke



Auszubildende (m/w/d)  
zur/zum Steuerfachangestellten  
gesucht

IHRE SICHEREN LOTSEN IN SACHEN STEUERBERATUNG

**Naß & Papke Steuerberater  
Partnerschaft mbB**

Haddebyer Chaussee 10  
24866 Busdorf

info@nass-papke.de  
04621-38150



## Partyservice & Catering

Wir bieten an

- warme Speisen • kalte Platten und Fingerfood • Grillbuffet • Frühstücksbuffet
- Dessert und Torten • u.v.m

**Tel. 0160 90180901**

**Böwerrech 1 • 24855 Friedrichsau**

**hofcarstensen@t-online.de**

**facebook.com/hofcarstensen**



# UNSERE TERMINE 2024

- |                |  |
|----------------|--|
| 23.03.2024     | Verspielen in der Turnhalle            |
| 28.03.2024     | <b>Jahreshauptversammlung 2024</b>     |
| 30.03.2024     | Osterrallye                            |
| 07.-13.04.2024 | Zeltlager in der Turnhalle 13          |
| 25.05.2024     | Beginn Jugendsammlung                  |
| 13.07.2024     | Stegfest Selk                          |
| 07.09.2024     | <b>Sport- und Spielnachmittag</b>      |
| 20.-26.10.2024 | Zeltlager in der Turnhalle 14          |
| 08.11.2024     | lange Nacht der Spiele                 |
| 23.11.2024     | öffentlicher Ball zum 11. Jubiläum HmZ |
| 13.12.2024     | <b>Weihnachtsfeier</b>                 |
| 24.12.2024     | Weihnachtscountdown für Kinder         |

Kommt gerne vorbei, auch wenn ihr  
(noch) kein Mitglied seid!



Mehr Infos findet ihr auf unserer Website  
**[tsv-selk.de](https://tsv-selk.de)**