

Sportangebot

Ausgabe vom 8. September 2025

Neu beim TSV Munkbrarup

Meditative Entspannung

In dieser schnelllebigen Zeit ist Entspannung ein wichtiges Thema...!

Ich zeige euch einige Entspannungstechniken zum Kennenlernen, im Sitzen, Liegen und Stehen.





Start: Mi., 05.11.2025, 17 Uhr Infos und Anmeldung:

Bettina: 0176 - 41 633029

Wo? Brombeerhof 6 (Wohnanlage)



Aerobic und Step-Aerobic	Seite	4
Aktiv 70 plus – gesund und bewegt		4
Babys in Bewegung		4
Badminton		4
neu: Basketball		5
Bauch-Beine-Po		5
Bewegung mit Musik für Kinder von 2-5 Jahren		5
Boule/Pétanque		5
Eltern-Kind-Turnen		5
Fireballs / Ballspiele für Menschen mit Behinderungen		6
Fitness-Gymnastik für Männer		6
Fitness-Stunde und Ballspiele für Männer		6
Frauengymnastik ab 60 Jahre, anschl. Wassergymnastik		6
Freizeit-Fußballtennis (Frauen und Männer)		6
Funktionsgymnastik / Damen-Seniorengruppe		7
Geräte- und Bodenturnen		7
Handball (HFF Munkbrarup)		7
Wusels-Handball für die Jüngsten (Ballgewöhnung)		7
neu: Hobby Horsing		7
Indoor Walking Sport		8
Karate für Kinder ab 8 Jahren und Erwachsene		8
Kinderturnen ab 3 – 10 Jahren		8

Leichtathletik (Trainingsgemeinschaft mit TSV Glücksburg (09) 8
Modern Line Dance	8
Aufnahmeantrag und Einwilligungserklärung Datenschutz TSV Munkbrarup e.V. (zum Herausnehmen)	9 – 12
Fußball (Nordangeln Kickers)	13
Nordic Walking	14
Online-Fitnessmix	14
Orientalischer Bauchtanz	14
Rennradsport	14
Rhönradturnen für Kinder und Jugendliche	14
neu: Roundnet (Spikeball)	14
Rückenfit, Pilates o.ä.	15
Schwimmen	15
Reha-Sportgruppe Wassergymnastik	15
Tischtennis	15
Tischtennis-Jugendtraining	16
Volleyball	16
Wellnessgymnastik für Damen und Herren	16
Yoga	16
Flyer Indoor Walking Sport	17
Vorankündigung "ActiveFit"	18
Anzeigenpartner	19
Übersicht Mitgliedsbeiträge und Kontakte zum Vorstand (Stand 01.07.25)	20

Aerobic und Step-Aerobic mit Andrea

Wann: montags 18.00 – 19.00 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Andrea: 0157 840 824 62

Aktiv 70 plus – gesund & bewegt – mit Paul

Wann: dienstags 10.00 – 11.00 Uhr (ab 07.10.25)

Wo: Dörpshus Munkbrarup

Kontakt: Paul: 0152 24 96 58 65

Babys (3-12 Monate) in Bewegung mit Deborah

Wann: donnerstags 09.30 – 10.30 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Deborah: 0177 847 48 22

Badminton

Wann: mittwochs 18.30 – 20.00 Uhr Jugend Gruppe A

und Erwachsene

20.00 – 22.00 Uhr Erwachsene Freizeit

und Turnierspieler

freitags 17.00 – 18.00 Uhr Jgd Grp A und B

18.00 – 19.30 Uhr Jgd Grp A u. Erw.

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Heiko: 01516 4400173; beisitzer3@tsv-munkbrarup.de

neu: Basketball für Anfänger mit Henry

Wann: freitags 16.00 – 17.00 Uhr (<u>ab 10.10.25</u>)

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Henry: 0157 32 12 47 90

Bauch-Beine-Po mit Ann-Christine

Wann: donnerstags 18.30 – 19.30 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Ann-Christine: 0157 82 02 53 90

Bewegung mit Musik für Kinder von 2 – 5 Jahren bei Alina

Wann: mittwochs 15.00 – 16.00 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Alina: 01515 90 39 409

Boule/Pétanque mit Dieter

Wann: donnerstags 15.00 Uhr (ab Oktober 14.30 Uhr)

Wo: Boule-Anlage am Dorfteich, Munkbrarup

Kontakt: Dieter: 01520 690 81 91

Eltern-Kind-Turnen mit Karo (Kinder bis max. 4 Jahre)

Wann: montags 15.30 – 16.15 Uhr

16.15 - 17.15 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Karo: 0160 44 12 999

Fireballs für Menschen mit Behinderung (ab 16 Jahren), Motorikund Koordinierungsschulung, verschiedene Ballspiele mit Britta

Wann: dienstags 17.00 – 18.30 Uhr

Wo: Flensburg, Sporthalle Kurt-Tucholsky-Schule

Kontakt: Anna: 0176 206 47 510; annahelmer1987@gmail.com

Fitness-Gymnastik für Männer mit Karola

Wann: dienstags 16.30 – 17.30 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Karola: 04636 1539

Fitness-Stunde und Ballspiele für Männer mit Axel

Wann: freitags 19.30 – 20.30 Uhr (Fitness)

20.30 – 22.00 Uhr (Ballspiele)

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Axel: 04631 44 44 45

Frauengymnastik ab 60 Jahre mit Alina, anschl. Wassergymnastik

Wann: mittwochs 17.00 – 18.00 Uhr Gymnastik

18.15 – 19.00 Uhr Wassergymn. (14-tägig)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle/Schwimmbad

Kontakt: Bärbel: 046 36 / 9692

Freizeit-Fußballtennis für Frauen und Männer mit Peter

Wann: dienstags 18.30 – 20.00 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Peter: 0173 94 24 755

Funktionsgymnastik, Gelenkigkeit, Muskelaufbau mit Karin

Wer: Damen-Seniorengruppe

Wann: montags 16.30 – 17.30 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Karin: 0151 50 17 01 18

Geräte- und Bodenturnen für Kinder (ab 8 Jahren) mit Runa

Wann: mittwochs 18.00 – 19.00 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Runa: 0176 611 04 062

Handball für alle (HFF Munkbrarup)

Bitte beachten: Sparte Handball nimmt Zusatzbeitrag von 3€/Monat

Wo: Flensburg, Sporthalle Kurt-Tucholsky-Schule

Kontakt: Sabine 0461 623 46, info@hff-munkbrarup.de

Wusels-Handball für die Jüngsten mit Felix (Ballgewöhnung)

Wann: dienstags 15.00 – 16.00 Uhr (3-6-jährige Kinder)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Felix 0171 81 66 110

neu: Hobby Horsing mit Alina

Wann: mittwochs 16.00 – 17.00 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Alina: 01515 90 39 409

Indoor Walking Sport mit Paul

Wann: freitags 17.15 – 18.45 Uhr (<u>ab 10.10.25</u>)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Paul: 0152 24 96 58 65

Karate für Kinder ab 8 Jahren und Erwachsene mit Günter

Wann: donnerstags 18.00 – 19.30 Uhr Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Günter: 0176 45 72 77 23

Kinderturnen ab 3 – 10 Jahren mit Alina und Felix ("Bewegungslandschaft")

Wann: donnerstags 15.00 – 15.55 Uhr (3 – 4-jährige Kinder)

16.00 – 16.55 Uhr (5 – 6-jährige Kinder) 17.00 – 18.00 Uhr (7 – 10-jährige Kinder)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle Kontakt Alina: 01515 90 39 409

Leichtathletik (Trainingsgemeinschaft TSV Glücksburg 09)

Wann: montags (nach Absprache) und mittwochs

jeweils 16.00 – 17.00 Uhr (ab 6 Jahren)

17.00 – 18.00 Uhr (ab 12 Jahren)

freitags 16.00 – 17.00 Uhr (ab 6 Jahren)

16.00 – 18.00 Uhr (ab 12 Jahren)

Kontakt: Frank: 0151 11 67 21 88 oder ruppert.frank@gmx.de

Modern Line Dance mit Karola

Wann: dienstags 18.00 – 19.00 Uhr (<u>ab 16.09.25</u>)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Karola: 04636 15 39



TSV Munkbrarup e.V.

Aufnahmeantrag

Unter Anerkennung der Satzung beantrage ich die Aufnahme in den TSV Munkbrarup

Name:	Vorname:
PLZ / Ort	Straße
Geb.Datum	Sportart:
Telefon-Nr.:	Handy-Nr.:
E-Mail:	

Mitglied im Verein: Folgende Personen melde ich hiermit zusätzlich an/ bzw. folgendes Personen sind bereits

Name: Vorname GebDatum Sportart:		ı				
	Name:	Г	Vorname	GebDatum	Sportart:	
		П				
		Г				

TSV Munkbrarup

EINWILLIGUNGSERKLÄRUNG

(Name, Vorname) (Mitgliedsnummer)

Diese Einwilligungserklärung bezieht sich auf die Veröffentlichung personenbezogener Daten von Mitgliedern in Publikationen und Online-Medien unter Beachtung des Art. 7 DSGVO. Der Verein stellt sein Vereinsleben (z.B. Sportangebote, Wettkampf-/Spielergebnisse, Feierlichkeiten,

Medien. Außerdem übermittelt der Verein Texte, Berichte und Daten an einen Medienverteiler zum Zwecke Ehrungen) in der Öffentlichkeit dar. Dazu nutzt der Verein verschiedene Kommunikationskanäle bzw. der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Ich gebe hiermit die globale Einwilligung, dass der Verein TSV Munkbrarup personenbezogene Daten (Name, Vorname, Alter, Wohnort) von mir bzw. meinem minderjährigen Kind (Nichtzutreffendes streichen) in den Medien (TSV-Website, im Sportangebot) veröffentlichen und diese Daten auch an Medien weitergeben darf.

Die im Rahmen der vorstehend genannten Zwecke erhobenen persönlichen Daten werden unter Beachtung
der Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) sowie des Bundesdatenschutzgesetzes verarbeitet, genutzt und
gespeichert. Die Entscheidung zur Veröffentlichung meiner personenbezogenen Daten habe ich freiwillig
getroffen. Mein Einverständnis kann ich nach Art. 7 DSGVO ohne für mich nachteilige Folgen verweigern bzw.

jederzeit mit Wirkung für die Zukunft in Textform gegenüber dem Vereinsvorstand widerrufen.

Datum, Unterschrift (bei Minderjährigen Unterschrift des/der gesetzlichen Vertreters/Vertreterin

Datenschutzerklärung /Einwilligungserklärung:

Bitte beachten Sie die Angaben auf der Rückseite.

Wir bitten die Punkte auf der Rückseite zu kennzeichnen und mit der Unterschrift zu

bestätigen. Ein Widerruf ist jederzeit möglich.

ᇍ	ᇊ
nittels SEPA-Lastschrift einzuziehen.:	еŗ
S	퓛
Ť	Sh
Ă	tig
Ϋ́	ec
1SE	en
sch	7
II.	Š
Ťе	≥
ij	듈
ZuZ	ĝ
ie	arı
ЭĒ	₽
∷.	e./
	Ich ermächtige den TSV Munkbrarup e.V. die Beiträge vom nachstehenden Konto
	В
	Ħ
	äg
	<
	ŝ
	na
	S
	ste
	he
	D
	en
	증
	nto

IIIIIIIIII OEI A'Easisciiiii eiiizuzieiieii	
Kreditinstitut:	BIC
IBAN-Nummer:	Kontoinhaber:
Ort / Datum:	Unterschrift
Beitrag: Eintrit	Eintrittsdatum: Mitgliedsnummer:



Fußball beim TSV Munkbrarup

...seit Januar 2025 mit der neuen Flutlichtanlage!

Senioren- und Juniorenmannschaften

A-/B-/C-/D-/E-/F-/G-Junioren und Bambinis

Altersklassen U19 bis U5

Kontakt:

E-Mail:

jugendkoordinator@nordangeln-kickers.de

Christian Boock





Anston VfL

Informationen unter

www.nordangeln-kickers.de

Nordic Walking mit Karin

Wann: dienstags 16.00 – 17.00 Uhr

Wo: Munkbrarup

Kontakt: Karin: 0151 50 17 01 18

Online-Fitnessmix mit Michaela (ab 06.10.25)

Wann: montags und mittwochs, 18.00 – 18.45 Uhr

Wo: zu Hause (mit PC/Laptop/Tablet über Microsoft Teams)

Kontakt: Michaela: 0179 90 957 00; michaela.widera@gmx.de

Rennradsport mit Tive

Wann: sonntags, ab 10.00 Uhr, Dorfplatz Munkbrarup

Wo: Raum Angeln, ca. 50 km Streckenlänge

Kontakt: Tive: 01590 63 78 123

veloracing-tsvmunkbrarup@gmx.de

Rhönradturnen für Kinder und Jugendliche mit Jasmin

Wann: dienstags 15.00 – 17.00 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Jasmin: 0178 19 82 944

neu: Roundnet (Spikeball) ab 14 Jahren mit Maikel

Wann: freitags, 16.00 – 17.15 Uhr (<u>ab 19.09.25</u>)

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Maikel: 0178 30 66 368

Rückenfit, Pilates o.ä. mit Ann-Christine

Wann: donnerstags 19.30 – 20.30 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Ann-Christine: 0157 82 02 53 90

Schwimmen Bitte beachten: Anmeldungen bitte nur per Mail an schwimmen@tsv-munkbrarup.de!

Anfängerschwimmen: dienstags 15.00 – 15.30 Uhr

mittwochs 15.00 – 17.15 Uhr

freitags 15.00 – 17.00 Uhr

Kindergarten Munkbrarup mittwochs 08.30 – 11.30 Uhr

Aqua-Fitness-Kurse montags 20.00 – 21.00 Uhr (Kurs 1)

neu: dienstags 16.00 – 16.45 Uhr (Kurs 2)

dienstags 17.15 – 18.15 Uhr (Kurs 3)

18.15 – 19.00 Uhr (Kurs 4)

donnerstags 19.00 – 19.45 Uhr (Kurs 5)

donnerstags 19.45 – 20.45 Uhr (Kurs 6)

AWO / TSV Munkbrarup dienstags 09.30 – 11.30 Uhr

Reha-Sportgruppe Wassergymnastik mit Nina

Wann: donnerstags 17.15 – 18.00 und 18.00 – 18.45 Uhr

Kontakt: Nina: 0157 80 64 01 16

Tischtennis mit Volker

Wann: montags 19.00 – 22.00 Uhr Erwachsene

dienstags 19.00 – 22.00 Uhr Erwachsene freitags 19.00 – 22.00 Uhr Erwachsene

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Volker: 04636 12 40; vodahari@t-online.de

Tischtennis-Jugendtraining mit Felix

Wann: montags, 17.30 – 18.45 Uhr

Wo: Schule Munkbrarup, kleine Halle

Kontakt: Felix: 0171 81 66 110

Volleyball mit Jan und Peter

Wann: montags (<u>Freizeitgruppe</u>) 18.30 – 20.00 Uhr (mit Jan)

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Jan: 0461 322 55, jan.guenter@mail.com

Wann: donnerstags 19.30 – 21.30 Uhr (mit Peter)

Wo: Schule Munkbrarup, große Halle

Kontakt: Peter: 04636 83 99, peter.bendixen@outlook.de,

Spartenleiter: Knut 0171 190 85 34

Wellnessgymnastik für Damen und Herren mit Karola

Wann: freitags 09.30 – 11.00 Uhr

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Karola: 04636 15 39

Yoga mit Frauke

Wann: montags 10.00 – 11.00 Uhr (Yin Yoga)

dienstags 18.30 – 19.30 Uhr (Slow Flow Yoga)

Wo: St. Laurentius Wohnanlage, Brombeerhof 6, Munkbrarup

Kontakt: Frauke: 0160 813 73 28

Es geht wieder los! INDOOR WALKING SPORT beim TSV Munkbrarup





Ahoi Sportskanonen und solche, die es werden wollen!

Ab 10. Oktober habt Ihr wieder die Chance beim "Indoor Walking Sport" Eure körperliche Fitness zu verbessern.

Frauen und Männer, die Spaß an der Bewegung und
Lust auf Ballspiele haben, ohne dabei laufen zu müssen, sind hier
genau richtig.

Im wöchentlichen Wechsel spielen wir gelenkschonend

im Gehtempo Basketball, Hockey oder Fußball immer freitags 17:15 – 18:45 Uhr in der Turnhalle Munkbrarup.

Falls Du mitmachen möchtest, ruf' an beim Übungsleiter Paul!
Mobil: 01 52 24 96 58 65



ActiveFit gesund & bewegt

Runter vom Sofa - Komm auch du mit an Bord!

Ahoi Sportskanonen und solche, die es noch werden wollen!

Der **TSV Munkbrarup** präsentiert erneut das vom Landessportverband Schleswig-Holstein (LSV) geförderte Trainingsprogramm **"ActiveFit" ab 7. Oktober 2025**. Dieses zwölf Trainingseinheiten umfassende Kursangebot wurde entwickelt, um Menschen ab 50 Jahren gesund und fit zu halten.

Die Hauptziele von **ActiveFit** sind die Verbesserung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Teilnehmenden sowie die Schaffung von wertvollen Gemeinschaftserlebnissen. Abwechslungsreiche Elemente aus den Bereichen Kraft-, Ausdauer-, Gleichgewichts-, Beweglichkeits- und Kognitionstraining werden hier kombiniert. Dieser Kurs vermittelt nicht nur den Spaß an Bewegung in der Gruppe, sondern steigert auch die allgemeine Fitness.

Kursdauer: 7. Oktober - 23. Dezember 2025 (12 Wochen)

Wann: dienstags 10 -11 Uhr - Wo: Dörpshus Munkbrarup

Der Kurs findet beim **TSV Munkbrarup** durch einen zertifizierten Übungsleiter mit DOSB-B-Lizenz statt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich, aber wünschenswert.

Bitte telefonisch bei Paul anmelden: 01 52 24 96 58 65.

Herzlichen Dank den nachfolgenden Firmen für ihre Inserate!











Beitragsgrup	Mitgliedsbeiträge pro Monat ab 01.07.2025 ppe Fälligkeit jeweils zum 1.1., 1.4., 1.7., 1.10. d.J.	mit SEPA Lastschriftmandat
1, 2, 3,	4 Aufnahmegebühr pro Person	5,00 €
1	Kinder, Jugendliche und Erwachsene bis zum vollendeten 21. Lebensjahr	11,00 €
2	Erwachsene	17,00 €
3	Familien, Ehepaare, eheähnliche Lebensgemeinschaften und Alleinerziehende mit Kind*ern bis zum vollendeten 21. Lebensjahr	27,00 €
4	passive Mitgliedschaft	3,50 €
	Bearbeitungsgebühr für Rücklastschriften und 1. Mahnung, jeweils Bearbeitungsgebühr für die 2. Mahnung Bearbeitungsgebühr für einen Mahnbescheid (Amtsgericht)	5,00 € 10,00 € 20,00 €
	LSV-Beiträge lt. aktueller Beschlüsse des LSV S-H Umlagen für einzelne Sparten werden den Erfordernissen entsprechen Wie z.B. für die Sparte Handball ein Zusatzbeitrag pro Monat i.H.v.	

Kündigungsfrist beträgt laut Satzung des TSV Munkbrarup 6 Wochen zum Quartalsschluss.

Die Kündigung muss termingerecht und schriftlich erfolgen!

Schüler, Auszubildende, Studenten, Wehrpflichtige, Bundesfreiwilligendiensttuende, sowie Personen mit einem eingetragenen GdB ab dem vollendeten 21. Lebensjahr können auf schriftlichen Antrag in eine andere Beitragsgruppe wechseln.

Impressum:

TSV Munkbrarup e.V.	Amtsgericht Flensburg: Registernummer: VR 1073
Dorfstraße 6	www.tsv-munkbrarup.de
24999 Wees	info@tsv-munkbrarup.de

Vertretungsberechtigter Vorstand	Kontakt per Mail	Telefon (tagsüber)
1. Vorsitzender Sönke Schröder	vorsitzender@tsv-munkbrarup.de	0172 45 28 712
2. Vorsitzende Karoline David	karo.david@web.de	0160 44 12 999
Kassenwart: Sven Dürre	kassenwart@TSV-Munkbrarup.de	0160 420 66 59
weitere Vorstandsmitglieder:		37/
Kinderschutzbeauftragte: Karoline David	karo.david@web.de	0160 44 12 999
Schrift-u. Pressewart: Joachim Schmidt	presse@tsv-munkbrarup.de	0176 80 64 47 87
Sportwartin: Bianca Schröder	sportwart@tsv-munkbrarup.de	
Beisitzer 1: Fußball: Peter Vistrup	p.vistrup@nordangeln-kickers.de	+45 30 66 59 23
Beisitzer 2: Handball: Sven Bartelsen	beisitzer2@tsv-munkbrarup.de	0157 52 58 12 70
Beisitzer 3: Badminton: Heiko Wolf	beisitzer3@tsv-munkbrarup.de	0151 64 40 01 73

Gültig ab 01.07.2025 gemäß Beschluss auf der Jahreshauptversammlung vom 16.05.2025