



Name: Detlev Stehr
Spartenleitung Turnen

Aktive Zeit: Seit 1990

Sparte: Turnen

Gruppenleitung: Alte Herren

zusammen mit Bernard Jakobi und Michael Weiß



Die **Turnsparte** ist eine Kooperation der Sportfreunde Aligse und des TSV Steinwedel. Als Mitglied beim SF Aligse oder dem TSV bist du automatisch bei der Turnsparte dabei und kannst mitmachen. Einfach Übungsgruppe aussuchen und los!

Für uns, die Übungsgruppe die **,Alten Herren** gehört unser gemeinsamer Sport montags zum guten Wochenstart dazu. Wir beginnen mit Ballspiel (z.B. Korbball), fahren mit Lauftraining, Kraftübungen z.B. Pilates fort und beschließen den Abend mit einer Partie Volleyball. Bei gutem Wetter



sind wir draußen im Auestadion oder auf dem Fitness-Parkour im Burgdorfer Holz. In den Ferien verabreden wir uns gerne zu Radtouren in die Umgebung.

Wir veranstalten auch für den Verein den jährlichen Wettbewerb für das **Sportabzeichen des DOSB** mit Prüfungen in verschiedenen Sportarten: z.B. Leicht-athletik, Schwimmen und Radfahren. In den Kategorien Schnelligkeit (Kurze Distanz möglichst schnell), Ausdauer (Längere Distanzen), Kraft (z.B. Kugelstoßen) und Koordination (z.B. Seilspringen) werden die Leistungen bewertet. Als Belohnung gibt es hinterher eine Urkunde und bronzene, silberne oder goldene Anstecknadeln.

Euer Detlev Stehr