Sportangebote für Kinder und Jugendliche in Nord-Neukölln

AUF DIE PLÄTZE– FERTIG– LOS!

UPDATE
06.2020

Eine Broschüre im Rahmen des Projektes
»Sport & Bewegung in der Bildungslandschaft Flughafenkiez«

Auf die Plätze, fertig, los!
Sportangebote für Kinder und Jugendliche in Nord-Neukölln

EINE BROSCHÜRE IM RAHMEN DES PROJEKTES „SPORT & BEWEGUNG IN DER BILDUNGSLANDSCHAFT FLUGHAFENKIEZ“

IMPRESSUM:
Konzept und Text
Birgit Funke
Rouvena Jennrich

FOTOS:
S.29 HS Macromedia, S.30 Texas.713, S.37 Shawn, sonst bwgt e.V.

KONTAKT:
bwgt e.V.
Brunhildstraße 12
10829 Berlin
T. 030 / 78 95 85 50
info@bwgt.org
www.bwgt.org

Quartiersmanagement Flughafenstraße
Erlanger Straße 13
12053 Berlin
T. 030 / 62 90 43 62
info@qm-flughafenstrasse.de
www.qm-flughafenstrasse.de

Berlin, Juni 2020

AUF DIE PLÄTZE ... FERTIG ... – LOS!

Ob noch im Kindergarten oder kurz vor dem Abitur – in Neukölln kann jede*r sportlich aktiv werden. Die einzige Hürde: die Qual der Wahl für eines der zahlreichen Angebote von A wie Aerobic bis Y wie Yoga. Diese Broschüre trägt die Angebote für Kinder und Jugendliche im Neuköllner Norden übersichtlich zusammen. Sie wurde im Rahmen des Soziale Stadt Projektes „Sport- und Bewegung in der Bildungslandschaft Flughafenkiez" in Kooperation mit dem QM Flughafenstraße entwickelt. Aufgeführt sind Sportvereine und Angebote sozialer Einrichtungen in Nord-Neukölln.

Natürlich sind die bekannten Sportarten vertreten, aber warum nicht mal etwas Neues ausprobieren? Vormittags in den Ring zum Kickboxen und nachmittags Rhönradturnen. Ich bin mir sicher, die Trainer*innen und Verantwortlichen in den Vereinen tun alles dafür, um ihre Schützlinge behutsam an die neue Sportart heranzuführen.

Die Vereine sind übrigens weitaus mehr als nur Sportanbieter. Sie sind auch ein sozialer Anker in den Stadtteilen und tragen wesentlich zur Entwicklung und zum Bestehen einer guten Nachbarschaft bei. In den Vereinen wird Teamgeist gelehrt und Freundschaften entstehen. Genau deshalb gehören sie zu den ersten Ansprechpartnern unserer Quartiermanagements, wenn man etwas im Stadtteil bewegen will.

Ich wünsche Ihnen und Euch viel Spaß mit den angebotenen Sportarten. Bis zur nächsten Ausgabe der Broschüre müssen wir in Neukölln nur noch eine Sportart mit Z finden.

Bezirksstadtrat Jochen Biedermann
Abteilung Stadtentwicklung, Soziales und Bürgerdienste

HERBSTOLYMPIADE
AUF DEM TEMPELHOFER FELD
11.09.2019

LIEBE KINDER, LIEBE JUGENDLICHE, LIEBE GROSSE UND KLEINE SPORTLERiNNEN* !

Endlich ist es so weit, die lange Zeit des Recherchierens, Zusammenstellens, Korrigierens hat ein Ende: die Broschüre über die vielfältigen Sportangebote in Nord-Neukölln ist fertig! Mit dabei sind Sportvereine, Angebote sozialer Einrichtungen und geförderte Projekte aus Nord-Neukölln und solchen, die direkt an das Gebiet angrenzen. In dem Gebiet gibt es gerade im Bereich Sport und Bewegung sehr viel zu entdecken, so dass diese Sammlung mit Sicherheit nicht vollständig ist. Sie bietet Euch aber einen guten Überblick über die Vielfalt der Angebote sowie der Vereine und Einrichtungen.

Alle Informationen findet Ihr auch online auf der Seite des QMs unter www.qm-flughafenstrasse.de.

Wie ist die Broschüre aufgebaut?
Alle Sport- und Bewegungsangebote sind alphabetisch nach Sportarten sortiert. Hier werden auch die jeweiligen Vereine, bzw. die Anbieter und die Altersgruppe für die die Sportart in Frage kommt genannt. Trainingsorte und Trainingszeiten könnt Ihr bei den angegebenen Kontakten erfragen. In der Rubrik Sportanbieter erfahrt Ihr mehr über den Verein, seine Abteilungen, das allgemeine Training und was dort noch so auf dem Trainingsplan steht.

Das Icon K zeigt Euch, welche Angebote für werdende oder junge Familien geeignet sind.

Angebote für den gesamten Bezirk Neukölln sind auf der Seite des Neuköllner Bezirksamtes zu finden:
www.berlin.de/ba-neukoelln/derbezirk/sportinneukoelln.html
Das Projekt und die Broschüre werden durch das Programm Soziale Stadt gefördert.

* Aus Gründen einer besseren Lesbarkeit wird im weiteren Verlauf auf eine geschlechterspezifische Unterscheidung verzichtet.

INHALT

INFORMATION ZUR SPORTART
Zielgruppe / Verein / Abteilung /
Kontakt / Hompage

10 - Aerobic
11 - Akrobatik und Artistik
12 - Aqua-Fitness
- Ausdruckstanz und Englisch (Dance Expression and English)
13 - Ballett
14 - Baseball
15 - Basketball
16 - Bogensport
- Butoh
17 - Capoeira
- Cheerleading
18 - Disc Golf
- Eishockey
19 - Floorball
20 - Fußball
21 - Handball
22 - Hockey
- Judo
- Jugger
23 - Karate
- Kickboxen / Thaiboxen
24 - Klettern
25 - Leichtathletik
26 - Musik und Bewegung
27 - PEKIP
- Pilates
27 - Rhönrad
28 - Rugby
- Rückbildungsgymnastik
29 - Rückengymnastik / Rückenschule
- Rudern
30 - Schwimmen
31 - Schwungtuch
- Selbstverteidigung - Wendo
32 - Shuffleboard
- Skating
33 - Speed Badminton
34 Sportschießen mit Luftgewehr und
- Luftpistole
35 - Tai Chi (Chuan)
36 - Tanzen
38 - Taekwondo
39 - Tennis
40 - Tischtennis
- Turnen
42 - Ultimate Frisbee
43 - Volleyball
44 - Wassergymnastik
- Yoga

Angebote für werdende / junge Familien

SPORTANBIETER

Information zu Vereinen und Abteilungen

48 - 1. FC Neukölln 1895 e.V.
- Abadá-Capoeira-Schule-Berlin e.V.
- Berliner Bäder-Betriebe

50 - Berliner Schützengesellschaft e.V.
- Berlin Tiger
- Berliner Turnerschaft Korp. - Turn- und Sportverein e.V.

51 - BSV Hürtürkel
- Cimbria Trabzonspor Berlin 1900 e.V.

52 - Dream-Team e.V.
- EBJC 1922 e.V.
- Fabiz (Familienbildungszentrum) des Nachbarschaftsheim Neukölln e.V.

53 - Frauenfußball Berlin Neukölln (DJK Frauenfußball Club Britz 09 e.V.)
- Fullcontact - Taekwando Neukölln
- Hansu e.V.

54 - Kiai – Sport und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen e. V.
- Lowkick e.V.

55 - NFC Rot-Weiß Berlin 1932 e.V.
- Olympischer Sportclub Berlin e.V.
- Rixdorfer SV Berlin e.V.

56 - Rudergesellschaft Wiking Berlin e.V.
- SC Schlaff Berlin e.V.
- Scorpions Cheerleader Berlin e.V.

57 - Shuffleboard Club
- Speedminton® Gekkos Berlin e.V.
- Street Players

58 - SV Neukölln 09
- SV Tasmania Berlin e.V.
- SV Union Südost 1924

59 - Taekwondo Elite Berlin e.V.
- Tagtigall, Zentrum für Musik und Körper Berlin
- Tatwerk Berlin

60 - Tennisclub Weiß-Rot Neukölln e.V.
- Tischtennis-Club-Berlin-Neukölln

61 - Turngemeinde in Berlin 1848 e.V. (TiB)

65 - Turn-Sport-Club Berlin 1893 e.V. (TSC Berlin)

67 - Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V. (TuS Neukölln)

VERANSTALTUNGEN

Information über offene Sportveranstaltungen

73 - X-Berger Viertelmarathon, Friedrich-Ludwig-Jahn-Lauf

NIKE
NIKE

SPORTARTEN

AEROBIC

ab 18 Jahre
Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V.
Frau Teltow
M. 0160 94 80 65 72
jennifer-teltow@gmx.de
➤ S.67

Aerobic ist ein dynamisches Fitnesstraining mit rhythmischen Bewegungen zu Musik, welches vornehmlich in Gruppen ausgeführt wird. Die einzelnen Übungen werden in einer Trainingseinheit erst einzeln wiederholt und dann vom Übungsleiter zu einer Choreographie zusammengestellt. Die Choreographie stellt eine Kombination aus Gymnastik und Tanz dar.
Die Effekte des Aerobic-Trainings sind eine Stärkung des Herz-Kreislaufsystems, eine Kräftigung der gesamten Körpermuskulatur, eine Verbesserung der Koordination und Beweglichkeit.

AKROBATIK & ARTISTIK

Akrobatik zählt zu den ältesten Körperübungen. Artistik wird hierbei als Sammelbegriff für Vorstellungen in Varietés, im Zirkus und auf anderen Veranstaltungen verwendet. Dabei kann fast jede Leistung, die den Körper ganzheitlich miteinbezieht als Akrobatik bezeichnet werden. Dazu zählen insbesondere kurze, in hohem Grade kontrollierte Bewegungen. Es können nicht nur Einzelübungen, wie Salti und komplizierte Sprünge geübt werden, sondern auch statische Figuren zu zweit oder ganze Pyramiden zu mehreren Personen. Es ist also ein Mix aus verschiedenen Elementen der Partner, Boden- und Luftakrobatik.
Akrobatik erfordert demnach eine körperliche Bewegung mit viel Konzentration, Koordination und Kondition.Ein regelmäßiges und gezieltes Training kann dazu führen, dass die ausführenden Akrobaten außergewöhnliche Leistungen an Beweglichkeit, Kraft und Übungsdarstellung (koordinatives Vermögen) erreichen.

Artistik von 2 - 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Fitness- und Gesundheitssport
Informationen am TiB-Counter
T. 030 / 61 10 10 20
info@tib1848ev.de
www.tib1848ev.de
➤ S.61

Eltern-Kind-Akrobatik
ab 5 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Fitness- und Gesundheitssport
Informationen am TiB-Counter
T. 030 / 61 10 10 20
info@tib1848ev.de
www.tib1848ev.de
➤ S.62

Tanz & Akrobatik
von 6 - 13 Jahre
Street Players
Frau Brasse
M. 01577 579 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de
➤ S.57

AQUA-FITNESS

für Jugendliche und Erwachsene
Berliner Bäder-Betriebe AöR
Stadtbad Neukölln
T. 030 / 682 49 80
www.berlinerbaeder.de
➤ S.48

Aquafitness ist ein Bewegungssport im brusttiefen oder tiefen Wasser. Im Vergleich zur Wassergymnastik ist Aqua-Fitness eher Fitness orientiert. Ziel ist es, alle Muskelpartien zu trainieren. Daher gilt Aqua-Fitness als Ganz-Körper-Workout. Das Training kann ohne oder mit Geräten durchgeführt werden und hilft Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Entspannung zu fördern. Dabei ist der Sport durch das Bewegen im Wasser sehr gelenkschonend.

AUSDRUCKSTANZ & ENGLISCH (DANCE EXPRESSION & ENGLISH)

von 8 - 13 Jahre
Tagtigall -
Zentrum für Musik und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

Beim Ausdruckstanz wird Tanzen als eine Form des Ausdrucks verstanden und der Tanz als Kunstform erfahren. Die Kinder lernen zu Tanzen, indem sie frei improvisieren und ihren eigenen natürlichen Bewegungen nachgehen. Hierbei liegt der Fokus auf der Gegenwart, der Wahrnehmung und dem körperlichen Dialog mit den anderen Tänzern. Zur gleichen Zeit lernen die Teilnehmer durch die Anleitung auf Englisch die englische Sprache. Durch dieses Eintauchen in die Sprache („languageimmersion") entwickeln sie Vertrauen in ihre eigenen Englischkenntnisse und verbessern diese. Alle Sprachniveaus sind willkommen.

BALLETT

Ballett zählt zum klassischen Tanz, der aus Körperbewegungen im Raum, Gestik und Mimik besteht. Die Fuß- und Beinarbeit bilden einen Schwerpunkt. Markantes Merkmal des Balletts sind die Spitzenschuhe. Trainiert wird an der Stange, um die Basis-Techniken zu erlernen und im freien Raum, um Sprünge, Drehungen und freie Bewegungen zu üben. Ab einem gewissen Niveau werden die einzelnen Bewegungen als Choreografie aneinander gereiht.
Die Schwerpunkte des Trainings können unterschiedlich ausgelegt sein, wie z.B. auf der Entwicklung von Musikalität und Phantasie, Erlernen von Tanzgrundlagen, Rhythmus und Raumorientierung. Das Training in der Gruppe fördert zudem das Sozialverhalten. Bei regelmäßigem Training werden Beweglichkeit und Körpergefühl verbessert.

ab 4 Jahre
Tagtigall - Zentrum für Musik und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

BASEBALL

von 6 - 18 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Baseball und Softball
Frau Brozatus
M. 0176 70 03 08 06
brozatus@berlinbraves.de
baseball@tib-rangers.de
www.tib-rangers.de
➤ S.61

Baseball ist ein Mannschaftssport und besteht aus Werfen, Fangen, Schlagen und Laufen und ist vergleichbar mit „Brennball". Das Spielfeld sieht wie ein Viertelkreis aus. Innerhalb befindet sich ein Quadrat, an jeder Ecke eine Base (Kissen). Ziel ist es, alle Bases zu berühren und zum Ausgangspunkt – der Homeplate- zurückzukehren. Dafür gibt es einen Punkt (Run). Es werden mehrere Durchgänge (Innings) gespielt, in denen die Teams jeweils einmal im Angriff und einmal in der Verteidigung sind. In der Verteidigung steht das Team auf dem Spielfeld. Der Werfer versucht den Ball so zu werfen, dass der gegnerische Schlagmann ihn nicht trifft. Trifft er doch, kann er durch die Spieler im Feld ausgemacht werden, wenn der Ball eher an der Base ist als der Läufer. Die angreifende Mannschaft versucht, den Ball weit ins Spielfeld zu schlagen und möglichst viele Bases zu erlaufen. Sind 3 Schlagleute oder Läufer ausgeschieden, wechselt das Angriffsrecht.Beim Softball ist der Ball etwas größer und die Entfernung zwischen den Bases kürzer.
Es werden die Kondition, Ausdauer, Schnelligkeit sowie Schlag- und Wurftechnikentrainiert.

BASKETBALL

Bei dem Mannschaftssport Basketball treten zwei Mannschaften in einer Halle gegeneinander an, die das Ziel haben den Ball in einen Korb zu werfen und so Punkte zu sammeln. Der Ball darf nur mir der Hand gespielt werden und nicht mit dem Fuß.
Im Training werden die Kondition, Ausdauer und Zielgenauigkeit sowie verschiedene Wurf- und Falltechniken trainiert.

von 6 – 13 Jahre
Street Players
Frau Thierer
M. 0176 558 488 03
d.thierer@street-players.de
www.street-players.de
➤ S.57

ab 7 Jahre
Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V.
Herr Wagner
T. 030 / 705 77 83
diewag@t-online.de
www.tusbasket.de
➤ S.67

alle Altersklassen
Berlin Tiger
T. 030 / 536 648 47
info@berlintiger.de
www.berlintiger.de
➤ S.50

alle Altersklassen
SV Neukölln 09
www.sv-neukoelln.de
info@sv-neukoelln.de
➤ S.58

BOGENSPORT

ab 12 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Bogensport
Herr Beret
beret-alexander@mail.ru
➤ S.62

Das Bogenschießen ist eine Schießsportart, bei der Pfeile mit Hilfe eines Bogens auf Ziele geschossen werden, wobei man durch genaueres Treffen mehr Punkte erlangt. Abwechslung wird in diesem Sport durch verschiedene Bögen und Disziplinen geboten.
Durch das Bogenschießen wird der Schütze sowohl körperlich als auch mental trainiert, da Konzentration und Körpergefühl hier genauso wichtig sind, wie feinmotorische Fähigkeiten, Ausdauer und Kraft.

BUTOH

von 18 - 60 Jahre
für Anfänger und Fortgeschrittene
Tatwerk Berlin
T. 030 / 68 32 27 70
info@tatwerk-berlin.de
www.tatwerk-berlin.de
➤ S.59

Butoh vereint Tanz und Theater und ist somit ein Tanztheater, das keine feste Form hat. Seinen Ursprung hat Butoh in Japan und in den Wurzeln des Ausdruckstanzes. Er versucht mit rationalen Prinzipien der Moderne zu brechen und ein anderes Erleben zum Ausdruck zu bringen. So wird Butoh auch als Theater des Widerstandes gegen die moderne Gesellschaft bezeichnet. Geschult wird die eigene körperliche Wahrnehmung und das Ausführung von Bewegungen, die keine feste Anleitung erhalten.

CAPOEIRA

Capoeira ist eine afro-brasilianische Kampfkunst mit Akrobatik und Musik. Verteidigungs- und Angriffsbewegungen, Musik und Akrobatik werden trainiert und im freien Capoeira-Spiel zum Dialog von zwei Spielern im Kreis. Es werden neben bodennahen Akrobatiken auch Akrobatiken in der Luft erlernt, wie z.B. Sprünge oder Salti. Capoeira gilt als Ausdruck von Lebensfreude und Freiheit mit Elementen der Selbstverteidigung. Es zielt drauf ab, den Ausführenden (Capoeirista) mental und physisch zu stärken und die innere Ausgeglichenheit sowie die soziale Integration in der Gruppe zu fördern.

von 2 - 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Fitness- und Gesundheitssport
Informationen am TiB-Counter
T. 030 / 61 10 10 20
info@tib1848ev.de
www.tib1848ev.de
➤ S.61, 63

von 4 - 50 Jahre
für Freizeit- und Leistungssportler
Abadá-Capoeira-Schule-Berlin e.V.
Instrutora Esmeralda
T. 030 / 61 20 27 36
M. 0179 454 43 53
info@abada.net
www.abada.net
➤ S.48

CHEERLEADING

Cheerleading - eine abwechslungsreiche Teamsportart bestehend aus Tanz, Akrobatik und Turnen.
Cheerleader treten sowohl bei eigens dafür ausgerichteten Wettkämpfen an, sind aber auch bei jeglichen Sportveranstaltungen als Motivatoren und Showact anzutreffen.

Ab 4 Jahre
Scorpions Cheerleader Berlin e.V.
M. 0152 287 178 22
www.scorpions-berlin.de
➤ S.56

DISC GOLF

DiscGolf, Ultimate, Freetsyle
für alle Interessierten
DFV Deutscher Frisbeesport
Verband e.V.
Herr Dorsch
discgolf@frisbeesportverband.de
www.frisbeesportverband.de

Disc Golf zählt zu den Disc-Sportarten. Ziel ist es eine Kunststoffscheibe, die Frisbeescheibe (Frisbee) von einer festgelegten Abwurfzone mit viel Geschick in einen Fangkorb aus Metall zu werfen. Insgesamt gibt es einen Kurs von meist 18 Bahnen. Es wird versucht diesen mit möglichst wenigen Würfen zu absolvieren. Trifft der erste Wurf nicht in den Korb, markiert der Spieler die Stelle, wo die Scheibe gelandet ist und spielt von dort aus weiter. Die Regeln von Disc Golf ähneln den Regeln des klassischen Golfs.
Es ist eine Sportart für Kinder ab der Grundschule bis ins hohe Seniorenalter, eignet sich für entspannte Bewegung an der frischen Luft und kann von Einzelspielern und Gruppen gespielt werden.

EISHOCKEY

von 4 - 30 Jahre
für Freizeit und Leistungssportler
Olympischer Sportclub Berlin e.V.
Herr Schauer
jugendwart@osc-berlin-eishockey.de
www.osc-berlin-eishockey.de
➤ S.55

Eishockey ist ein Mannschaftssport, der auf Schlittschuhen auf einer breiten Eisfläche gespielt wird. Allgemein besteht eine Mannschaft aus fünf Feldspielern und einem Torwart, deren Ziel es ist, den Puck (eine kleine Hartgummischeibe) so oft wie möglich mit einem Hockeyschläger in das gegnerische Tor zu befördern. Damit niemand verletzt wird, ist jeder Spieler mit einer Hockeyausrüstung geschützt.
Das Training umfasst vor allem Gleichgewichtsübungen auf den Schlittschuhen, die wichtig sind, um schnelle Reaktionen beim Spiel durchführen zu können. Hinzu kommen verschiedene Laufübungen (auch Rückwärtslaufen) und Spielübungen.

FLOORBALL

Floorball ist ein Mannschaftssport und wird oft auch als die schnellste Sportart der Welt (zu Fuß) bezeichnet. Optisch ähnelt sie dem Eishockey, wird aber in der Halle, laufend (zu Fuß) und ohne alle gefährlich wirkenden Elemente gespielt. Zur Ausstattung gehören die kurze Sportbekleidung und ein leichter Plastikschläger, dazu kommen noch ein hohler Lochball aus Plastik sowie 2 Tore und los geht das Spiel.
Aufgrund des geringen Verletzungsrisikos und der Einfachheit der Grundelemente ist Floorball eine Ballsportart für jedermann, so wie es auch seine alte Bezeichnung Unihockey – universeller Hockeysport – suggeriert.

für Mädchen von 7 – 16 Jahre
für Frauen von 12 – 40 Jahre
Berliner Turnerschaft Korp. –
Turn- und Sportverein e.V.
Frau Oelke
M. 0176 20 47 42 66
info@sg-berlin.de
www.sg-berlin.de
➤ S.50

FUSSBALL

Beim Fußball dreht sich alles um den Ball und den Teamgeist beim Mannschaftsspiel. Die Mannschaften bestehen aus Feldspielern und einem Torwart. Dabei darf der Ball nur vom Torwart mit der Hand gespielt werden. Die Feldspieler dürfen den Ball nur mit dem Fuß spielen. Im Wettkampf treten zwei Mannschaften gegeneinander an, die das Ziel haben mit dem Ball mehr Tore als die gegnerische Mannschaft zu erzielen. Im Training werden vor allem die Kondition, Reaktionsgeschwindigkeit und die Fertigkeiten mit dem Ball geschult.

für Kinder ab 4 Jahre
für Jugendliche von 8 - 18 Jahre
Frauen 17-40 J./Männer 18-40 J.
Cimbria Trabzonspor Berlin
1900 e.V., Herr Sentürk
M. 0157 87 03 61 61
www.berlintrabzonspor.jimdo.com
www.cimbria-ts.npage.de
➤ S.51

ab 4 Jahre
für Jugendliche von 8 - 18 Jahre
Männer 18-40 J./ Herren Ü-40
NFC Rot-Weiß Berlin 1932 e.V.
Herr Sava
M. 0173 430 84 87
nfcrotweiss@gmail.com
webmaster@nfcrotweiss.de
Herr Ergül, Herr Yaman
T. 030 / 623 32 46
M. 0163 724 29 67
M. 0176 84 29 82 87
www.nfcrotweiss.de
➤ S.55

von 5 - 17 Jahre
Rixdorfer SV Berlin e.V.
Herr Recep
M. 0176 626 933 86
T. 030 / 621 89 26
www.rixdorfersv.de
➤ S.55

ab 5 Jahre
für Jugendliche und Erwachsene
SV Tasmania Berlin e.V.
Herr Corr
T. 030 / 626 81 93
geschaeftsstelle@tasmania-berlin.com
www.tasmania-berlin.de
➤ S.58

von 8 - 40 Jahre
1.FC Novi Pazar Neukölln 95
Herr Barjawi
M. 0160 442 97 64
berjaoui@hotmail.de
Frau Schmidtke
M. 0176 29 59 72 89
Herr Schmidtke
M. 0157 80 37 15 04
www.fupa.net/berlin
➤ S.48

für alle Altersklassen
Frauenfußball Berlin Neukölln
(DJK Frauenfußball Club Britz 09 e.V.)
T. 030 / 669 09 087
www.frauenfussball-berlin.de
➤ S.53

ab 5 Jahre
BSV Hürtürkel
Herr Erbay
M. 0176 610 894 10
hurturkel@live.de
www.hurturkel.com
➤ S.51

SV Union Südost 1924
www.scunionsuedost.de
➤ S.58

HANDBALL

Handball ist ein Mannschaftssport, der in der Halle mit festem Boden gespielt wird. Es treten zwei Mannschaften gegeneinander an, die versuchen einen handgroßen Ball so oft wie möglich in das gegnerische Tor zu spielen um Punkte zu sammeln. Der Ball darf nur mir der Hand gespielt werden und nicht mit dem Fuß.
Im Training werden verschiedene Wurf- und Falltechniken sowie die Kondition, Ausdauer und Zielgenauigkeit trainiert.

ab 3 Jahre
für Freizeit- und
Leistungssportler
Turn- und Sportverein
Neukölln 1865 e.V.
Herr Pohland
T. 030 / 605 21 56
M. 0173 276 22 86
handball@tus-neukoelln.de
www.handballneukoell.
bplaced.net/wordpress/
➤ S.67, 68

ab 18 Jahre
für Freizeit- & Leistungssportler
Turn-Sport-Club Berlin
1893 e.V.
Herr Nadolny
T. 030 / 60 97 88 22
handball@tsc-berlin.de
www.tsc-berlin.de/handball
➤ S.65

HOCKEY

ab 4 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Hockey Abteilung
Herr Rümelin
martin.ruemelin@gmx.de
www.tib1848ev.de/sportarten/hockey
➤ S.61, 63

Beim Hockey treten zwei Mannschaften (Feldspielern und Torspieler) gegeneinander an. Gespielt wurde früher auf Naturrasen (ausnahmsweise auf Hartplätzen), inzwischen wird hochklassiges Hockey fast ausschließlich auf Kunstrasen gespielt (Vorteil ist z.B. die ebenere Oberfläche, die schnelleres Tempo und bessere Ballkontrolle ermöglicht, sowie die Wetterunabhängigkeit). Hockey ist ein Mannschaftssport, bei dem mit Holzschlägern ein kleiner Ball auf zwei Tore gespielt wird. Im Unterschied zu anderen Ballsportarten ist Hockey grundsätzlich ein körperloses Spiel, d.h. der Gegenspieler darf nicht abgedrängt oder aktiv abgeblockt werden. Beim Training verbessern die Sportler ihre Ausdauer, Reaktion und Auge-Hand-Koordination.

JUDO

Ab 5 Jahre
EBJC 1922 e.V.
erster_vorsitzender@ebjc.de
www.ebjc.de
➤ S.52

Judo ist eine japanische Kampfkunst und olympische Zweikampfsportart. Hier gilt es, den Gegner oder die Gegnerin besonders durch überraschende, geschickt angewandte Griffe zu überwinden und zu Boden zu bringen. Verwendet werden hierbei vor allem Hebel-, Fall- und Wurftechniken.

JUGGER

ab 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Jugger Abteilung
Herr Teske, M. 0173 201 174 4
teske.max@gmail.com
www.tib1848ev.de
➤ S.61, 63

Jugger ist eine Mischung aus American Football und Zweikampf: Zwei Mannschaften mit je fünf Feldspieler versuchen den Spielball (Jugg) in der Mitte des Spielfelds zu erobern und im Tor des Gegners zu platzieren. Dabei sind vier Spieler mit verschiedenen gepolsterten Spielgeräten, den sogenannten Pompfen, ausgestattet. Wer von einem solchen Spielgerät getroffen wird, kann für eine Weile nicht mehr ins Spielgeschehen eingreifen. Die fünfte Person, der Läufer trägt keine Pompfe, darf aber als einziger den Jugg in die Hand nehmen. Geschützt durch ihre Mitspieler versucht er den Jugg zu platzieren und damit zu punkten.

KARATE

Karate ist eine japanische Kampfkunst, die verschieden Schlag-, Stoß-, Tritt- und Blocktechniken beinhaltet. Nach Beherrschung der Grundtechniken werden ebenfalls Würfe und Hebeltechniken trainiert. Im fortgeschrittenen Training werden auch Nervenpunkttechniken und Würgegriffe gelehrt. Karate trägt zur Persönlichkeitsbildung und Gewaltprävention bei. Das Training in der Gruppe lehrt den Respekt vor dem Gegenüber und schult die innere Ruhe.

für Mädchen von 10 - 18 Jahre
für Jungen von 9 - 15 Jahre
für Frauen ab 18 Jahre
Kiai – Sport und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen e.V.
T. 030 / 623 23 37
M. 0172 201 79 39
info@kiai-berlin.de
www.kiai-berlin.de
➤ S.54

KICKBOXEN / THAIBOXEN

Kickboxen ist eine Kampfsportart, bei der Schlag- und Trittechniken angewendet und kombiniert werden. Im Training können sich die Teilnehmenden am Sandsack und mit Schlagkissen mit voller Kraft auspowern und ihre Kondition trainieren. In Kampfübungen werden darüber hinaus Angriffs- und Verteidigungstechniken vermittelt und mit Trainingspartnern und Trainingspartnerinnen geübt. Zum respektvollen und freundlichen Umgang miteinander gehört hierbei die Differenzierung und Kontrolle der Schlagstärke.

für Mädchen ab 12 Jahre
für Frauen ab 18 Jahre
Lowkick e.V.
Selbstverteidigung und Thai/Kickboxen für Frauen und Mädchen
T. 030 / 69 53 33 33
info@lowkick-berlin.de
www.lowkick-berlin.de
➤ S.54

KLETTERN

von 6 - 13 Jahre
Street Players
Frau Brasse
M. 0157 75 79 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de
➤ S.57

für alle Interessierten
Klettern Deutscher Alpenverein
Sektion Berlin e.V.
Frau Radix
T. 030 / 251 09 43
www.dav-berlin.de

Geklettert wird in der Stadt in speziellen Kletteranlagen, im Freien oder in Kletterhallen. Neben dem klassischen Seilklettern gibt es auch Bouldern und Speedklettern. Beim Seilklettern ist man immer zu zweit. Einer sichert vom Boden aus, währen der Andere eine bestimmte Route hochklettert. Somit spielt beim Klettern auch das Vertrauen zum Kletterpartner eine große Rolle. Beim Bouldern klettert man bodennah mit vielen Matten am Boden ohne Seilsicherung. Speedklettern ist eine Wettkampfform des Kletterns, wobei es darum geht so schnell wie möglich eine bestimmte Route zu erklimmen.
Klettern trainiert den ganzen Körper. Es werden Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Körperbeherrschung geschult.

LEICHTATHLETIK

Beim Leichtathletik-Training werden verschieden Disziplinen des Laufens, Springens und Werfens ausgeübt. Dazu zählen Disziplinen, wie Weit- oder Hochsprung, Kugelstoßen, Diskuswerfen, Speer werfen, Weitwurf, Hürdenlauf, Sprints oder Langlauf. Die verschiedenen Wettkampfdisziplinen schulen den ganzen Körper und werden im Sommer draußen an der frischen Luft trainiert. Als Breitensport ist die Leichtathletik in ihrer Vielfalt vor allem im Schulsport und beim Erwerb des Sportabzeichens zu finden.
Darüber hinaus ist in der Disziplin des Laufens der Lang- streckenlauf zu einem Volkssport geworden, der ganzjährig betrieben wird und Läufer in Lauftreffs und Volkslaufveranstaltungen zusammen bringt.

ab 5 - 14 Jahre
ab 15 - 18 Jahre
Turn und Sportverein
Neukölln 1865 e.V.
Herr Klopsteg
T. 030 / 687 35 83
M. 0151 207 566 45
Frau Wroblewski
daniela66.siefert@gmail.com
www.tus-neukoelln.de
➤ S.67, 68

von 8 - 14 Jahre
für Freizeitsportler
für Wettkampfteilnehmern aller
Leistungsklassen
Turngemeinde in Berlin 1848 e.V.
Abteilung Leichtathletik &
Triathlon
Herr Dietrich
T. 030 / 21 00 36 07
➤ S.61, 63

MUSIK & BEWEGUNG

Musikgarten und Bewegung
von 3 - 6 Jahre mit Eltern

Musik-Bewegung-Spiel im
ersten Lebensjahr
von 6 - 12 Monaten

Fabiz (Familienbildungszentrum)
des Nachbarschaftsheim
Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de
➤ S.52

Gemeinsam singen, tanzen, stampfen, klatschen, klopfen, klettern und sich wie ein Kreisel drehen. Hier entdeckt und probiert man gemeinsam mit den eigenen Kindern neue Spiele, Lieder und Bewegungen. Dabei wird Zeit gegeben, die Kinder achtsam zu beobachten,Anregungen mit nach Hause zu nehmen und sich miteinander auszutauschen.

PEKIP

Im PEKiP (Prager-Eltern-Kind-Programm) Kurs werden spielerische Bewegungs- und Sinnesanregungen für die gesunde Entwicklung Ihres Babys im ersten Lebensjahr kennengelernt. Die gezielte Beobachtung des Kindes, das Erkennen seiner aktuellen Bedürfnisse und die Begleitung seiner ersten Erkundungen stehen im Vordergrund. Fragen zum Alltag mit dem Baby können mit der Kursleiterin und den anderen Eltern besprochen werden.

ab ca. 4 - 10 Monaten & Eltern
Fabiz (Familienbildungszentrum)
des Nachbarschaftsheim
Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de
➤ S.52

PILATES

Pilates ist ein ganzheitliches Training für den Körper. Es ist verbunden mit viel Konzentration, bewusster Atmung und kontrollierten Bewegungen des Körpers durch die eigene Kraft. Das gezielte Training der Tiefenmuskulatur des Körpers von der Körpermitte (Power House) fördert die korrekte Körperhaltung, die Körperbalance und die Beweglichkeit.

von 18 - 60 Jahre
Tatwerk Berlin
T. 030 / 68 32 27 70
info@tatwerk-berlin.de
www.tatwerk-berlin.de
➤ S.59

RHÖNRAD

Das Rhönrad ist ein rundes Sportgerät, das aus zwei stabilen Reifen und dazwischenliegenden Sprossen besteht und in unterschiedlichen Größen verfügbar ist. Beim Turnen mit dem Rhönrad vollführt der Sportler akrobatische Übungen während sich das Rad dreht oder tellert wie eine Münze. Der Schwung des Rades wird für verschiedene Sprünge genutzt. Es werden alle Muskelpartien des Körpers beansprucht, zudem werden die Gelenkigkeit und Geschicklichkeit trainiert.

ab 120cm Körpergröße
Turn- und Sportverein
Neukölln 1865 e.V.
Frau Lates M. 0172 771 13 13
lates.janina@yahoo.de
➤ S.67, 68

RUGBY

für alle Interessierten
Berliner Rugby Verband e.V.
c/o Herr Lewkowitz
M. 0172 312 63 26
Herr Goessgen
M. 0172 400 63 64
www.rugby-berlin.de

Rugby ist ein Mannschaftssport. Auf einem Feld wird ein eiförmiger Ball durch den balltragenden Spieler einer Mannschaft in einen bestimmten Bereich gebracht, das so genannte Malfeld. Der Ball muss dort kontrolliert auf den Boden niederlegt werden um Punkte zu erzielen. Das Besondere an Rugby ist, dass der Ball nicht nach vorne geworfen werden darf, sondern von den Spielern durch Schnelligkeit, geschicktes Ausweichen und Kraft in das gegnerische Feld getragen werden muss.

RÜCKBILDUNGS-GYMNASTIK K

für Mütter nach der Entbindung mit ihrem Kind
Fabiz (Familienbildungszentrum) des Nachbarschaftsheim Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de
➤ S.52

Rückbildungsgymnastik hilft durch gezielte Gymnastikübungen nach der Geburt, die durch die Schwangerschaft überdehnte Bauchmuskulatur und den belasteten Beckenboden sanft aber effizient zu kräftigen und senkt das Risiko von Spätfolgen.

Rückengymnastik richtet sich an alle, die mehr für ihren Rücken tun möchten oder bereits leichte Rückenbeschwerden haben. Es ist eine Mischung aus Rumpfkräftigung, Gleichgewichts-/ Koordinations- und Entspannungsübungen.

Die Rückenschule wendet sich an die besonderen Anforderungen von Müttern. Neben dem Funktionstraining wird auch das rückengerechte Heben und Tragen des Babys besprochen und geübt.

RÜCKENGYMNASTIK/ K RÜCKENSCHULE

Rückengymnastik
für Frauen ab 18 Jahre
Lowkick e.V.
Selbstverteidigung und Thai/Kickboxen für Frauen und Mädchen
T. 030 / 69 53 33 33
info@lowkick-berlin.de
➤ S.54

Rückenschule
für Mütter mit ihrem Kind
Fabiz (Familienbildungszentrum)
des Nachbarschaftsheim
Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
➤ S.52

Rudern ist ein Kraftausdauer-Sport. Es geht beim Rudern um die Fortbewegung eines Wasserfahrzeuges durch die menschliche Krafteinwirkung unter Hilfenahmen von sogenannten Riemen oder Skulls. Die Boote können je nach Größe unterschiedlich viele Sitzplätze haben. Trainiert werden vor allem die Kraft-Ausdauer und der Teamgeist.
Voraussetzung zum Rudern ist, dass man Schwimmen kann!

RUDERN

ab 10 Jahre
Rudergesellschaft
Wiking Berlin e.V.
T. 030 / 768 54 02
buero@rg-wiking.de
www.rg-wiking.de
➤ S.56

SCHWIMMEN

ab 5 Jahre
Seepferdchenkurs und
Fortführungskurs

für Frauen aller Altersgruppen
Frauenschwimmen

für alle Interessierten
Freizeitschwimmen drinnen,
warmbaden, barrierefreies
schwimmen und saunieren

für alle Interessierten
Romantik-Schwimmen

Berliner Bäder-Betriebe AöR -
Anstalt des öffentlichen Rechts
Stadtbad Neukölln
T. 030 / 682 49 80
www.berlinerbaeder.de

für alle Interessierten
Freizeitschwimmen draußen

Berliner Bäder-Betriebe AöR -
Anstalt des öffentlichen Rechts
Sommerbad Neukölln
T. 030 / 627 88 30
www.berlinerbaeder.de

➤ S.48

Bereits seit den ersten Olympischen Spielen 1896 gehört Schwimmen zu den olympischen Disziplinen. Im Leistungssport werden vier wesentliche Schwimmstile unterschieden: das Brustschwimmen, das Kraulschwimmen, das Rückenschwimmen und das Delfinschwimmen (auch „Schmetterling" genannt). Brustschwimmen ist die grundlegende Technik des Schwimmens und ist meistens die erste Technik, die man im Schwimmkurs erlernt. Das Kraulschwimmen erfordert neben einem kraftvollen Beinschlag und Armzug die Technik zum Ausatmen unter Wasser. Das Rückenschwimmen ähnelt vom Bewegungsablauf dem Kraulschwimmen in Rückenlage. Anstrengender wird es beim Delfinschwimmen, dem kraftaufwendigsten Schwimmstil, bei dem Beine und Arme gleichzeitig auf und ab, bzw. nach vorne bewegt werden.

SCHWUNGTUCH

Das Schwungtuch ist ein großes, meist buntes Tuch, welches man in einer Gruppe durch die Luft schwingen lässt. Man kann unterschiedliche Spiele mit dem Tuch spielen, die die Phantasie der Kinder anregen und ihr Sozialverhalten stärken. Hier entsteht keine sportliche Konkurrenz, sondern es geht darum, das Miteinander zu stärken.

von 6 - 13 Jahre
Street Players
Frau Brasse
M. 0157 75 79 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de
➤ S.57

SELBSTVERTEIDIGUNG WENDO

Beim Wendo handelt es sich um eine Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen, die speziell von Frauen entwickelt wurde und einfache Verteidigungstechniken mit Selbstbehauptungsübungen kombiniert. Das Training schult die Teilnehmerinnen darin, sich selbst und ihre Umgebung wahrzunehmen und Situationen angemessen einzuschätzen. Ernste und spielerische Übungen helfen, eigene Stärken und Grenzen ausfindig zu machen, diese vorsichtig zu erweitern und die Grenzen anderer zu respektieren. Neben dem Erlernen der Sportart geht es auch darum, die eigene Persönlichkeit weiter zu entwickeln sich selbst vor Gewalt zu schützen.

Kiai – Sport & Selbstverteidigung
für Frauen und Mädchen e.V.
Frau Basso, Frau Müller
T. 030 / 62 98 69 67
M. 0172 201 79 39
kiai.berlin@email.de
www.kiai-berlin.de
➤ S.54

für Mädchen ab 4 ½ Jahre
für Frauen ab 18 Jahre
Lowkick e.V.
Selbstverteidigung und Thai/
Kickboxen für Frauen & Mädchen
T. 030 / 69 53 33 33
info@lowkick-berlin.de
www.lowkick-berlin.de
➤ S.54

für Mädchen von 10 - 12 Jahre
für Jungen von 9 - 13 Jahre
für Frauen ab 18 Jahre

SHUFFLEBOARD

Shuffleboard Club
T. 030 / 68 99 92 70
berlin@shuffleboardclub.de
www.shuffleboardclub.de
➤ S.57

In der Regel spielt man Shuffleboard zu viert, also in Teams zwei gegen zwei. Ziel des Spiels ist es, abwechselnd mit Hilfe eines sogenannten Cues, einer Art „Schieber", runde Scheiben (Disks) auf die gegenüberliegende Seite eines rechteckigen Spielfeldes zu befördern. Dort sollen sie auf markierten, möglichst hohen Punktefeldern liegenbleiben.
Die Technik ist sehr schnell erlernt und erfordert keine besonderen körperlichen Voraussetzungen. Das Spiel lebt von einer hohen Spannung und vor allem den zahlreichen taktischen Raffinessen, die man sich schnell zu Eigen macht.

SKATING

ab 6 Jahre
Inlineskaten
TSC Berlin 1893 e.V.
Herr Pfeiffer
T. 030 / 60 97 88 22
carsten.pfeiffer@tsc-berlin.de
inline-skating@tsc-berlin.de
www.tsc-berlin.de/inline-skating
➤ S.65

von 6 - 13 Jahre
Skateboard
Street Players
Frau Brasse
M. 0157 75 79 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de
➤ S.57

Skaten ist die Fortbewegung auf Rollen, die durch Inlineskates, Rollschuhe oder auf dem Skateboard ausgeführt werden kann. Zum Fahren wird ein gutes Gleichgewicht benötigt. Beim Training werden die Technik, das sichere Fahren und das Bremsen geübt. Zudem werden die Bein- und Gesäßmuskulatur sowie die Ausdauer trainiert.

Beim Inliner Angebot gibt es neben dem Spaß am Fahren, auch die Möglichkeit Hockey, Basketball, Frisbee, Slalom, Segelskaten, Drachenskaten u.v.m. auf den Skates auszuprobieren. Beim Skateboard fahren können Geübte ihr Können auf einer Rampe ausprobieren.

SPEEDBADMINTON

SpeedBadminton ist eine Kombination aus Badminton, Squash und Tennis und zählt zur Kategorie der Rückschlagspiele. Trainiert wird auf einem Spielfeld mit festem Untergrund in der Halle oder draußen und ohne Netz in der Mitte. Besonders wichtig für ein gelungenes Spiel sind die richtige Schlagtechnik, gute Kondition und korrekte Bewegungsabläufe.

von 10 - 70 Jahre
für Freizeit- und
Leistungssportler
Speedminton® Gekkos
Berlin e.V.
Herr Zimmermann
M. 0157 71 96 24 11
vorstand@gekkos-berlin.de
info@gekkos-berlin.de
www.gekkos-berlin.de
➤ S.57

SPORTSCHIESSEN MIT LUFTGEWEHR UND LUFTPISTOLE

ab 12 Jahre
Berliner Schützen-
gesellschaft e.V.
Herr Neumann
T. 030 / 26 07 91 09
vorsitzender@bsg1882.de
www.bsg1882.de
➤ S.50

Sportschießen ist eine olympische Sportart bei der der sportliche Umgang mit Schusswaffen trainiert wird. Sportliches Schießen bedeutet Schießen nach bestimmten Regeln, die Waffe wird dabei – entgegen ihrem militärischen oder jagdlichen Ursprung – als Sportgerät verwendet.
Ziel des Sportschießens ist es, die Mitte einer Schießscheibe, durch Einklang von Körper (statischem Aufbau und Körperbeherrschung) und Geist (innere Ruhe und Kontrolle von äußeren Einflüssen), zu treffen.

TAI CHI (CHUAN)

Tai Chi ist eine traditionelle Bewegungs- und Kampfkunst aus China, die eine meditative und ganzheitliche Wirkung für den Körper und die Seele hat. Es wird auch als „Schattenboxen" bezeichnet, da es für den Betrachter so aussieht, als kämpfe man gegen den eigenen Schatten. Es zielt darauf ab Harmonie in der eigenen Bewegung zu erreichen. Neben dem meditativen Aspekt geht es um Selbstverteidigung und Gesundheitsförderung. Meistens werden bestimmte Bewegungsabfolgen und Stellungen (zum Beispiel: „Die Schlange kriecht am Boden" oder „Der Kranich breitet seine Flügel") hintereinander gereiht und je nach Schwierigkeitsgrad angepasst.

für Jugendliche und Erwachsene
Tagtigall - Zentrum für Musik und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

für Frauen ab 18 Jahre
Lowkick e.V.
Selbstverteidigung und Thai/ Kickboxen für Frauen und Mädchen
T. 030 / 69 53 33 33
info@lowkick-berlin.de
www.lowkick-berlin.de
➤ S.54

für Anfänger und Fortgeschrittene
Turngemeinde in Berlin 1884 e.V.
Budo-Abteilung, Herr Bilger
M. 0160 317 41 40
➤ S.62

TANZEN

Standardtänze und Lateinamerikanische Tänze
für Kinder und Jugendliche
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Frau Wähner
M. 0157 78 94 30 94
sportwart@btc-gruen-gold.de
➤ S.61, 64

Kindertanz
von 2 - 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Abteilung Fitness- und Gesundheitssport
Informationen am TiB-Counter
T. 030 / 61 10 10-20
info@tib1848ev.de
➤ S.61, 63

Klassischer Kindertanz
ab 5 Jahre
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Frau Wähner
M. 0157 78 94 30 94
sportwart@btc-gruen-gold.de
➤ S.61, 64

Tanzstile gibt es in verschiedensten Variationen. Die Standardtänze umfassen Tango, Langsamer Walzer, Wiener Walzer (schneller Walzer), Foxtrott, Quickstep und Slowfox. Die Lateinamerikanischen Tänze – kurz Latein genannt - umfassen Cha-Cha-Cha, Rumba, Samba, Jive und Paso Doble. Dabei zählen die Standard- und Lateintänze zu den Paartänzen und bilden gemeinsam einen Großteil der Tänze des Welttanzprogramms.

Beim Kindertanz werden spielerisch Grundkenntnisse aus dem klassischen Tanz erarbeitet und die Kreativität der Kinder in Bewegungen umgesetzt. Die Kinder werden schrittweise an die Standard und Lateinamerikanischen Tänze heran geführt. Es geht darum den Kindern Spaß an Bewegung zu Musik sowie tänzerische Fähigkeiten wie Koordination, Balance und Rhythmusgefühl zu vermitteln.

Improvisation bedeutet die Augenblickschöpfung, das mit den vorhandenen Mitteln, ohne vorherige Planung Ausführen einer Handlung- einer Bewegung.
Körperliche und mentale Aufmerksamkeit sind das Fundament einer kraftvollen Tanzimprovisation. Geschult wird die Sensibilisierung der eigenen Körperwahrnehmung, Balance, Drehungen, Sprünge und das geschmeidige sowie impulsive Bewegen.

Beim kreativen Kindertanz bewegen sich die Kinder, ausgehend von verschiedenen Rhythmen, Geschichten und Liedern. Unterschiedliche Körperspiele, Rhythmusübungen, Tanzen zu Musik und Spiele fördern die Sinneswahrnehmungen, bewegte Fantasiereisen und Gruppenspiele. Sie variieren dabei mit Tempo, Intensität, Emotion und erlernen kleine Bewegungssequenzen und Tänze. Sie durchlaufen in Bewegung Themen wie Märchen, Gefühle, Tiere, Zirkus und die Jahreszeiten.

Im Kurs können die Kinder Koordination, Beweglichkeit, Vorstellungskraft und körperlichen Ausdruck weiterentwickeln.

Zeitgenössischer Tanz (Contemporary Dance) ist im Allgemeinen ein Sammelbegriff für die moderne Bühnentanzkunst. Im Vordergrund steht die individuelle Auseinandersetzung mit zeitgenössischem Tanz. Techniken des Zeitgenössischen Tanzes werden erlernt und verinnerlicht. Dabei wird der Lust am Tanz zur Musik Raum gegeben.

Tanzimprovisation
Zeitgenössischem Tanz
von 18 - 60 Jahre
für Anfänger + Fortgeschrittene
Tatwerk Berlin
T. 030 / 68 32 27 70
info@tatwerk-berlin.de
www.tatwerk-berlin.de
➤ S.59

Kreativer Kindertanz
von 3 - 5 Jahre
Fabiz (Familienbildungszentrum)
des Nachbarschaftsheim
Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de
➤ S.52

Kreativer Kindertanz
von 4 - 7 Jahre
Tagtigall - Zentrum für Musik
und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

TAEKWONDO

Taekwondo ist eine koreanische Kampfsportart mit dem Schwerpunkt auf Fußtechniken. Auf Kopfhöhe gedreht, gesprungen, doppelt oder dreifach und Fausttechniken, vor allem Faustständer zum Angriff und Blocks zur Verteidigung. Geduld, Respekt vor dem Gegenüber, Erkennen der eigenen Schwächen und Stärken, Selbstdisziplin sind nur einige Aspekte, mit denen sich der Sportler im Training auseinandersetzen muss. Wettkampftaekwondo ist schnell, technisch und taktisch anspruchsvoll und sehr spannend. Wird Taekwondo richtig gelehrt und erlernt, wird es zur Charakterschule.

ab 4 Jahre
Hansu e.V.
Herr N. Özsavas
Herr S. Özsavas
T. 030 / 685 46 43
M. 0176 84 59 99 33
treagleempire@me.com
www.facebook.com/pages/Hansu-eV
➤ S.53

ab 4 Jahre
Fullcontact – Taekwando Neukölln
T. 030 / 664 42 43
M. 0173 648 36 76
taekwando-neukoelln.de
kontakt@tsv-rudow.de
➤ S.53

ab 6 Jahre
Taekwondo Elite Berlin e.V.
Herr Fröscher
T. 030 / 692 94 36
M. 0179 773 68 10
tkd-elite-berlin@web.de
www.tkd-elite-berlin.de
➤ S.59

TENNIS

Tennis ist ein Rückschlagspiel, bei dem zwei bis vier Spieler mit einem Schläger einen gelben Filzball über ein Netz ins gegenüberliegende Tennisfeld spielen. Gespielt wird hierbei auf unterschiedlichen Untergründen wie Sand/ Asche, Rasen und Hartplatz.
Neben der Ausdauer und Kraft werden beim Tennis zahlreiche motorische und koordinative Fähigkeiten wie Reaktionsschnelligkeit, Gleichgewicht und Differenzierungsfähigkeit geschult. Bei Übungen wie im Wettkampf werden die Spieler dabei in taktischen, technischen und mentalen Elementen geschult und soziale Verhaltensregeln wie das Befolgen von Regeln und Fairness vermittelt.

ab 4 Jahre
Tennisclub Weiß-Rot Neukölln e.V.
T. 030 / 606 32 99
Herr Schnell
M. 0172 383 84 42
Herr Klump
M. 0176 23 46 01 60
tc-weiss-rot@gmx.de
www.tc-weiss-rot.de
➤ S.60

von 4 - 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Herr Kensbock
M. 0171 148 22 96
jugendwart@tib-tennis.de
➤ S.61, 64

ab 16 Jahre
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Herr Orth T. 030 / 785 43 63
zeugwart@tib-tennis.de
(Teilnahme nur nach erfolgter Anmeldung und Aufnahme möglich!)
➤ S.61

TISCHTENNIS

ab 6 Jahre
für Rollstuhlfahrer geeignetes Angebot verfügbar
Tischtennis-Club-Berlin-Neukölln
Herr Eisenfeld
T. 030 / 686 23 62
ttc-berlin-neukoelln@freenet.de
www.ttc-neukoelln.de
➤ S.60

Tischtennis wird auf einer Tischtennisplatte, die mit einer Netzgarnitur in der Mitte getrennt ist, gespielt. Jeder Spieler ist ausgestattet mit einer Tischtenniskelle, die dazu dient den federleichten Tischtennisball zum Gegner zurückzuspielen. Je geschickter das Rückspiel des Balles geführt ist, desto eher veranlasst man den Gegner Fehler zu machen und damit den Ballwechsel zu gewinnen.
Traditionell spielen zwei Spieler gegeneinander. Allerdings können auch mehrere Spieler gegeneinander antreten.

TURNEN K

Turnen und Fitness für Jungen
für Jungen ab 6 Jahre
Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V.
Frau Becker M. 0179 666 20 85
➤ S.67, 69

Freizeit- oder wettkampf-orientiertes Turnen ab 5 Jahren
TSC Berlin 1893 e. V.
Abteilung Turnen
T. 030 / 60 97 88 22
www.tsc-berlin.de/turnen
turnen@tsc-berlin.de
➤ S.65, 66

Unter dem Begriff Turnen verstecken sich viele einzelne Disziplinen, die in der Halle durchgeführt werden und die Kondition, koordinativen Fähigkeiten und die Muskelkraft trainieren. Oft gehört auch eine gute Portion Mut und Ehrgeiz dazu, um Übungen auszuführen. Am bekanntesten ist das Gerätturnen. Dazu zählen das Training an den folgenden Geräten: Boden, Minitrampolin, Sprungtisch, Reck, Ringe, Schwebebalken, (Stufen-)Barren, Pauschenpferd, Bock etc.. Trainiert wird in einer Gruppe, die sich zunächst gut aufwärmen und dehnen muss, dann geht es an die Geräte. Hier erfolgt das Training in der Gruppe mit Hilfestellung.
Kinder mit Liebe zur Bewegung und Beweglichkeit an Geräten, die Freude am Erlernen akrobatischer Übungen haben und den Mut mitbringen, Dinge auszuprobieren, finden im Turnen vielleicht genau ihren Sport.

Beim Eltern-Kind-Turnen werden die Kinder von ihren Eltern beim Turnen begleitet. Dort lernen die Kinder gemeinsam

mit ihren Eltern die Vielfalt des Kinderturnens kennen. Die Unterrichtseinheiten können unterschiedlich aufgebaut sein, zum Einsatz kommen verschiedene Materialien/ Geräte, Fingerspiele, Bewegungslieder und Bewegungslandschaften. Im Vordergrund steht dabei immer das Sammeln vielseitiger Bewegungserfahrung. Durch viel Nachahmen und Ausprobieren werden die motorischen und sozialen Fähigkeiten der Kinder geschult.
Die Altersgruppen für das Eltern-Kind-Turnen können variieren und sind beim Übungsleiter zu erfragen.

Geräteturnen für Mädchen und Frauen von 2 ½ - 20 Jahre
Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V.
Frau Kirkoff
T. 030 / 66 70 92 76
renate.kirkoff@tus-neukoelln.de
➤ S.67, 68

Eltern-Kind-Turnen für Kinder ab Laufalter mit Elternteil
TSC Berlin 1893 e.V.
Frau Hilprecht
T. 030 / 662 15 64
elkes.boxs@yahoo.de
www.tsc-berlin.de/turnen
➤ S.65, 66

Kleinkindturnen ab 2 Jahren
TSC Berlin 1893 e.V.
Abteilung Turnen
T. 030 / 60 97 88 22
www.tsc-berlin.de/turnen
turnen@tsc-berlin.de
➤ S.65, 66

Sport, Spiel & Spaß ab 2,5 Jahre
Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V.
Frau Becker
➤ S.67

ULTIMATE FRISBEE

Ultimate Frisbee zählt zu den Disc-Sportarten. Es ist ein technisch wie konditionell anspruchsvoller Mannschaftssport mit einer flachen Kunststoffscheibe, der Frisbeescheibe (Frisbee) und wenig Körperkontakt. Gespielt wird auf einem längs geteilten Fußballfeld, von dem wiederum ungefähr auf Höhe der Strafräume quer zwei Endzonen abgeteilt sind. Es spielen zwei Teams zu je sieben Feldspielern gegeneinander, die ohne Schiedsrichter auskommen. Hier heißt es „Fair Play" und Spaß am Spiel. Beim Training werden verschiedene Wurftechniken und die Zielgenauigkeit sowie der Teamgeist geschult.

für Kinder und Erwachsene
Turngemeinde in Berlin
1848 e.V.
Herr Trapp
T. 0171 370 77 75
ultimate@tib1848ev.de
www.tib1848ev.de
➤ S.61, 64

von 6 - 13 Jahre
Frisbee
Street Players
Frau Brasse
M. 0157 75 79 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de
➤ S.57

VOLLEYBALL

Volleyball ist eine Mannschaftssportart, bei dem sich zwei Mannschaften auf einem Feld gegenüber stehen, das in der Mitte durch ein breites Volleyballnetz getrennt ist. Ziel ist es, den Ball so über das Netz zu spielen, dass er auf der gegnerischen Seite im Spielfeld auf den Boden fällt. Beim Spielen darf der Ball nur kurz berührt werden. Traditionell wird der Volleyball mit den Händen oder den Armen gespielt, seit einigen Jahren dürfen aber auch Füße zum Einsatz kommen.
Im Training werden verschiedene Ballannahme- und Schlagtechniken geübt. Zudem wird das genaue Zuspielen des Balles, die Sprungkraft, Kondition und das Spielen im Team trainiert.

ab 18 Jahre
TSC Berlin 1893 e.V.
Herr Schröder
T. 030 / 890 43 98 80
M. 0173 736 22 44
jschroeder@zsh.de
www.tsc-berlin.de/volleyball
➤ S.65, 66

ab 18 Jahre
Turn und Sportverein
Neukölln1865 e.V.
Herr Spörndle
T. 030 / 686 66 21
spoerndle@wilma-rudolph.de
tus.neukoelln.volleyball@
gmail.com
Frau Hucke
T. 030 / 68 08 52 55
www.tus-neukoelln.de
➤ S.67, 69

SC Schlaff Berlin e.V.
T. 030 / 625 40 12
info@sc-schlaff-berlin.de
www.sc-schlaff-berlin.de
➤ S.56

ab 18 Jahre
Dream-Team e.V.
Thorwaldsenstr. 6
12157 Berlin
kontakt@dream-team-ev.de
www.dream-team-ev.de
➤ S.52

WASSERGYMNASTIK

für alle Altersstufen – offenes Kursangebot, Teilnahme jeder Zeit möglich
Berliner Bäder-Betriebe AöR - Anstalt des öffentlichen Rechts
Stadtbad Neukölln
T. 030 / 682 49 80
www.berlinerbaeder.de
➤ S.48

Wassergymnastik ist ein rücken- und gelenkschonender Bewegungssport im brusttiefen Wasser, der für alle Altersstufen geeignet ist. Durch das Training wird das Herz-Kreislaufsystem und die Muskulatur trainiert. Das Training kann ohne oder mit Geräten durchgeführt werden und trainiert die Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, reduziert den Körperfettanteil, strafft die Muskulatur und verbessert die Koordination und Kondition.

YOGA

von 18 - 60 Jahre
Tatwerk Berlin
T. 030 / 68 32 27 70
info@tatwerk-berlin.de
www.tatwerk-berlin.de
➤ S.59

Morning/Evening Yoga
für Jugendliche und Erwachsene
Tagtigall - Zentrum für Musik und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

Yoga ist eine Bewegungsform und Philosophie aus Indien, die es bereits seit ca. 3000 Jahren gibt. Der Begriff Yoga bedeutet vereinfacht „Einheit und Harmonie".
Die Bewegungsabläufe sollen den Körper, den Geist und die Seele verbinden, um den Menschen als Einheit wahrzunehmen. Grundlegend geht es um Bewegungen, Spannung, Entspannung und bewusstes Steuern der Atmung. Die positive Wirkung von Yoga spiegelt sich in der Beweglichkeit, der Körperwahrnehmung und vielen anderen Bereichen wieder.

Hatha und Raja Yoga hat einen freudvollen, facettenreichen und ganzheitlichen Ansatz. Es kombiniert Elemente anderer Yogastile und Heiltraditionen. Mal sanft, mal dynamisch, von spielerisch bis konzentriert. Raum zum Loslassen und zum Bei-Dir-Ankommen.

Vinyasa Flow Yogaist eine besonders dynamische und fließende Yoga- Form, wobei Bewegungsabfolgen sinnvoll und fließend aneinander gereiht werden. Diese dynamischen Übungsabfolgen fördern die Kraft, Flexibilität, Balance, Konzentration und Entspannung.

Hatha und Raja Yoga
für Jugendliche und Erwachsene
Tagtigall - Zentrum für Musik
und Körper
Herr und Frau Sylla
T. 030 / 60 03 47 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de
➤ S.59

ab 14 Jahre offene Yogastunde
ab 18 Jahre Vinyasa Flow Yoga
offene Klasse
Fabiz (Familienbildungszentrum)
des Nachbarschaftsheim
Neukölln e.V.
T. 030 / 40 03 78 84
j.reissner@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de
➤ S.52

SPORTANBIETER IN NORD-NEUKÖLLN

➢ S.20

1. FC Neukölln 1895 e.V.
Britzer Damm 83
12347 Berlin
M. 0160 442 97 64
www.1fc-neukoelln.net

Der 1.FC Neukölln 1895 e.V. ist ein Fußballverein, der Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit bietet, ihre Freizeit sinnvoll mit Teamsport zu verbringen. Erklärtes Ziel des Vorstands und des Trainers der 1. Herren-Mannschaft ist es, die höchste Berliner Spielklasse zu erreichen. Integration wird beim 1.FC Neukölln groß geschrieben.

➢ S.17

Abadá-Capoeira-Schule-Berlin e.V.
Urbanstraße 93, HH, 3.OG
10967 Berlin
T. 030 / 61 20 27 36
M. 0179 454 43 53
info@abada.net
www.abada.net

Die Abadá-Capoeira-Schule-Berlin versteht sich als Verbreiter der Capoeira-Kunst und -Kultur mit ihrer intensiven Energie und Lebensfreude. Kinder und Erwachsene verschiedener kultureller Hintergründe sind hier sehr willkommen und finden einen Platz im gemeinsamen, nach Alter und Leistung (vom Hobby- bis zum Leistungssportler) differenzierten Training.
Mindestens einmal monatlich werden Fahrten zu Capoeira-Events mit befreundeten Gruppen veranstaltet, darüber hinaus werden jährlich die Abadá- Capoeira-Europameisterschaften besucht und alle zwei Jahre die Abadá- Capoeira-Weltmeisterschaften. Alljährlich wird die eigene Kordelverleihung in Berlin veranstaltet.

➢ S.12, 30, 44

Berliner Bäder-Betriebe AöR -
Anstalt des öffentlichen Rechts
Stadtbad Neukölln
Ganghoferstraße 3
12043 Berlin
T. 030 / 682 49 80
www.berlinerbaeder.de

Das Stadtbad Neukölln wird von den Berliner-Bädern betrieben und bietet verschiedene Bewegungs-Kurse an, die sich an Kinder und Erwachsene richten. Bereits bei seiner Eröffnung 1914 zählte das Stadtbad Neukölln zu den schönsten Bädern Europas. Das Bad verfügt über eine große Halle (Beckenlänge: 25m, Nichtschwimmerbereich) und eine kleine Halle (Beckenlänge: 19m, Nichtschwimmerbereich). Beide Hallen sind mit ihren Travertinsäulen, Wandelgängen und Mosaiken ein Abbild antiker Vorbilder. Zum Bad gehört eine weitläufige Saunalandschaft mit Massage- und Ruheräumen, Dachgarten sowie einer Cafeteria. Hier erwartet die Besucher römische Sauna

kultur in antikem Ambiente. Wärmebäder, eine Kräutersauna, ein Sanarium mit Kristalllichtern in wechselnden Farbtönen sowie Trocken- und Dampfsaunen laden zum Entspannen ein. Zudem ist das Bad als barrierefrei ausgezeichnet. Die Eingangstür öffnet elektrisch, es gibt einen Fahrstuhl (Schlüssel an der Kasse), eine Behindertendusche/WC und einen Hublift in der kleinen Halle. Die Sauna ist in manchen Bereichen ebenfalls mit dem Rollstuhl erreichbar. Es sind 2 Behindertenparkplätze vor dem Schwimmbad vorhanden. Aktuelle Infos zu Öffnungszeiten, Eintrittspreise und Angebote finden Sie auf der Homepage.

Seepferdchenkurs und Fortführungskurs ➤ S.30
Beim Seepferdchenkurs werden Kinder ab 5 Jahren für das Schwimmen vorbereitet und qualifiziert. Um das Frühschwimmerabzeichen „Seepferdchen" zu erhalten, müssen die folgenden Leistungen erbracht werden: 25 Meter schwimmen. Sprung vom Beckenrand ins Wasser, Heraufholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser.

Frauenschwimmen ➤ S.30
Beim Frauenschwimmen sind die Bahnen in der kleinen Halle des Neuköllner Schwimmbades an gesonderten Tagen und zu bestimmten Zeiten nur für Frauen reserviert. Das Schwimmangebot ist offen und ohne Trainer. Während des Frauenschwimmens wird die kleine Halle durch weibliches Personal betreut.

Freizeitschwimmen, warmbaden, barrierefreies schwimmen und saunieren ➤ S.30
Das Stadtbad Neukölln bietet allen Freizeitschwimmern durchgehend Warmbaden (30°C Wassertemperatur) in beiden Hallen an. Es gibt auch die Möglichkeit zum barrierefreien Schwimmen und Saunieren.

Romantik-Schwimmen ➤ S.30
Bei gedämpften Licht und leiser Musik können Sie beim Schwimmen entspannen und die einzigartige Atmosphäre in dem historischen Bad genießen.

Das Sommerbad Neukölln bietet ein 50m Schwimmbecken, eine Sprunganlage mit 1 + 3m Sprungbrett sowie 5 + 10m Plattform. Besonderes Highlight ist die 83m Rutsche. Ein Babybecken und Kinderrutsche, ein Wasserpilz sowie ein Mehrzweckbecken laden auch kleine Badegäste ein. Liegewiese, Imbiss und Kinderspielplatz runden das Angebot ab und sorgen für Spaß und Erholung für Jung und Alt. Die Öffnungszeiten finden Sie auf der Homepage: www.berlinerbaeder.de

➤ S.30

Berliner Bäder-Betriebe AöR -
Anstalt des öffentlichen Rechts
Sommerbad Neukölln
Columbiadamm 160
10965 Berlin
T. 030 / 627 88 30
www.berlinerbaeder.de

➤ S.34

Berliner Schützengesellschaft e.V.
Geschäftsstelle
Kantstraße 108, 10627 Berlin
T. 030 / 26 07 91 09
Schützenhaus und Sportanlage
Oderstraße 18, 12051 Berlin
T. 030 / 625 70 92
info@bsg1882.de
www.bsg1882.de

Die Berliner Schützengesellschaft - BSG ist ein Schützenverein mit Tradition. Die Geselligkeit und das traditionelle Königsschießen stehen hier genauso im Vordergrund, wie der Schießsport selbst.
Wer Lust auf eine Schnupperstunde hat, ist herzlich eingeladen bei m Trainingstag am Mittwoch von 17-20 Uhr vorbei zu schauen. Es werden lediglich feste Schuhe und einen Pullover benötigt, alles andere wird gestellt.

➤ S.15

Berlin Tiger
Körtestraße 15
10967 Berlin
T. 030 / 53 66 48 47
info@berlintiger.de
www.berlintiger.de

Berlin Tiger wurde 2009 nach Abspaltung der Basketballabteilung von der Berliner Turnerschaft unter dem Namen gegründet. Im Vordergrund stehen die Förderung von Jugendspielern aller Altersklassen zum Erreichen der höchstmöglichen Ziele. Primär geht es dem Verein darum, Kinder für Basketball als Sport begeistern und sie somit einen Ausgleich zur Schule haben. Spaß, Freundschaft und Zusammenhalt stehen im Vordergrund. Wer einfach gerne in die Halle kommen und zocken möchte, kann sich der Freizeitgruppe anschließen. Hier werden 5 Termine/ Woche angeboten, die beliebig oft besucht werden können.

➤ S.19

Berliner Turnerschaft Korp. - Turn- und Sportverein e.V.
Buschkrugallee 163
12359 Berlin
T. 030 / 665 19 92
info@berlinerturnerschaft.de

Die Berliner Turnerschaft (kurz BT) wurde 1863 gegründet und bietet ein breites Sportangebot im Bereich des allgemeinen Turnens (Gerätturnen, Eltern-Kind-Turnen, Rhönradturnen), Floorball (Unihockey), Gymnastik/ Fitness, Tanzen und Show, Leichtathletik, Schwimmen, Faustball, Handball, Volleyball und Rudern. Den Mitgliedern und ihren Angehörigen steht darüber hinaus ein vereinseigenes Bootshaus mit Gastronomie zur Verfügung. Zudem organisiert der Verein neben den regulären wöchentlichen Angeboten jedes Jahr zahlreiche zusätzliche Veranstaltungen, Turniere und Freizeiten für Kinder und Jugendliche z.B. den „Wedding Cup", das größte Faustballturnier der Welt oder den „Frühlingsball des Sports". ➤

Floorball ➤ S.19

Die Floorball-Abteilung der Berliner Turnerschaft fördert bislang den Damen- und Mädchensport. In den Teams finden sich von alten Hasen bis Neueinsteigern alle Leistungsstufen – es ist für jeden etwas dabei. Das Training besteht aus einer Erwärmung, ein paar Übungen und natürlich dem Spiel am Ende der Trainingseinheit. Es wird immer als Mannschaft, also mit einer Gruppe von Leuten trainiert.
Im Sommer werden Trainingstage organisiert oder es finden Fahrten zu Turnieren statt.
Zum Training sind auch Neueinsteiger herzlich willkommen, mit Schlägern wird am Anfang ausgeholfen.

➤ S.20

Der Verein unterstützt verschiedene Aktionen des Berliner Fußballverbandes und versucht mit verschiedenen Projekten die Jugendliche weg von den Straßen auf den Sportplatz zu locken. Er fühlt sich nicht nur als ein Verein, sondern als eine große Familie und möchte Sport, Spiel und Spaß zusammen fördern. Es gibt verschiedene Leistungsmannschaften im Jugendfußball, aber auch der Breitensport wird gefördert. Aktuell gibt es 6 Großfeldfeldjugendmannschaften und 24 Kleinfeldmannschaften, sowie eine seit 2012 bestehende Mädchenfußballabteilung (C, D, E Mädchen).

BSV Hürtürkel
Sonnenallee 181
12059 Berlin
Herr Erbay
M. 0176 61 08 94 10
hurturkel@live.de
www.hurturkel.com

➤ S.20

Der Cimbria Trabzonspor ist ein Fußball-Team von sportinteressierten Idealisten, die multikulti-denkend ein sportliches Heim für die Jugend bieten wollen. Die Kids sollen von der Straße weg auf die Sportplätze gebracht werden, damit das gemeinschaftliche Handeln die Jugend zu selbstbewussten positiven Personen führt. Der sportliche Erfolg ist wichtig, aber nicht entscheidend. Für Interessierte wird das Spiel in Mannschaften unterschiedlichster Altersstufen angeboten:
Frauen 17 – 40 J. / Männer 18 – 40 J. / A-Jugend 16 – 18 J.
B + C-Jugend 12 – 16 J. / D-Jugend 10 – 12 J.
E-Jugend 8 – 10 J. / F & G-Jugend 4 – 8 J.

Cimbria Trabzonspor Berlin 1900 e.V.
c/o Rechtsanwalt Tamer Bekis
Thomasstraße 3
12053 Berlin
M. 0157 87 03 61 61
berlintrabzonspor@yahoo.de
www.cimbria-ts.npage.de

➤ S.43

Dream-Team e.V.
Thorwaldsenstr. 6
12157 Berlin
kontakt@dream-team-ev.de
www.dream-team-ev.de

Dream-Team e.V. ist ein Berliner Mixed-Volleyball Verein, der zwei Mal pro Woche zwischen Hermannplatz und Ringbahn trainiert.
Im Vordergrund stehen sowohl Spaß am Volleyball als auch sportlicher Erfolg. Wenn die Spieler*innen auf einem Turnier antreten, wollen sie nicht unbedingt gewinnen, aber eine gute sportliche Leistung erbringen. Dream-Team e.V. ist also weder eine Mannschaft, die nur "just for fun" antritt, noch eine, bei der das reine Leistungsprinzip gilt.

➤ S.22

EBJC 1922 e.V.
Brombeerweg 36
14052 Berlin
erster_vorsitzender@ebjc.de
www.ebjc.de

Der Erste Berliner Judo Club 1922 e.V., kurz EBJC, besteht seit 1922 und ist in der Sporthalle am Mariendorfer Weg 69 zuhause. Den derzeitigen ca. 420 Mitgliedern werden neben Judo auch Ju-Jutsu, Aikido, Kali, Arnis & Eskrima sowie Gesundheits- und Rehabilitationssportsport geboten. Seit 2015 gibt es außerdem die mexikanische Kampfkunst LimaLama. Die Philosophie des Vereins wird durch die namensgebende Kampfkunst Judo geprägt. Judo und auch Ju-Jutsu lehren neben den obligatorischen Kampftechniken auch immer das Sozialverhalten in der Gruppe mit dem Bewusstsein, auch den Schwächeren zu schützen. So ist die Vermittlung von Werten wie Ehrlichkeit, Achtung, Wertschätzung und Bescheidenheit Inhalt jeder Übungsstunde. Dabei steht der Spaß an der Bewegung jederzeit Im Mittelpunkt.

➤ S.26, 27, 28, 29, 37, 45

Fabiz (Familienbildungszentrum) K des Nachbarschaftsheim Neukölln e.V.
Altenbraker Straße 12a
12053 Berlin
T. 030 / 40 03 78 84
info@nbh-neukoelln.de
www.nbh-neukoelln.de

Das Angebot des Familienbildungszentrums am Standort Altenbraker Straße 12a richtet sich an werdende Eltern und Familien mit Kleinkindern. Hier gibt es Informationen und Beratung, Entspannung und Bewegung für Schwangere und Mütter, Spielanregungen für Eltern mit Babys und Kleinkindern sowie Unterstützung bei der Erziehung in der Familie. Alle Angebote bieten Zeit und Raum, um Fragen und Erfahrungen miteinander auszutauschen.

Der DJK Frauenfußball Club Britz 09 möchte zum einen sozial schwächeren Frauen und Mädchen die Möglichkeit geben, Fußball zu spielen, um sich aus der dadurch bedingten sozialen Isolation wieder in die Gemeinschaft einbringen zu können und zum anderen die Integration von Behinderten im Fußball fördern und unterstützen. Auch liegt es dem Verein besonders am Herzen, dass das Wort Gleichberechtigung nicht nur auf dem Papier steht, sondern von allen mitgetragen wird. Wer mitkicken möchte, kann sich nach einem Probetraining anmelden.

➤ S.20

Frauenfußball Berlin Neukölln (DJK Frauenfußball Club Britz 09 e.V.)
Haarlemer Straße 23-27
12359 Berlin
T. 030 / 66 90 90 87
www.frauenfussball-berlin.de

Fullcontact, die Taekwondo Abteilung des TSV Rudow e.V., möchte allen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen ein modernes Taekwondo vermitteln, welches dem heutigen Zeitgeist entspricht. Der freundschaftlich-familiäre Umgang, gehören ebenso zur Team-Kultur wie das Zauberwort "Fairplay". Alters – und leistungsgemischte Trainingsgruppen, Trainingsfahrten, Teamevents und die Teilnahme an nationalen sowie internationalen Wettkämpfen fördern die Gruppendynamik. » Ein gesunder Sport für Körper, Geist und Seele. « Wir schaffen die Rahmenbedingungen für deinen Erfolg. Egal ob als Freizeitsportler*in oder Wettkampfathlet*in.

➤ S.38

Fullcontact – Taekwando Neukölln
Prierosser Straße 30
12357 Berlin
T. 030 / 664 42 43
M. 0173 / 648 36 76
taekwando-neukoelln.de
kontakt@tsv-rudow.de

Hansu ist ein Taekwondo Verein mit dem Motto: "Kinder weg von der Straße!".
Teakwondo schult nicht nur den Körper, sondern auch den Geist eines Menschen. Wer hier trainiert und Interesse an der Teilnahme von Turnieren und Meisterschaften hat, wird darauf gut vorbereitet. Zudem wird regelmäßig an Breitensport Lehrgängen teilgenommen. Außer den Trainingseinheiten werden zur Förderung des Teamgeistes und Zusammenhalts jedes Jahr gemeinschaft- liche Veranstaltungen, wie z.B. Waldjoggen, Grillfeiern, Weihnachtsfeier und jede Menge andere Ausflüge organisiert.

➤ S.38

Hansu e.V.
Heinrich-Schlusnus-Straße 13
12057 Berlin
T. 030 / 685 46 43
M. 0176 84 59 99 33
treagleempire@me.com
www.facebook.com/pages/Hansu-eV

➢ S.23, 31

Kiai – Sport und Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen e.V.
c/o M. Thanner
Friedelstr. 15
12047 Berlin
T. 030 / 623 23 37
info@kiai-berlin.de
www.kiai-berlin.de

Der Verein Kiai e.V. gründete sich, um Frauen und Mädchen jeden Alters einen Raum zu bieten, in dem sie qualifiziert und an ihren individuellen Fähigkeiten orientiert, trainieren können. Auf Grund der fehlenden Möglichkeiten im Kiez hat der Verein 2014 gemeinsam beschlossen, auch Jungen bis 15 Jahre unter dem Dach des Frauen- und Mädchenvereins zu trainieren. Der Schwerpunkt liegt auf Selbstverteidigung und Wado-Ryu-Karate. Zweiteres ist eine Stilrichtung des Karate, die Bedeutung von Wado ist gleichzusetzen mit der Weg des Friedens, Ryu bedeutet so viel wie Schule.

➢ S.23, 29, 31, 35

Lowkick e.V.
Selbstverteidigung und Thai/Kickboxen für Frauen und Mädchen
Urbanstraße 70a
10967 Berlin
T. 030 / 69 53 33 33
info@lowkick-berlin.de
www.lowkick-berlin.de

Lowkick ist ein gemeinnütziger feministischer Kampfsportverein speziell für Frauen und Mädchen. Vom Gesundheits- bis zum Wettkampfsport können Frauen und Mädchen hier ihre Stärken und Fähigkeiten entfalten. Beim Training steht der respektvolle Umgang miteinander und gemeinsamer Spaß im Vordergrund. Die Kampfsport- und Selbstverteidigungskurse sind grundsätzlich für Frauen und Mädchen mit unterschiedlichem Leistungsstand offen. Das Training und die Räume der Kampfsportschule sind überwiegend barrierefrei gestaltet. Zu den zentralen Zielen des Vereins gehören die Gewaltprävention sowie die Förderung des Selbstbewusstseins und der Selbstbestimmung von Mädchen und Frauen. Ein weiterer Schwerpunkt sind die Förderung von Interkulturalität und der Austausch zwischen unterschiedlichsten Frauen und Mädchen im Verein. Neben den regelmäßigen Trainings werden ebenfalls Workshops angeboten. Informationen zu den Beiträgen und der Satzung des Vereins sind zu finden unter: www.lowkick-berlin.de/de/preise-und-beitreten.

➤ S.20

NFC Rot-Weiß Berlin 1932 e.V.
Arthur-Müller-Straße 11
12487 Berlin
Vereinsanschrift, Clubhaus und
Sportplatz Maybachufer
Pflügerstraße 46, 12045 Berlin
T. 030 / 624 12 14
nfcrotweiss@gmail.com
www.nfcrotweiss.de

Der NFC Rot-Weiß ist ein Fußballverein von engagierten und überzeugten Neuköllner-Kiezanwohnern, welche versuchen eine familiäre Atmosphäre und Multikulti auf dem Platz beizubehalten. 2009 wurde dafür der Integrationspreis des Deutschen DFB gewonnen. Der Verein hat 17 Jugendmannschaften und 6 Senioren-Mannschaften. Der größte Teil der Trainer und Betreuer macht seinen Job aus Liebe zum Sport und ehrenamtlich. Je nach Bedarf werden Trainingscamps auf dem Platz angeboten. Es wird in Mannschaften von 10-15 Personen trainiert, wobei sich zwei Teams gleichzeitig auf dem Kunstrasen befinden. Im Sommer trainieren die Kleinsten auf dem Naturrasen. Es werden viele Turniere im Sommer und Frühjahr auf dem Platz und im Winter in den Hallen veranstaltet. Das Training im Winter findet für die Mannschaften bis zur D-Jugend in den Hallen in der Umgebung statt. Zudem werden im Sommer und Winter Trainingsfahrten mit Selbstkostenbeitrag angeboten, welche individuell und nach Einsatz der Trainer und Betreuer geplant werden.

➤ S.18

Olympischer Sportclub Berlin e.V.
Priesterweg 8, 10829 Berlin
T. 030 / 78 70 22 35
kontakt@osc-berlin-eishockey.de
ed.nilreb-cso@tsop
www.osc-berlin.de

Der OSC ist ein Verein, der Leistung und Spaß abfordert, und mit seinem qualifizierten Trainern ein optimales Eis- und Landtraining für alle Interessierten ab 4 Jahren anbietet. Die Teams aus Mädchen und Jungen, Frauen und Herren trainieren im Winter auf dem Eis. Im Sommer wird Floorball gespielt und Athletiktraining zur Förderung der Schnelligkeit und Koordination anbegoten. Die Kinder erlernen und vertiefen das Seilspringen, arbeiten mit der Koordinations-/Laufleiter und Pfeilen an ihrer Stocktechnik. Trotzdem kommt bei jedem Training das Spielen nicht zu kurz. Der OSC hat eine Frauenbundesliga Mannschaft und eine Landesliga Mannschaft sowie eine zweite Mannschaft im Herrenbereich und wird von den Eisbären Berlin empfohlen. Im Winter werden Fahrten zu den Spielen angeboten und im Sommer immer 2x pro Woche in der Sporthalle trainiert.

➤ S.20

Rixdorfer SV Berlin e.V.
Sonnenallee 181, 12059 Berlin
M. 0157 85 08 42 30
www.rixdorfersv.de

Der Rixdorfer SV in Berlin-Neukölln ist ein Fußballverein, bei dem es immer kunterbunt auf dem Kunstrasen zugeht. Viele Kinder mit sogenanntem Migrationshintergrund spielen hier und auch deutsche Kinder finden den Weg in die Mannschaften.

➤ S.29

Rudergesellschaft Wiking Berlin e.V.
Haarlemer Straße 45
12359 Berlin
T. 030 / 685 40 22
buero@rg-wiking.de
www.rg-wiking.de

Die RG Wiking wurde 1896 gegründet. Der Schwerpunkt liegt auf dem Rennrudern, was sich durch den Gewinn einer Vizeweltmeisterschaft in 2014 und zahlreichen weiteren nationalen und internationalen Titeln bemerkbar macht. Zu den Regatten wird durch ganz Europa und manchmal auch noch weiter gefahren. Im Jugendtraining liegt der Fokus auf dem Spaß am Sport in der Mannschaft. Neben dem Rudern auf Regatten im Einer, Zweier, Vierer oder Achter stehen auch Wanderrudern und eine jährlich stattfindende mehrtägige Wanderfahrt auf dem Programm. Abgerundet wird das Sportangebot durch Lauf- und Krafttraining, sowie der Möglichkeit die Wintermonate beim Hallentraining zum Spielen oder in einer Ruderkastenanlage zum Training zu nutzen.

➤ S.43

SC Schlaff Berlin e.V.
Oderstraße 182
12051 Berlin
T. 030 / 625 40 12
info@sc-schlaff-berlin.de
www.sc-schlaff-berlin.de

Der SC-Schlaff ist ein Freizeitverein mit derzeit 265 Mitgliedern und folgenden Angeboten: Fußball, Volleyball, Badminton und Tischtennis. Die genauen Trainingszeiten und -orte sind auf der Homepage des Vereins zu finden.

➤ S.17

Scorpions Cheerleader Berlin e.V.
Albrecht-Dürer-Oberschule
Emser Straße 137
12051 Berlin
M. 0152 28 71 78 22
www.scorpions-berlin.de

Der Scorpions Cheerleader Berlin e.V. ist ein etablierter Cheerleading-Verein aus Berlin-Neukölln, der Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Alter von 4 bis ca. 30 Jahren seit über 10 Jahren einen abwechslungsreichen Team- und Wettkampfsport bietet. Die ehrenamtlich engagierten Coaches haben es sich zur Aufgabe gemacht, neben Bewegung und körperlicher Fitness auch soziale Kompetenzen wie Teamgeist, Respekt und Fairness im Umgang miteinander zu vermitteln.
Gemeinsam im In- und Ausland unterwegs, um den Sport zu vertreten, werden kleine und große Erfolge gefeiert, Ehrgeiz, Zusammenhalt und der Spaß am Cheerleading gelebt.

Der erster Shuffleboard Club Deutschlands hat aktuell 9 Shuffleboard Bahnen aus Beton, 1 klassiche Holzbahn und 2 Shuffleboard Tische. Der Bestand soll erweitert werden. Nächstes Ziel ist der Aufbau eines inoffiziellen Liga-Betriebs – die erste Berlin-Brandenburg-Liga!
Da dies zunächst auch die einzige ihrer Art sein wird, ist das die höchste und niedrigste Spielklasse zugleich. Regelmäßiger Spaß für wirklich jede und jeden stehen dabei im Vordergrund.

➤ S.32

Shuffleboard Club
Weserstraße vis-a-vis Nr. 93
12059 Berlin-Neukölln
T. 030 / 68 99 92 70
berlin@shuffleboardclub.de
www.shuffleboardclub.de

Die Gekkos Berlin e.V. sind ein Team von aktiven Speed Badminton-Begeisterten. Der Verein bietet Platz für begeis- tere Hobbyspieler und auch ambitionierte Turnierspieler. Egal, welches sportliche Ziel man verfolgt, alle Vereinsmitglieder vereinen der Spaß und die Leidenschaft für den Lieblingssport. Es wird in 3 Gruppen trainiert (Jugendliche/Basisspieler & Turnierspieler) und im Sommer wird ein freies Spiel angeboten, das von Mitgliedern organisiert wird.

➤ S.33

Speedminton® Gekkos Berlin e.V.
Hasenheide 89
10967 Berlin
M. 0157 71 96 24 11
vorstand@gekkos-berlin.de
info@gekkos-berlin.de
www.gekkos-berlin.de

Die Street Players sind ein Projekt des Nachbarschaftsheims Neukölln e.V., das vom QM Ganghoferstraße mit den Mitteln aus dem Programm Soziale Stadt gefördert wird. Die Angebote richten sich an weibliche und männlichen Kinder und Jugendliche (6 – 18 Jahre) des Kiezes. Die Kernzeit ist Montag bis Freitag 16:00 – 18:00. Auch am Wochenende gibt es Angebote im Ganghofer und Harzer Kiez. Dabei sollen vor allem diejenigen angesprochen werden, die bisher nicht an regelmäßige Freizeitaktivitäten angebunden sind. Die Bewegungsangebote umfassen Basketball, Frisbee, Klettern, Skaten, Tanzen, Tanz & Akrobatik, Tauziehen, Schwungtuch. Zudem werden Indoor- und Outdoor-Spiele angeboten sowie Ausflüge zum Schwimmen oder ins Museum. Des Weiteren können alle Interessierten von 6 – 13 Jahre an Beat-Box- und Musik-Angeboten teilnehmen.

➤ S.11, 15, 24, 31, 32, 42

Street Players
Sonnenallee 158
12059 Berlin
Frau Brasse
M. 0157 75 79 53 00
m.brasse@nbh-neukoelln.de
www.street-players.de

➢ S.15

SV Neukölln 09
Am Sudhaus 1b
12053 Berlin
www.sv-neukoelln.de
info@sv-neukoelln.de

Der SV Neukölln 09 e.V. (a.k.a. die „Neuköllner Bären") ist ein Basketballverein im Norden von Neukölln. Hier leben und trainieren sie, und so vielfältig wie der Stadtteil sind auch die Spieler. Was sie vereint, ist die Liebe zum Basketball. Spaß haben und erfolgreich sein ist für den SV Neukölln 09 kein Widerspruch. Trainiert wird in der Regel zweimal pro Woche, in der Saison (Oktober bis März) genauso wie in der Sommerpause. Interesse, vorbeizuschauen? Dann schicke am besten eine kurze E-Mail oder komm einfach zu einer der Trainingszeiten vorbei.

➢ S.20

SV Tasmania Berlin e.V.
Oderstraße 182
12051 Berlin
T. 030 / 626 81 93
geschaeftsstelle.tasmania-berlin@web.de
www.tasmania-berlin.de

Der SV Tasmania Berlin e.V. ist ein Verein mit Tradition, der bereits 1973 gegründet wurde und treue Anhänger hat. Das Team von 35 Trainern und Betreuern, mit großer Leidenschaft zum Fußball trainiert die verschiedenen Mannschaften von ca. 20 Personen auf Rasen und Kunstrasen.
Zusätzlich zu dem regulären Training wird einmal im Jahr ein Trainingslager angeboten.

➢ S.20

SV Union Südost 1924
Walkenrieder Str. 12
12347 Berlin
www.scunionsuedost.de

Der SC Union-Südost 1924 e.V. ist ein Fußballverein aus Berlin. Heimstätte von "USO" ist der Sportplatz am Treseburger Ufer. Der Verein möchte den Kindern und Jugendlichen das Soziale Miteinander „WIR" näherbringen und hält dazu ein sehr gut durchdachtes Kinder und Jugend Trainingsprogramm bereit. Dieses beinhaltet in erster Linie das Respektvolle miteinander, sportlichen Ehrgeiz, Zuverlässigkeit und Teamfähigkeit. Wer Lust hat Fußball zu spielen, kann sich eine halbe Stunde vor Trainingsbeginn bei den Trainern melden.

Taekwondo Elite Berlin e.V. ist ein erfolgreicher Taekwondo Verein in der Hauptstadt Deutschlands und steht für Kompetenz in Taekwondo. Die Philosophie: "Möchtest du etwas erreichen, dass du noch nie erreicht hast? Dann tue etwas, dass du noch nie getan hast."
Der Verein hat jahrelange Erfahrung im Wettkampf auf nationaler und internationaler Bühne, fördert Nachwuchs und talentierte Wettkampfsportler. Hier trainieren aktive und erfolgreiche Wettkämpfer auf nationaler und internationaler Bühne, faire Kampfsportler mit Herz.

➤ S.38

Taekwondo Elite Berlin e.V.
Gräfestraße 57a
10967 Berlin
T. 030 / 692 94 36
tkd-elite-berlin@web.de
www.tkd-elite-berlin.de

Die Tagtigall Yogaschule bietet im Bereich der Körperarbeit Hatha Yoga, Dynamisches Yoga, Tai Chi, Tanz, Meditation und zahlreiche Kurse für Kinder, wie Kindertanz, Kindertheater und Ballett an.
Alle sind herzlich eingeladen in die hellen und freundlichen Räume des Muk zu kommen, um in entspannter Atmosphäre die Angebote kennenzulernen und zu nutzen. In dem Aufenthaltsraum gibt es eine Kinderecke, eine Musikbibliothek zum Lesen und Hören, freien Internetzugang und eine gemütliche Sofaecke.

➤ S.12, 13, 35, 37, 44, 45

Tagtigall, Zentrum für Musik und Körper Berlin
Herrfurthstraße 6a
12049 Berlin
T. 030 600 347 92
info@tagtigall.de
www.tagtigall.de

Das Tatwerk Berlin ist ein Studio für die Forschung der Performativen Künste. Dazu gehören, parallel zum künstlerischen Programm, viele unterschiedliche Kurse und Workshops, die sowohl Profis als auch interessierte Personen ansprechen. Das Training gestaltet sich individuell und ist abhängig von dem Kurs, der belegt wird. Generell benötigt man für das Training nur bequeme Klamotten und Lust auf Bewegung.

➤ S.16, 27, 37, 44

Tatwerk Berlin
Hasenheide 9
Gewerbehof - Aufgang 1, 3. OG
10967 Berlin
T. 030 / 68 32 27 70
info@tatwerk-berlin.de
www.tatwerk-berlin.de

➤ S.39

Tennisclub Weiß-Rot Neukölln e.V.
Hannemannstraße 21
12347 Berlin
T. 030 / 606 32 99
tc-weiss-rot@gmx.de
www.tc-weiss-rot.de

Der 1928 gegründete Tennisclub Weiß-Rot Neukölln e.V. ist einer der beliebtesten Tennisvereine im südöstlichen Berlin im Herzen Neuköllns. Auf der idyllisch gelegenen Anlage am Rande des Parks am Buschkrug bieten 8 Freiplätze und ein fester Hallenplatz ideale Voraussetzungen für den Tennissport, im Winter kann in der Traglufthalle des Vereins auf zwei Plätzen gespielt werden. Mehrere lizenzierte Trainer stehen für Einzel- und Gruppentraining zur Verfügung. Mannschaftsspieler verschiedener Leistungsstufen finden Anschluss in einer der Damen- und Herrenmannschaften, die von der Bezirksklasse bis zur Regionalliga aufgestellt sind.
Ein besonderes Anliegen ist die Förderung der Jüngsten im Tennissport. Für Kinder ab 4 Jahren und Jugendliche wird unter der Leitung erfahrener Übungsleiter ein regelmäßiges Training angeboten, das mit Matcheinheiten zur Umsetzung des Erlernten im freien Spiel ergänzt wird. In den Ferien werden zahlreiche Sommercamps mit Ganztagsbetreuung veranstaltet und Turnier- und Trainingsreisen organisiert.

➤ S.40

Tischtennis-Club-Berlin-Neukölln
Karlsgartenstraße 07
12049 Berlin
T. 030 / 686 23 62
ttc-berlin-neukoelln@freenet.de
www.ttc-neukoelln.de

Der Verein wurde vor 1951 gegründet und zählt zu den größten Tischtennis-Vereinen in Berlin. In der Karlsgartenstr. 7 steht eine doppelstöckige Halle an allen Wochentagen zur Verfügung. Zu Spitzenzeiten ist es möglich, 24 Tische (je Halle 12) aufzustellen, so dass neben dem Leistungssport auch Freizeit- und Gesundheitssport angeboten werden kkann. Um die Mitglieder in ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten zu fördern, stehen mehrere qualifizierte Trainer zur Verfügung. Der Verein besitzt das Siegel „Sport pro Gesundheit", da regelmäßig Gesundheitssportkurse durchgeführt werden. Mitunter wird auch mit dem Rollstuhlverband kooperiert. Die Hallen sind behindertengerecht. Durch den Standort unmittelbar im Kiez soll das Sportangebot auch für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Migrationshintergrund attraktiv gemacht werden. Vom Landessportbund wurde der Verein in das Sportförderprogramm Integration durch Sport aufgenommen. Lehrgänge in den Ferien werden regelmäßig angeboten. Die guten räumlichen Voraussetzungen lassen in den Hallen auch viele Schulsportveranstaltungen mit sehr hoher Beteiligung zu. Der Tischtennisverein trägt sich in erster Linie aus den Beiträgen der Mitglieder. Alle Vorstandsmitglieder sind ehrenamtlich tätig.

Die Turngemeinde in Berlin 1848 (TiB) ist Berlins ältester Sportverein und bietet in 21 Abteilungen für rund 5.500 Mitglieder (Stand: 2014) stadtweit sowohl traditionelle als auch Trendsportarten für die ganze Familie an. Auf der vereinseigenen Sportanlage am Columbiadamm 111 befinden sich neben dem TiB-Sportzentrum und der Tennis- und Badmintonhalle sieben Freilufttennisplätze, ein Rasengroßfeld, das Vereinsstadion, eine Bogenschießanlage und zwei Beachvolleyballfelder. Darüber hinaus unterhält die TiB auf dem Gelände des Tempelhofer Parks je eine Softball- bz. Baseballanlage sowie zwei Tennisfelder und eine Beachsoccerfläche. Neben dem Angebot in Neukölln betreibt der Verein in Eigenregie ein Akrobatikzentrum und eine Kampfsporthalle in Friedrichshain-Kreuzberg. In Spandau unterhält der Verein zwei Bootshäuser. Auf dem Vereinsgelände am Bruno-Bürgel-Weg in Treptow-Köpenick befindet sich das multifunktionale TiB-Wassersportzentrum.

➤ S.11, 14, 16, 17, 22, 25, 35, 36, 39, 42, 73

Turngemeinde in Berlin 1848 e.V. (TiB)
Columbiadamm 111
10965 Berlin
T. 030 / 61 10 10 20
info@tib1848ev.de
www.tib1848ev.de

Akrobatik ➤ S.11
Hierbei handelt es sich um einen Aufbaukurs für kleine Akrobaten. Die Eltern-Kind-Akrobatik bietet ein spezielles Programm, indem Kinder mit Ihren Eltern zusammen Grundlagen der Akrobatik erlernen. Geübt werden verschiedene Elemente der Partner, Boden- und Luftakrobatik.

Artistik ➤ S.11
Gemeinsame Erwärmung, methodischer Aufbau und Förderung von Elementen am Boden, Einführung in die Artistik (Jonglage, Hochseil, Laufkugel, Einrad und ähnliches), Kraft- und Ausdauertraining sowie feste Einbindung bei Auftritten. Bewegungsspiele und Koordination können Teil sein.

Baseball und Softball ➤ S.14
Es wird Baseball und Softball für jede Altersstufe angeboten. In den Nachwuchsteams trainieren und spielen Mädchen und Jungen gemeinsam in altersgerechten Gruppen. Die Erwachsenen können sowohl Leistungssport (Rangers 1) betreiben als auch freizeitsportlich aktiv sein. Alle Teams spielen in verschiedenen Ligen und nehmen regelmäßig an Turnieren teil. Im Sommer werden die Baseball/ Softballplätze auf dem Tempelhofer Feld gentutz und sogar im Winter wird Training angeboten – dieses findet in verschiedenen Sporthallen in Kreuzberg und Neukölln statt. Jeder Interessierte ist gern gesehen – egal, ob schon erfahren im Umgang mit Handschuh und Schläger oder noch absoluter Anfänger!

➤

Bogensport ➤ S.16
Der Schwerpunkt der Abteilung liegt in der breitensportlichen Ausübung aller Bogensportdisziplinen mit allen Bogenarten, aber auch die stetig zunehmende Zahl der ambitionierten Schützen findet die Möglichkeit, das Bogenschießen wettkampf- und leistungsorientiert zu betreiben. Der schöne Schießplatz mit angegliedertem kleinem Feldparcours steht den Mitgliedern das ganze Jahr und jederzeit offen, in der Wintersaison stehen an mehreren Terminen in der Woche zusätzlich Hallen zur Verfügung.
Es wird großen Wert auf ein harmonisches Miteinander der verschiedenen Bogendisziplinen und Arten und der Hobby- und Wettkampfschützen gelegt, damit in jedem Fall die Freude am Bogenschießen im Vordergrund steht. Für alle, die schon erste Erfahrungen mit dem Bogen sammeln konnten, ob beim TiB oder anderswo, und das Bogenschießen zu ihrem Hobby machen wollen, wird der ausführliche Anfängerkurs empfohlen. In 10 mal 2 Stunden werden die technischen Grundlagen des Schießens erlernt, damit die Schützen ohne Probleme am regulären Training teilnehmen können. Begonnen wird durch Übungen mit Thera-Band® und anschließend mit leichten Vereinsbögen.

Budo-Abteilung ➤ S.35
Die Budot-Abteilung der TiB bietet in vielen verschiedenen Disziplinen Kampfsport an. Mit dabei sind z.B. Aikido, Judo, Ju Jutsu, Ninjutso und Tai Chi. Alle Sportarten sind im eigenen Budozentrum am Lausitzer Platz 9 (Kreuzberg) zu Hause und werden dort wöchentlich angeboten. Alle Mitglieder der Budo-Abteilung können zwischen den verschiedenen Kampfsportdisziplinen hin und her wechseln und dabei die verschiedenen Kampfstile erlernen. Die Budo-Abteilung ist eine große Gemeinschaft in der jeder herzlich willkommen geheißen wird. Neben dem Sport werden auch gemeinschaftsbildende Veranstaltungen wie Trainingslager oder ein Sommer-Zeltlager in den großen Sommerferien organisiert.

Eltern-Kind-Akrobatik ➤ S.11
Hierbei handelt es sich um einen Aufbaukurs für kleine Akrobaten. Die Eltern-Kind-Akrobatik bietet ein spezielles Programm, indem Kinder mit Ihren Eltern zusammen Grundlagen der Akrobatik erlernen. Geübt werden verschiedene Elemente der Partner-, Boden- und Luftakrobatik.

Fitness- und Gesundheitssport ➤ S.17, 36
Die Abteilung Fitness- und Gesundheitssport bietet ein offenes Kursprogramm für Kinder und Jugendliche im Alter von 2 - 16 Jahren. Das Kursprogramm beinhaltet Bewegungsangebote wie Kindertanz, Capoeira, Artistik, Akrobatik, Spiele- und Bewegungsangebote für die Kleinsten und vieles mehr. Für einen erschwinglichen Monatsbeitrag können die Kinder und Jugendlichen täglich Sport treiben und Spaß haben.

Hockey ➤ S.22
Die Turngemeinde in Berlin bietet seit dem Frühjahr 2006 ein Hockey-Training für Jungen und Mädchen an. Im Frühjahr/ Sommer wird auf Natur- und Kunstrasenplätzen gespielt, im Herbst/ Winter in der Halle. Anmeldungen werden von der Abteilungsleiterin entgegengenommen. Auch im achten Jahr nach Neugründung der Hockeyabteilung wird weiterhin um Neuzugänge geworben und jeder, der mitmachen möchte, ist willkommen. Von Jahr zu Jahr wird die Abteilung besser. Das dieses schlägt sich auch in den Leistungen aller Sportler nieder.

Jugger ➤ S.22
Die Jugger-Abteilung versteht sich als Gemeinschaft, die die sportlichen und sozialen Aspekte des Juggerns fördern möchte. Daher wird die Gründung eines deutschlandweiten Jugger-Verbandes unterstützt. In der TiB wird ein geführtes Training durch erfahrene und geschulte Jugger angeboten, wobei auf Leistungsunterschiede Rücksicht genommen wird, um eine bestmögliche Förderung zu erzielen. Das gemeinsame Spiel aller Leistungsstufen ist allerdings ein zentraler Bestandteil des Trainings.
Spieler werden nach Leistung und Position in Geschwister-Teams aufgestellt und der Einstieg in diese Gemeinschaft wird durch ein Paten-System unterstützt. Mitmachen kann jeder, der einen sportlichen Anspruch an sich selbst stellt. Pünktlichkeit und eine regelmäßige Teilnahme sind obligatorisch.

Leichtathletik & Triathlon ➤ S.25
Die Triathleten und Läufer der TiB sind eine überschaubare Gruppe sympathischer Sportler. Dabei sind vom gelegentlich kommenden Freizeitsportler bis hin zu den engagierten Wettkampfteilnehmern alle Leistungsklassen vertreten.
Neben dem regelmäßigen Sportangebot kann man fast täglich den einen oder anderen auf dem großen Vereinsgelände oder der angrenzenden Hasenheide beim Lauftraining antreffen.
Für Kinder im Alter von 8 - 14 Jahren gibt es eine Trainingsgruppe, die Kinder spielerisch an die Leichtathletik heranführt.

➤

Tanzen ➤ S.36
Tänzer finden bei uns optimale Trainingsbedingungen vor. Der große teilbare Tanzsaal (Saal 1-3) im TiB-Hauptgebäude und die beiden Tanzsäle im Vereinsheim ermöglichen sowohl ein Training auf sehr großer Fläche, als auch den parallelen Unterricht mehrerer Gruppen. Außerhalb der Unterrichtszeiten stehen die Säle für freies Training zur Verfügung. Hierzu bietet der Saalbelegungsplan des TiB Aufschluss. Hier findet sich ein Tanzangebot für die Kleinsten, Jugendliche und Erwachsene. Dabei wird unter anderem einzeln und paarweise Unterricht für Standard- und Lateintänze, Salsa und Disco Fox angeboten. Die Kinder und Jugendlichen können das Tanzsportabzeichen erwerben und später – wenn sie möchten – auch an Breitensportwettbewerben oder Turnieren teilnehmen. Es ist also das Training aller Altersstufen, vom Einsteiger bis zur S-Klasse möglich.
Für die Jüngsten werde Kurse, in denen sich die Kinder spielerisch zur Musik bewegen können angeboten. Ziel der Gruppen ist es, den Kindern die Lust am Tanz sowie tänzerische Kompetenzen wie Koordination, Rhythmusgefühl, Balance etc. zu vermitteln.

Tennis ➤ S.39
Die Tennisabteilung ist ein fester Bestandteil der TiB. Der Tennissport verbindet nicht nur, weil es in erster Linie Spaß macht, sondern auch wegen der Möglichkeit zum ungezwungenen Spiel über Generationen und Kulturen hinweg. Es besteht die Möglichkeit zur Teilnahme an Turnieren gegen andere Vereine oder an einem der vereinsinternen Turniere. Spielberechtigt sind alle Mitglieder der Tennisabteilung der TiB. Wegen stark gestiegener Mitgliederzahlen können momentan keine weiteren Mitglieder bei den Erwachsenen aufgenommen werden. Eintrittswillige können sich mittels Email an Geert Orth auf die Warteliste setzen lassen. Dabei können Neumitglieder nur in der Zahl aufgenommen werden, in der Kündigungen erfolgen.

Ultimate Frisbee ➤ S.42
Seit Ende der 90er wird Ultimate auch in der TiB 1848 praktiziert. Nacheinander traten die meisten Mitglieder der ursprünglichen Berliner Teams „Blindfische", „Wall City" und „Discipuli" sowie des Damenteams „Milder Norden" dem Verein bei. Im Jahre 2002 wurde eine eigene Abteilung gegründet, die mittlerweile rund 140 Mitglieder zählt. Die TiB stellt zahlreiche Nationalspieler, die beispielsweise mit den deutschen Damen-, Mixed- und Herrenteams an der EM 2011 in Slowenien und der WM 2012 in Japan teilnahmen. Die TiB-Damen „JinX" haben in der Hallensaison 2011/12 die deutsche Meisterschaft errungen.

Der TSC Berlin 1893 e.V. ist ein Neuköllner Sportverein mit langer Tradition. In neun Abteilungen gehen über 1200 Vereinsmitglieder regelmäßig ihrer Sportart überall in unserem Bezirk nach. Ein Mix aus modernen sowie klassischen Sportarten bietet einen Anreiz für Jung und Alt. Ob Badminton, Basketball, Handball, Inline-Skating, Leichtathletik, Schwimmen, Tischtennis, Turnen oder Volleyball: Sportinteressierte von 2 – 102 Jahren kommen hier auf ihre Kosten und können bei moderaten Jahresbeiträgen und unter der Leitung von lizenzierten Trainern ihrem sportlichem Eifer nachgehen. Dabei setzt der TSC Berlin 1893 e.V. auch auf neue Trends: Fitnesstrainings wie Aroha und Zumba gehören genauso dazu wie Gesundheits- und Koronarsport, Hockey oder Basketball auf Inlinern sowie Beachvolleyball. Der TSC Berlin 1893 e.V. bietet mit seinen Angeboten in Britz, Bukow, Rudow sowie im Norden Neuköllns nicht nur Freizeitsportlern eine sportliche Plattform, sondern ist auch im Wettkampf- und Meisterschaftssport erfolgreich aktiv.

Handball ➤ S.21
Die Handballer sind ein Team von erfahrenen und "neuen" Handballern im Norden Neuköllns. Die Teams spielen in verschiedenen Ligen. Zum Beispiel 1. Männer Verbandsliga und 2. Männer Bezirksliga. Im Sommer, wenn das Wetter es zulässt und es warm genug ist, wird auch Beach Handball auf dem Tempelhofer Feld angeboten.

Inlinern ➤ S.32
Die begeisterten Inline-Skater, rollern nicht nur gelegentlich über die Straße, sondern machen wöchentlich in einer Turnhalle alles, was auf Skates möglich ist. Das ist nicht nur einfaches Fahren, Slalom oder Springen, sondern auch Inline-Hockey, Inline-Basketball und vieles mehr. Im Sommer finden Ausflüge aufs Tempelhofer Feld und zum Fläming-Skate statt. Einmal im Jahr wird ein Inline Basketball Turnier organisiert. Wer Lust

➤ S.21, 32, 40, 41, 43

Turn-Sport-Club Berlin 1893 e.V.
(TSC Berlin)
Hannemannstraße 1
12347 Berlin
T. 030 / 60 97 88 22
geschaeftsstelle@tsc-berlin.de
www.tsc-berlin.de

hat, sich das einmal live anzuschauen oder mitzumachen sollte einfach mal vorbeikommen. Wer sicher sein möchte, dass das Training an dem Tag nicht woanders hin verlegt wurde, der fragt einfach kurz telefonisch oder per E-Mail nach. Die Trainingszeiten stehen stets online auf der Homepage. Hier geht es um den Spaß am Fahren, am Spiel und um das Miteinander.

Turnen ➤ S.40, 41
Alle sportbegeisterten Mädchen und Jungen sind willkommen. In der Turnabteilung wird das Bewegungstraining mit Kindern ab dem 2-3. Lebensjahr begonnen. Idealerweise beginnt ein Mädchen oder Junge in einer unserer Eltern-Kind-Turn-Gruppen. Im Weiteren wechselt es ins Kleinkindturnen um dann mit 5 Jahren den Weg zwischen wettkampforientiertes oder freizeitorientiertes Mädchen- oder Knabenturnen zu entdecken. Auf dem Weg ins jugendliche Alter ist ein Wechsel zwischen den beiden Leistungsorientierungen nur noch begrenzt möglich. In beiden Zweigen erhalten die Kinder und Jugendlichen eine gute Ausbildung im Breitensport. Besonders ehrgeizige und talentierte Kinder versuchen wir den Wechsel in den Leistungssport zu ermöglichen. Die Teilnahme an Turnwett- und Mehrkämpfen in ihrer Leistungsklasse ist für alle Kinder obligatorisch. Ab dem Alter von 9-10 Jahren besteht grundsätzlich die Möglichkeit, parallel zum Turntraining auch an der Leichtathletik teilzunehmen. Für allgemeine Auskünfte zum Turnen können Sie unsere Abteilung telefonisch unter 030 / 60 97 88 22 oder per Email unter turnen@tsc-berlin.de kontaktieren.

Volleyball ➤ S.43
Was ursprünglich ein Team ehemaliger Ligaspieler war, wächst und verjüngt sich aktuell zu einem anständigen Mixed-Team, welches noch die eine oder andere Dame sowie einen pfiffigen Zuspieler gebrauchen kann.
Das Team besteht derzeit aus 24 Volleyballverrückten aller Altersgruppen und bunt gemischter Nationalitäten. Während der Hallenzeiten findet eine selbständige Erwärmung statt. Geübt wird in Zweierteams das Pritschen, Baggern, Schlagen und die Annahme. Dann wird Angriff und Block am Netz trainiert. Für gewöhnlich bleibt im Anschluss Zeit zum Spiel 6 gegen 6. Das TSC-Kangaroos spielt derzeit in verschiedenen Mixed-Turnierrunden. Über den Aufbau einer weiteren Spielgruppe am Standort Rixdorf wird nachgedacht. Nach vorheriger telefonischer Abstimmung können Bewerber an bis zu vier Probetrainings teilnehmen und das Team kennen lernen. Dann wird über eine Vereinsmitgliedschaft abgestimmt.

➤ S.10, 15, 21, 25, 40, 41, 43

Der Sportverein TuS Neukölln wurde 1865 gegründet und hat 2015 sein 150 jähriges Jubiläum. Es gibt ca. 1500 Mitglieder (Stand: 2014) und die erfolgreichen Aktivitäten in zahlreichen Sportarten gründen sich auf eine gesunde Mischung aus Tradition und Innovation.
Der Verein fördert sowohl Breiten- wie Wettkampfsport, engagiert sich für Kinder-, Gesundheits- und Seniorensport und ist vom Berliner Senat wiederholt für seine gute Jugendarbeit ausgezeichnet worden. Dies umfasst z.B. die Basketballer, Handballer, Triathleten, die Rhönrad- und Leichtathletik-Abteilungen bis hin zu den Bereichen Purzelturnen, Fitness und Wassergymnastik.
Trainiert wird an zahlreichen Sportstätten in Nord-Neukölln, aber auch im gesamten Bezirk. Genauere Informationen gibt es auf der TuS Neukölln Internetseite - jeder, der sportlich aktiv sein will und dies mit anderen in einer toleranten Gemeinschaft gestalten möchte, ist herzlich willkommen.

Basketball ➤ S.15
Die Mannschaften trainieren in der Regel 2x in der Woche unter Anleitung von hierzu ausgebildeten und lizensierten Trainern und nehmen am Spielbetrieb des Berliner Basketballverbands (BBV) teil. Die Trainingsinhalte orientieren sich an der jeweiligen Altersklasse und dem jeweiligen Leistungsstand. Seit der Gründung (1975) kann die Basketballabteilung auf zahlreiche Erfolge insbesondere im Jugendbereich verweisen, dessen Training schon einige Spieler zur Bundesliga und teilweise auch zur Herren- und verschiedenen Jugend-Nationalmannschaften geführt hat. Wer hier spielt, hat ebenfalls die Gelegenheit an überregionalen Turnieren teilzunehmen. Zudem ist die Basketballabteilung seit einiger Zeit Kooperationspartner von ALBA Berlin und wurden 1993 mit dem Integrationspreis der Ausländerbeauftragten des Senats ausgezeichnet.
Alle, die Interesse haben hier zu spielen oder ein Probetraining machen möchten, sind herzlich willkommen! Dafür einfach

Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V. (TuS Neukölln)
Lipschitzallee 29
12351 Berlin
T. 030 / 687 57 56
donnerstags 19:00 - 21:00
info@tus-neukoelln.de
www.tus-neukoelln.de

telefonisch bei dem entsprechenden Ansprechpartner anmelden.

Geräteturnen für Mädchen und weibliche Jugend ➤ S.41
Bei den Trainings sind Mädchen und junge Frauen aller Nationalitäten herzlich willkommen! Es wird stets mit Gymnastikübungen, die aus Dehnungs- und Kraftelementen bestehen begonnen. Manchmal wird sich mit Tänzen warm gemacht, wenn diese für Vorführungen benötigt werden. Danach wird in den einzelnen Gruppen (ca. 10 Mädchen) trainiert. Hier stehen zu Beginn Kraftübungen im Vordergrund, denn diese sind Voraussetzungen, um die Turnelemente zu erlernen. Anschließend erfolgen die Turnelemente an den Geräte, die mit den Trainern langsam aufgebaut werden.
Es kann an Wettkämpfen und Vorführungen teilgenommen werden, dies ist jedoch nicht Voraussetzung, um mit zu machen. Schaut einfach mal vorbei!!!

Handball ➤ S.21
Über 300 Handballer, Kinder, Jugendliche und Erwachsene spielen in allen Altersklassen in rund 20 Mannschaften Handball im TuS Neukölln. Das Training ist sehr vielseitig, weil beim Handball der ganze Körper gefordert ist. Meist wird zweimal pro Woche trainiert. Die Spiele gegen andere Mannschaften finden an den Wochenenden statt. Es wird in Mannschaften von zumeist 10 - 15 Spielerinnen oder Spielern trainiert. Bei den Minis und der Spielgruppe trainieren Jungs und Mädchen gemeinsam.
Ab der E-Jugend (9-10 Jahre) findet alljährlich zu Pfingsten eine Fahrt aller Jugendteams statt.

Leichtathletik ➤ S.25
In der Leichtathletik-Abteilung wird den kleineren Kindern Freude und Spaß an der Bewegung vermittelt, es wird aber auch leistungsorientiert gearbeitet und in der Gruppe gemeinsam an Wettkämpfen in und um Berlin teilgenommen. Höhepunkt und Abschluss jeder Saison ist der nun schon über viele Jahre Anfang November stattfindende Crosslauf im Volkspark Hasenheide, zu der auch jeder Freizeit-Jogger hier aus dem Kiez herzlich willkommen ist.

Rhönrad ➤ S.27
Das Rhönradtraining beginnt mit dem gemeinsamen Ausräumen der Rhönräder. Danach wird sich gemeinsam aufgewärmt: mit einem Spiel, Laufen, Kraftübungen und einem Dehnprogramm. Anschließend wird in die Räder gestartet. Hierbei hat jedes Mitglied seine festen Trainingseinheiten mit dem Trainer, wo neue Teile erlernt werden oder bereits Erlerntes verbessert wird. Zwischen den Trainingseinheiten sind die Mitglieder alleine im Rad, um eigenständig zu üben.
Mehrfach im Jahr werden Wochenendtrainings veranstaltet. Außerdem wird an allen Wettkämpfen in

Berlin teilgenommen und jährlich zum Norddeutschen Pokal mit möglichst allen Turnern und wenn sich Turner qualifiziert haben auch zum Deutschland Cup gefahren.

Turnen und Fitness für Jungen ➤ S.40
Bei diesem Training wird für Jungen ein ausgewogenes Programm an Turnen, Spielen und allgemeines Fitness-Training angeboten. Ziel ist die vielseitige motorische Entwicklung und der Spaß am Sport. Wer möchte, kann das Deutsch Olympische Sportabzeichen machen.
Neben dem regulären Training werden ebenfalls Aktionen wie Fasching, Klettern oder ähnliches angeboten. Zusätzlich wird die Möglichkeit der Teilnahme an Wettbewerben geboten, wie zum Beispiel dem Friedrich-LudwigJahn-Lauf.

Volleyball ➤ S.43
Bei dem Team von Frauen und Männern geht es vor allem um den Spaß am Spiel. Die meisten haben die Sportart auf irgendeine Art erlernt, absolute Anfänger passen nicht ins Team, genauso wenig, wie „Leistungsbolzen", die Mannschaft hat derzeit ein ganz gutes Niveau.
Derzeit gibt es keine festen Trainer, einige derjenigen, die sich berufen fühlen, leiten aber manche Übungen an. Während der Erwärmungsphase macht jeder für sich Dehnungen und Läufe, anschließend wird in Zweierteams trainiert. Ab und zu wird an Volleyballfreizeitturnieren teilgenommen.
Wer sich angesprochen fühlt, ist willkommen. Es versteht sich von alleine, dass keine sozialen oder nationalen Vorbehalte vorhanden sind. Im Gegenteil: alle Kulturen sind willkommen.
Nur so vorbeikommen macht aber keinen Sinn – um eine vorherige Anfrage der Teilnahme per Anruf oder Email wird gebeten!

OFFENE SPORT-VERANSTALTUNGEN

Bei dem traditionsreichsten Volkslauf durch den wohl bekanntesten Berliner Szenekiez Kreuzberg kann jeder teilnehmen. Die Läuferinnen und Läufer absolvieren die 10,5 km lange Strecke auf asphaltierten Straßen und Gehwegen, die eigens für den Lauf für den Straßenverkehr gesperrt werden. Start und Ziel befinden sich wie gewohnt auf dem Vereinsgelände der Turngemeinde am Columbiadamm 111 (Neukölln). Weitere Infos zum Lauf können auf der Veranstaltungsseite oder bei dem Organisationsteam erhalten werden.

➤ S.61, 63

X-Berger Viertelmarathon
jedes Jahr Ende August
TiB-Organisationsteam
T. 030 / 611 01 00
events@tib1848ev.de
www.viertelmarathon.berlin

Wie jedes Jahr im Herbst veranstaltet der Turn- und Sportverein Neukölln 1865 e.V. (TuS Neukölln) im Volkspark Hasenheide am 1. Sonntag im November den Friedrich-Ludwig-Jahn-Lauf für Kinder, Jugendliche, jeden interessierten Freizeit-Jogger wie auch ambitionierten Läufer aus dem Neuköllner Kiez. Für die verschiedenen Altersklassen werden verschiedene Distanzen angeboten (von 0,8 km – 10,7 km). Wer vorher unter fachlicher Anleitung für den Crosslauf trainieren möchte, wendet sich an die Leichtathletik-Abteilung vom TuS. Hier können auch nähere Informationen zum genauen Zeitplan und den Startgebühren erhalten werden. Also – Schuhe an und dann los .... gemeinsam laufen im Park!

➤ S.67, 68

Friedrich-Ludwig-Jahn-Lauf
jedes Jahr im Herbst
Leichtathletikabteilung des TuS Neukölln
Herr Funke
T. 030 / 687 35 83
M. 0176 95 67 03 92
funke.klaus@gmx.net
www.tus-neukoelln.de