

Goldener Herbst



Berichte: ab Seite 18



**TURNVEREIN JAHN
DELMENHORST**
von 1909 e.V.

Brendelweg 48 - 27755 Delmenhorst
Telefon: 04221/20472 - Fax: 25639
E-Mail: info@tvjahn-delmehorst.de
www.tvjahn-delmehorst.de



TURNVEREIN JAHN DELMENHORST von 1909 e.V.

TV Jahn-Geschäftsstelle:
Brendelweg 48

27755 Delmenhorst

Telefon: 04221 / 2 04 72

Fax: 04221 / 2 56 39

E-Mail: info@tvjahn-delmehorst.de

Öffnungszeiten:

montags 15.00 - 18.00 Uhr

mittwochs 9.00 - 12.00 Uhr

Telefonisch:

Di. - Do. von 9.00 - 12.00 Uhr

Impressum:

Herausgeber: TV Jahn Delmenhorst

Redaktion: Uwe Raß

Schlutterweg 139

27755 Delmenhorst

Telefon: 04221 / 2 36 20

Fax: 04221 / 28 98 52

***e-Mail-Adresse für Berichte und
Bilder in den Jahn-Nachrichten:
pkm@caballito.de***

Satz und Gestaltung: Peter Kühnelt

Druck: PK Marketing

**Über 100 Jahre
TV Jahn Delmenhorst!**

**Ein Sportverein für die
ganze Familie**

Unser vielfältiges Angebot:

- Aerobic
- Boxen
- Damengymnastik
- Eltern- und Kindturnen
- Fitnesstraining
- Fußball
 - Frauen
 - Herren
 - Jugend
 - Mädchen
- Fußball-Senioren-Kreis
- Geräteturnen
- Gesundheitssport
- Herrengymnastik
- Jazztanz
- Kinderturnen
- Leistungturnen
- Nordic-Walking
- Seniorinnengymnastik
- Sportabzeichentraining
- Tanzsport
- Tischtennis
- Video-Clip-Dance
- Volleyball
- Wandern



Der Vorstand informiert!

1. Vorsitzender Jochem Flege

Hallo liebe Mitglieder/innen,

neues Jahr, neue Herausforderungen.

Ich hoffe, Ihr seid alle gut ins neue Jahr gekommen.

Für den TV Jahn wird das Jahr 2026 sicher spannend.

Bevor wir zu den sportlichen Herausforderungen kommen, gilt es als erstes Danke zu sagen.

Nach gut 13 Jahren hat uns unsere Geschäftsstellenleiterin aus gesundheitlichen Gründen verlassen. Wir alle danken Carola Sander für die geleistete Arbeit auf der Geschäftsstelle und wünschen Ihr für die Zukunft alles Gute.

Wir sind in Gesprächen mit potenziellen Nachfolgern, um den Posten zum 01.01.2026 neu zu besetzen. An dieser Stelle auch noch einmal ein Danke an Stefanie und Vildan für die hervorragend geleistete Mehrarbeit.

Sportliche Herausforderungen stehen natürlich auch noch an.

Sowohl die 1. Herren als auch die 1. Frauen kämpfen um eine möglichst gute Platzierung in ihrer jeweiligen Liga. Beide Mannschaften brauchen dafür den zwölften Mann/Frau, ich meine natürlich Euch alle zum Anfeuern. Also zu jedem Heimspiel auf die Anlage und zuschauen.

Die Tanzsportabteilung wird ab Januar 2026 das erste Mal in der Vereinsgeschichte eine Standardformation in der zweiten Bundesliga Nord aufs Parkett schicken. Ziel ist der Aufstieg in die erste Bundesliga und die Teilnahme an den Deutschen Meisterschaften im November 2026 in Nürnberg. Hierzu wünscht die Jahnfamilie viel Erfolg und drückt die Daumen.

Unser Daumendrücken geht auch an alle anderen Mannschaften, Gruppen, Paare und Einzelstarter aus allen Sparten unseres Vereins für Ihre Wettkämpfe.

Eine Sache will ich aber auch schon zu Beginn des Jahres loswerden. Die Legislaturperiode des aktuellen Vorstands endet 2027. Einige Mitglieder des Vorstands werden dann nicht mehr kandidieren. Wir würden uns freuen, wenn der/die eine oder andere sagt "Vorstand kann ich mir vorstellen" und schon 2026 in die Arbeit reinschnuppert. Bei Interesse spricht uns an.

Das wars bis zum nächsten Mal
Mit sportlichen Grüßen

Für den Vorstand

Liebe Mitglieder und Freunde des Fußball-Senioren-Kreises.

Weihnachtsfeier in den Jahn-Stuben

Zur Weihnachtsfeier am Sonntag, den 14. Dezember in den Jahnstuben, kamen 13 Mitglieder des Fußball-Senioren-Kreises und feierten im Wintergarten der Jahnstuben ihre Weihnachtsfeier (Jahresabschluss Feier) 2025. Die vom Fußball-Senioren-Ausschuss gut vorbereitete Feier, fand auch in diesem Jahr die Zustimmung aller Mitglieder. Weihnachtslieder und sonstiges Liedergut, mehrere Geschichten vorgetragen von Bärbel Hünert und Wolfgang Breitkopf, sowie ein gemeinsames Buffett-Essen trugen zum Gelingen der Feier bei. Ein schöner Tag ging für uns alle zu Ende.

Dieter Knorr, Leiter des Fußball-Senioren-Kreises



Begrüßung durch den Abteilungsleiter

Weihnachtsbüfett



Geschichten von Bärbel Hünert
u. Wolfgang Breitkopf



Seniorenkreis zur Weihnachtsfeier

✎ Vorschau auf 2026 ✎

Zum Merken und Notieren (Versammlungen 2026):

02. Jan. - 05. Feb. - 05. März - 02. April - 07. Mai - 04. Juni - 02. Juli
06. August - 03. September - 01. Oktober - 05. November - 03. Dezember

Wir wollen die Termine optimistisch sehen

Herzliche Gratulation  vom Fußball-Senioren-Kreis an unsere
"Geburtstagskinder" in den Monaten Januar, Februar und März 2026
Daten bitte aus der Abteilungsmappe!

Hinweis:

Die Kohlfahrt vom Senioren-Kreis findet am Sonntag, 22. Feb. 2026
in den Jahn-Stuben statt. Anmeldungen umgehend bitte an Dieter Knorr!

Achtung!

Der monatliche Treffpunkt des Senioren-Kreises, ändert sich
ab dem **06. März 2025** von 18.30 Uhr auf **14.00 Uhr**

Sportfreunde, die das Gesellige suchen, sind im Fußball-Senioren-Kreis
gern gesehen.

Auskunft erteilt Dieter Knorr, Telefon 04221-9461950

Dieter Knorr, Leiter Fußball-Senioren-Kreis

Seit 64 Jahren Herrengymnastik!



Allen erstmal ein frohes neues und vor allem gesundes Jahr.

Auch 2026 läuft wieder unter unserem Motto „Fit bis ins hohe Alter“. Das dies nicht nur eine Floskel ist, dafür ist unser Hans Oekermann ein gutes Beispiel. Mit 89 Jahren das älteste noch aktive Mitglied unserer Herrengymnastik und immer noch voll dabei.

2025 haben auch wieder einige unserer Gruppe das Sportabzeichen gemacht. Mit dabei waren: Dieter Aurich, Wilhelm Begemann, Jürgen Heinzelmann, Wolfgang Kuhnert, Peter Janssen, Herbert Schmidt, Eckard Witt und Klaus-Peter Zeh.



Großen Anklang fand auch wieder unsere Wassergymnastik in der GraftTherme unter der Leitung von Anastasia Winkelmann. Anschließend ging es ins Graftwerk zum Mittagessen.



Start unserer diesjährigen Abendwanderung mit Frauen war wie immer am Vereinsheim. Über verschlungene Pfade durch unseren Stadtteil ging es zum Restaurant Dionysos am Brendelweg. Dort gönnten wir uns das leckere Vorspeisenbuffet.



An alle Männer...

Die Herrengymnastik-Gruppe des TV-Jahn lädt euch zu einem kostenlosen Probetraining ein. Dabei sein kann jeder, gleich welchen Alters. Unter dem Motto „Fit bis ins hohe Alter“ treffen wir uns jeden Mittwoch um 20:00 Uhr in der Sporthalle am Blücherweg. Dort machen wir, unter Anleitung unserer Übungsleiterin, eine Stunde Gymnastik. Wer möchte kann anschließend noch eine Runde Volleyball mit uns spielen.

Neben der Gymnastik gibt es diverse weitere Freizeitaktivitäten (Fahrradtouren, Wanderungen usw.). Infos bzw. Anmeldung zum Probetraining bei Marcus Krüger unter 0152-56143319 oder in der Geschäftsstelle des TV Jahn unter der Nummer 04221/20472.

Herrengymnastik „On Tour“

Um unsere Gemeinschaft und Geselligkeit zu pflegen, treffen wir uns zu weiteren Aktivitäten:

Di.	06.01.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	20.01.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	03.02.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	17.02.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	03.03.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	17.03.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim
Di.	31.03.2026	Wanderung	Treffpunkt 14:00 h Vereinsheim

Natürlich dürfen sich alle Vereinsmitglieder auch an Rad- und Wandertouren beteiligen. Wer Fragen hat, kann diese beim Training stellen oder telefonisch bei unserem Sportfreund Heinz Tietz. Tel 04221/67750, loswerden.

Lieben Gruß Marcus Krüger

Dieses Jahr ins benachbarte Bundesland und zurück! DoAbTuGru 06.-07.09.2025

Die jährliche Fahrradtour unserer **Donnerstag-Abend-Turn-Gruppe** führte uns in diesem Jahr ins nahe gelegene Bremen!

Am Samstag erfolgte der Start aus Annenheide zum ersten Treffpunkt in Elmeloh. Hier sammelte sich die ganze Gruppe. Trotz kühler Temperaturen sorgte die sonnige Wettervorhersage bei den Radlerinnen für beste Stimmung. Auf die Räder und ab ging es über die Sannauer Hellmer Richtung Weser. Ein kurzer Abstecher nach Bardewisch und dann querten wir in Lemwerder mit der Fähre entspannt die Weser.

Auf der Bremer Seite fuhren wir bei nun strahlendem Wetter an der Lesum entlang. Anschließend folgten wir einer kurzen Strecke der Wümme und bogen dann ab zum Waller Straßengraben und tourten bis zum Waller Feldmarksee. Einige mutige Radlerinnen tauschten hier den Fahrraddress gegen einen Badeanzug und kühlten sich im Badensee ab.



Ein weiteres Highlight folgte: Metalhenge! Diese Plattform mit wunderschöner Aussicht auf Bremen und umzu ist bei bestem Wetter ein tolles Erlebnis!



Die letzte Strecke dieses Tages brachte uns durch Walle bis zu unserem Ziel an direkt an der Weser: die Jugendherberge.

Der Abend lud abschließend zu einem Bummel an der Schlachte ein.

Am Sonntag starteten wir mit der Überquerung der Weser und fuhren auf dem Deich entlang der „kleinen Weser“ bis nach Arsten. Das Wetter meinte es auch an diesem Tage gut mit uns und wir wechselten an die Weser und gelangten dann an den Wietsee.

Auf wunderschönen Fahrrad- Schleichwegen radelten wir zurück bis zur Ochtum, um dieser bis nach Huchting zu folgen. Die letzte Station an diesem Tage war das Eiscafe in Varrel! Lecker! Gestärkt ging es für die Gruppe dann in die letzte Etappe bis nach Hause. Eine rundum schöne Tour!

Glückliche Sportlerinnen sagen den Organisatorinnen Claudia und Veronika herzlichen Dank!



Text: Uta Wild

Boxen in Delmenhorst am 3. Oktober!



Die Jahn Staffei

Bei einer Sparringsveranstaltung am 3. Oktober in der gut besuchten Jahn Halle nahmen 14 Jahn Boxer teil. Es fanden insgesamt 22 Kämpfe mit Kämpfern der Vereine VTV Assel, VFB Oldenburg, Bremer Boxecke, Delta Fight Club, VFK Dinklage, SV Nordenham, ABC Lingen, statt. Die Jahn Boxer zeigten sehr gute Leistungen und es gab viele sehenswerte Kämpfe. Einen tollen Kampf zeigten im Männer Superschwergewicht (über 90kg) und im letzten Kampf der Veranstaltung Oguzhan Tamnik, gegen den ehemaligen Jahn Boxer Marvin Gzella, der jetzt für den SV Nordenham startet. Alle Beteiligten waren begeistert und es wird angeregt solch eine Veranstaltung wegen der guten Resonanz zu wiederholen. Einen besonderen Dank geht an alle Helfer, die dazu beigetragen haben, dass diese Veranstaltung durchgeführt werden konnte.



Jano Görming erhält Anweisungen von Trainer Torsten und Christian



Machten einen tollen Kampf Marvin Gzella, rot Oguzhan Tamnik, blau

Boxen in Holzhausen am 23. November!



Hiba Fouani konnte den Kampf klar gewinnen

Am Sonntag, den 23. November hat sich die Boxabteilung auf den Weg zu Danny's Box Cup in Holzhausen (bei Osnabrück) aufgemacht. Dumitru Afanas boxte im Junioren Mittelgewicht bis 75kg. Die erste Runde ging an Afanas. Doch Runde 2 und 3 musste Boxdebütant Afanas an den starken Lokalmatadoren Kevin Mula (BSV Holzhausen) abgeben. Sieger nach Punkten wurde Mula. Afanas hätte wegen individueller Fehler den Kampf durchaus für sich gestalten können.

Im Frauen Halbmittelgewicht (-70kg) boxte Hiba Fouani gegen Liv Völler (PSV Georgsmarienhütte). Fouani konnte alle 3 Runden für sich gewinnen und wurde einstimmige Punktsiegerin.

Kooperation mit Delta Fight Club! Gemeinsames Sparring mit dem Deltha Fight Club

Am Freitag, den 14. November, hat die Boxabteilung des TV Jahn Besuch vom Delta Fight Club bekommen. Unter der Leitung von Torsten Christoffers, Valentin Keiser und Felix Kuschel lag der Fokus an diesem Abend darauf, dem Nachwuchs die Möglichkeit zu geben mit anderen Wettkämpfern in den Ring zu steigen und so neue Erfahrungen zu sammeln.



Ausflug der Box-Kids am 15. November

Nachdem die Boxer vom Deltha Fight Club am Abend zuvor bei uns in der Jahn Halle zu Gast waren, haben sich unsere Box-Kids einen Tag später für ein gemeinsames Training in die neue Halle vom Deltha Fight Club aufgemacht. Da dies der erste Ausflug für die Box-Kids war, lag natürlich eine gewisse Aufregung in der Luft aber alle Kids haben ihr Bestes gegeben und einen tollen Vormittag mit Partnerübungen, Sparring und anschließendem Gruppenfoto gehabt. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen!



Die Box-Kids im Ring

Schon gehört,....!



Mia Görning nach einem tollen Sparringskampf

... unser Nachwuchstrainer Dumitru Afanas in den Herbstferien von der Sportjugend Leer zum Jugendleiter ausgebildet wurde. Während des einwöchigen Lehrgangs auf der Nordseeinsel Borkum standen neben Themen wie Aufsichtspflicht und der Leitung von Gruppen auch die Planung von Trainingsstunden und Gruppenfahrten auf dem Plan. Herzlichen Glückwunsch, Dima!

Neuer Jugendtrainer: Dumitru Afanas



... dass die Boxabteilung mit Mia Görning eine neue Helferin bei den Box-Kids gewonnen werden konnte. Mia hilft nicht nur beim Training, sie selber kann auch feste zuhauen.

Berichte: Ralf Carus

ENERGIE VEREINT!

OB AUF DEM PLATZ ODER ZUHAUSE.



EIN TARIF - ZWEI GEWINNER

+ 50 € BONUS FÜR DICH

+ 30 € FÜR DEINEN VEREIN

STADTWERKEGRUPPE
DELMENHORST

MIT DEM VEREINSTARIF GUTES TUN

Die Stadtwerke Delmenhorst starten ein neues Herzensprojekt: den Vereinstarif für Strom und Gas. Kundinnen und Kunden, die ihren Verein vor Ort unterstützen möchten, können ab sofort doppelt profitieren – durch einen attraktiven Bonus und eine Förderung

ihres Vereins. Mit dem Vereinstarif möchten die Stadtwerke Delmenhorst das lokale Vereinsleben stärken. Wer sich für diesen Tarif entscheidet, zeigt nicht nur Engagement für die Region, sondern erhält auch selbst einen Vorteil.

So funktioniert der Vereinstarif:

- Einmaliger Startbonus von 50 Euro für die Kundin oder den Kunden.
- Jährliche Vereinsförderung von 30 Euro für einen frei wählbaren, eingetragenen Verein in Delmenhorst.
- Die Förderzahlung wird jährlich gezahlt – solange der Vertrag läuft.
- Vertragslaufzeit: 18 Monate – inklusive Preisgarantie über die gesamte Laufzeit. Gültig für Strom- und/oder Gasverträge.

Einfacher Ablauf für Kunden:

- Vereinstarif abschließen (online oder direkt bei ihrem eingetragenen Herzensverein).
- Wunschverein angeben – die Stadtwerke kümmern sich um den Rest.
- Bonus erhalten und dem Verein automatisch jedes Jahr etwas Gutes tun.



Weitere Infos zum
Vereinstarif gibt es hier.

Und schon ist die Saison wieder ein paar Monate alt und damit schon fast die Hälfte der Punktspiele durchgeführt. Einzig die Jugendteams haben gerade erst, wie jede Saison, ihren Punktspielstart gehabt, sie starten ja, s. u. , zuerst in den Meisterschaftsturnieren.

Bis Ende September hatten sich alle Teams fleißig auf die Saison vorbereitet. Dennoch verliefen die ersten Spiele recht unterschiedlich.

Jugend

Wie auch im letzten Jahr sind die Jugendlichen mit ihrer Teilnahme an den Regionsmeisterschaften als erste in die Saison gestartet. Hier konnten wir folgende Mannschaften melden: U14w, U16w, U18w, sowie U12m, U13m, U14m, U16m und U18m. Dabei konnten die U16w, U12m, U13m und die U16m die nächste Runde, die Bereichs-Qualifikationen, erreichen. Auch bei diesen Meisterschaftsturnieren konnten die drei männlichen Teams überzeugen und erreichten die jeweiligen Endrunden.

Herren

Bei den Herren ergibt sich ein unterschiedliches Bild. Auf Grund des weiterhin laufenden Umbruchs spielt die 1.Herren auch in dieser Saison gegen den Abstieg. Mit nur einem Sieg befindet man sich auf einem Abstiegsrang. Bei den 2. und 3.Herren, die beide in der Bezirksliga spielen, ist die Saison recht positiv angefangen. Mit sechs Siegen aus acht Spielen ist man mit dem ungeschlagenen Tabellenführer auf Tuchfühlung. Vielleicht gelingt ja mit dem Aufstieg eine Überraschung. Auch die 3.Herren, der Aufsteiger der letzten Saison, sind mit drei Siegen noch auf einem guten Weg. Ebenfalls die 4.Herren schlagen sich weiterhin wacker in ihrer Liga. Unsere Youngster, die 5.Herren, zeigen diese Saison schon deutliche Leistungssteigerungen und befinden sich auf einem guten 5.Platz.

Damen

Nach der deutlichen Meisterschaft der letzten Saison, kämpfen nun die 1.Damen wieder um Punkte in der Verbandsliga. Hier musste in den ersten drei Spielen der Saison noch Lehrgeld bezahlt werden, aber zwischenzeitlich konnten elf Punkte erspielt werden. Somit gibt es einen deutlichen Abstand zu den Abstiegsplätzen. Noch besser läuft es bei den 2.Damen, hier belegt man aktuell einen tollen 2.Platz und zudem konnte auch schon dem einen oder anderen jungen Talent aus dem Nachwuchs die Chance geben werden, sich auf diesem Niveau zu zeigen. Bei den 3.Damen zeigen sich nach nötigen Umstellungen in der Mannschaft noch ein paar Schwierigkeiten, diese sollten aber im Laufe der Saison zu überwinden sein. Die 4. und 5.Damen sind weiterhin unsere Ausbildungsmannschaften und führen junge Spielerinnen an den Punktspielbetrieb ran. Aber auch hier werden erste Erfolge erzielt und vereinzelt Spielerinnen für die oberen Mannschaften abgestellt. Zudem gibt es hier den motivierenden Zweikampf, welche Mannschaft von den beiden vor der anderen landen wird.

Wir wünschen allen ein erfolgreiches Jahr 2026

Mit sportlichen Grüßen

Kai Stöver

- Abteilungsleiter TV JAHN Volleyball / Vorstand VG Delmenhorst-Stenum -

Angekommen im Ligaalltag

Nach dem erfolgreichen Aufstieg in die Oberliga, hieß es für unsere 1.Frauenmannschaft nun wieder in der neuen Liga Fuß zu fassen. Auch die Integration von neuen jungen Spielerinnen musste vorangetrieben werden. Nach der Hinrunde kann man folgendes Fazit ziehen: Die Mannschaft kann an guten Tagen durchaus mit fast allen Mannschaften mithalten. Allerdings werden Fehler im Spiel gnadenlos bestraft. Aber auch das gehört zur Weiterentwicklung einer Mannschaft und auch gerade der jüngeren Spielerinnen. Zurzeit belegt das Team Rang 9 mit 11 Punkten. Da es in dieser Saison nur einen Absteiger gibt, ist die Ausgangslage nicht ganz so prekär. Trotzdem sollten in der Rückserie noch einige Punkte gesammelt werden, um entspannt den Klassenerhalt zu schaffen.



Unsere 2.Frauenmannschaft überrascht mit guten Ergebnissen und einer guten Platzierung zum Ende der Hinrunde. Nachdem in der Vorsaison nur knapp der Klassenerhalt geschafft wurde, hat das Team den Rückenwind aus der erfolgreichen Rückrunde in die neue Saison mitgenommen. Mit Platz 5 und 18 Punkten kann die Mannschaft positiv in die Rückrunde starten.

Schlagzeilen gab es auch außerhalb des rein sportlichen. Es ging um das Thema Hass und Hetze im Netz. Öffentlich wurde hier eindrücklich gezeigt, was in unserer Gesellschaft gerade schief läuft. Und dass man sich auch mutig dagegen stellen kann. Ausdrücklichen Respekt für diese Aktion.



Zumba Kurse 2026

Zumba® ist ein bunter Bewegungs-Mix: Schritte lateinamerikanischer Tänze wie Salsa, Samba, Mambo und Merengue bilden die Basis. Elemente aus Aerobic, Hip-Hop, Bauchtanz und Kampfsportarten machen daraus ein abwechslungsreiches Ganzkörper-Workout.



JOIN THE
party
zumba.de

Zur Pferdeweide 21 a
27777 Gandersesse
04223-925675
fam.mueller-wening@web.de
Mobil: 0177-2336874

Montags vom 12.01. bis 16.03. 19:15 - 20:15 Uhr und
Donnerstags vom 08.01. bis 19.03. 19:15 - 20:15 Uhr
Tanzzentrum Beuss, Goethestr.1



ACHTUNG! Am 02.02. findet kein Zumba statt

Beitrag für den Montagskurs:

- Vereinsmitglieder: 18,00 €
- Kurzmitgliedschaft: 45,00 €

Beitrag für den Donnerstagkurs:

- Vereinsmitglieder: 22,00 €
- Kurzmitgliedschaft: 55,00 €

Rückfragen bei Jutta Flege

Tel.: 0171/2100038

E-Mail: jutta.flege@tvjahn-delmenhorst.de

Die Anmeldung und Bezahlung erfolgt über den Link
<https://tvjahn-delmenhorst.kurabu.com/de/events/club>

Kapow® Kurse für 2026

Kapow® ist Dein Cardio Power Workout

Kapow® basiert auf den ursprünglichen Bewegungsformen des Menschen - dies hat zur Folge, dass ALLE Teilnehmer den Bewegungen leicht folgen können.

Kapow® hilft dabei, neue Synapsen zu knüpfen und wird Dich in eine ganz neue Haltung bringen. Teste es aus – geh an DEINE Grenze – entdecke den spirit of eMotion – finde Deine Base



Dienstags vom 06.01. bis 17.03., 18:30 – 19:30 Uhr
Sporthalle Parkschule, Stedinger Str. 51



ACHTUNG! Am 03.02. findet kein Kapow statt.

Beitrag des Kurses:

- Vereinsmitglieder: 20,00 €
- Kurzmitgliedschaft: 50,00 €

Rückfragen bei Jutta Flege

Tel.: 0171/2100038

E-Mail: jutta.flege@tvjahn-delmenhorst.de

Die Anmeldung und Bezahlung über den Link
<https://tvjahndelmenhorst.kurabu.com/de/events/club>

Yoga Kurse für 2026

yoga

In Anlehnung an Hatha Yoga werden in diesem Kurs einzelne Übungen (Asanas) in einem konstanten Flow miteinander kombiniert. Es geht um Entspannung, Kräftigung und Mobilisation des Bewegungsapparates mit dem Fokus auf die Atmung. Yoga fördert die Beweglichkeit und das Wohlbefinden.



Donnerstags vom 08.01. bis 19.03. 18:00 – 19:00 Uhr
Astrid-Lindgren Turnhalle, Südstr. 9

Beitrag des Kurses
Vereinsmitglieder: 22,00 €
Kurzmitgliedschaft: 55,00 €

Rückfragen bei Jutta Flege
Tel.: 0171/2100038
E-Mail: jutta.flege@tvjahn-delmehorst.de

Die Anmeldung und Bezahlung erfolgt über den Link
<https://tvjahn-delmehorst.kurabu.com/de/events/club>

Bandixx Kurse für 2026



Bandixx ist ein neues Fitnessformat. Es handelt sich um ein hoch intensives Ganzkörpertraining mit Widerstandsbändern, die während des ganzen Kurses zum Einsatz kommen. Unter anderem können Muskelaufbau, Hautstraffung und Gewichtsreduktion im Training erzielt werden.

Donnerstags vom 08.01. bis 19.03. 19:15 – 20:15 Uhr
Astrid-Lindgren Turnhalle, Südstr. 9

Beitrag des Kurses
Vereinsmitglieder: 22,00 €
Kurzmitgliedschaft: 55,00 €

Rückfragen bei Jutta Flege
Tel.: 0171/2100038
E-Mail: jutta.flege@tvjahn-delmehorst.de

Die Anmeldung und Bezahlung erfolgt über den Link
<https://tvjahn-delmehorst.kurabu.com/de/events/club>

Neues vom Tanzsport A bis Z...A wie Aufstieg:

Hipp hipp hurra, ein weiteres Jahn-Paar ist in der A!



Ende September gelang Nico & Lara beim Hauptgruppenfestival in Pinneberg mit einem 2. Platz in der HGR B Standard der Aufstieg in die A-Klasse! Erst letzten Sommer waren sie bei der danceComp in die B-Klasse aufgestiegen und haben ehrgeizig und diszipliniert ihre Trainingsziele verfolgt. Vor knapp 3 Jahren tanzten die beiden ihr allererstes Turnier in der D-Klasse bei OWL-tanz!, und gut 50 Turniere weiter sind sie bereits in der zweithöchsten Leistungsklasse. Danke an unsere Trainer Christian & Cathrin, die Nico & Lara von Anfang an in ihrer Obhut hatten und das Potenzial erkannten. So fing 2022 alles an:



“Man braucht zwei Feuersteine, um ein Feuer zu machen”

(Louisa May Alcott)

F wie Formation: Die Standard-Formation scharrt mit den Hufen!

Nach dem Pressetermin mit ausführlicher Vorstellung unserer Mannschaft und deren Ziele im Oktober ging es weiterhin flott voran: Nachdem wir im Sommer einige großzügige finanzielle Zuwendungen von interessierten und engagierten Unternehmen erhalten hatten, konnte der Vertrag für das Musik-Leasing geschlossen und Turnierkleidung sowie Trainingsjacken gekauft werden. Das Team rund um Trainer Christian und Co-Trainerin Fine ist „zusammengewachsen“ und zeigt sich hoch motiviert. Beim „family&friends“-Training Ende November konnten sich alle Anwesenden einen Eindruck verschaffen und belohnten diesen mit lautem Applaus und Jubel.



Die Präsentation des Teams in Turniergarderobe & -Look erfolgt nach Redaktionsschluss am 4. Advent in der Stadtbad-Halle, Anmeldungen bitte nur über tanz@tvjahn-delmhorst.de

Das 1. Turnier in der 2. Bundesliga findet am 24. Januar in Nienburg statt, es gibt noch einige Karten auf der Seite des Veranstalters: www.tsc-nienburg.de



An dieser Stelle **DANKE!!!** an alle Förderer und Fans, den TV Jahn-Vorstand und die Stadt Delmenhorst für die gute Zusammenarbeit sowie an unseren allergrößten Fan Katja Gras vom gleichnamigen Fachgeschäft für Tanzsportartikel: Für sie gab es eine kleine Überraschung zum Nikolaus...

„Zusammenkommen ist ein Beginn, Zusammenbleiben ist ein Fortschritt, Zusammenarbeiten ist ein Erfolg.“

(Henry Ford)

H wie Horner Eichenturnier

2. Horner Eichenturnier - was für ein Tanzfest, das wir mitfeiern durften! Über 2 Tage tolles Tanzen zu super Musik mit einer unterhaltsamen Turnierleitung und einer herzlichen Atmosphäre. Unsere Jahner haben sich an beiden Tagen pudelwohl gefühlt und tänzerisch sowie als Fanclub einmal mehr auf sich aufmerksam gemacht! Die besten Ergebnisse waren ein 3. Platz für Dieter & Insa in der III S am Samstag sowie ein 3. Platz für Horst & Birgit in der IV S am Sonntag. H wie Halloween wurde natürlich auch wieder gefeiert (s. Titel) und das beste Kostüm prämiert – langweilig wird es bei uns nicht! 😊



J wie Jahn-Pokale: Jahn-Pokale 2026 mit Formationsturnier!

Flyer sind verteilt, Vorbereitungen des Orga-Teams laufen auf Hochtouren, die nächsten Jahn-Pokale finden in der neuen Stadionhalle statt, da wir Einzelturniere am 21. März mit einem Formationsturnier der 2. Bundesliga Nord in den Standardtänzen am 22. März kombinieren. Freut Euch drauf, es wird grandios!



Kirchstr. 8
27749 Delmenhorst
Tel.: 04221 - 1 47 32



6. JAHN POKAL



»»» **SAMSTAG 21. MÄRZ 2026**

1 Sporthalle | 2 Tanzflächen | 20 Tanzturniere

HGR D - A LATEIN

HGR D - C STANDARD

HGR II D - C LATEIN

SEN II D - C STANDARD

SEN II D - B LATEIN

SEN III B - A STANDARD

SEN III D - B LATEIN

SOLO SEN III B - S STANDARD

SONNTAG 22. MÄRZ 2026 «««

1. Heimturnier der neuen Standardformation
der TSA des TV Jahn Delmenhorst

FORMATIONSTANZEN STANDARD

2. BUNDESLIGA NORD



Scan me



Adresse, Hallenöffnung & Eintritt



... und J wie Jennie: **Ausflug in die Tanzart Ballett mit Jennie**

Anfang November fand unser Training „**ballroommeetsballet**“ unter Leitung von Jennie statt, die uns viele Tipps zum Dehnen und Trainieren unserer Muskelgruppen sowie zur Optimierung unserer Haltung gegeben und uns mitgenommen hat in die sehr disziplinierte Welt des Ballett-Tanzens. Bei uns konnte von Tanzen nicht so die Rede sein, aber in großer Gruppe von jung bis „jung geblieben“ haben wir ihre Übungen brav ausgeführt und ganz schön geschwitzt. Am Ende stand fest: Das werden wir jetzt öfter machen, denn eine gute Haltung und eine starke Körpermitte sind auch in unserem Sport das A & O.



„Wer immer tut, was er schon kann, bleibt immer das, was er schon ist.“

(Henry Ford)

L wie (gute) Leistungen: **Landesmeister und andere Leistungssportler**

Leistung ist, wo Lust und Pflicht zusammenarbeiten, heißt es, dabei ist Lust ein maßgeblicher Faktor, denn besonders im extrovertierten Tanzsport möchte man das Publikum ja auch berühren und begeistern. Jede/r von uns hat 2025 „geleistet“, aber nicht jedes Paar war erfolgreich. Manchmal zählt am Ende nicht das Ergebnis, sondern das **Erlebnis**, z.B. liebe Wegbegleiter getroffen und von einem tollen Turnierambiente profitiert zu haben. Manchmal hat Krankheit einen Start überschattet oder vereitelt oder andere unvorhergesehene Störungen. Deswegen muss man nicht in Gram versinken. Blickt nach vorn, bleibt dran, lasst Euch umarmen und aufbauen!



Wir wussten schnell, dass wir die super Bilanz von 2024 nicht toppen können, was die Anzahl der Aufstiege und Turniersiege anbelangt, in Summe war dies jedoch auch ein **erfolgreiches Jahr**: Wir zählen **insgesamt 10 NTV-Landesmeistertitel**, davon **7 GLM-Gesamtsiege** unserer Paare (inklusive Kim & Silke, VfL Wolfsburg), **erfolgreiche Starts** bei internationalen WDSF-Turnieren sowie **6 Aufstiege** in die Klassen: C-Latein (Kai & Katrin), B-Standard (Linus & Enija), A-Standard (Nico & Lara), S-Standard (Bernd & Heike, Thomas & Heike) sowie S-Latein (Kim & Silke).

O wie OWL: Beim 1. Turnier ganz oben auf's Treppchen

Erfolgreiche Premiere für Sven & Anna! Beim Traditionsturnier "OWL tanzt" in der Seidenstickerhalle in Bielefeld setzten sich **Sven und Anna** in der HGR II B-Paar lässig in einem starken Feld durch und **gewannen ihre Klasse** von 16 Paaren, was für ein tolles Ergebnis nach nur wenigen Wochen gemeinsamer Trainingszeit! Weitere Ergebnisse auf tvjahn-tanz.de Ebenfalls einen Sieg feiern durften Dominik & Christin beim Astoria in Norderstedt in der HGR B Standard von 6 Paaren!



P wie Prüfung: Neue Wertungsrichter in unserer TSA!

Noah, Yvonne & Christian ließen sich zu Wertungsrichtenden C (Einzel/ Solo) und F (Formation) ausbilden, besuchten die Präsenz-Schulungen, lernten die Prüfungschoreos auswendig und einzeln zu tanzen (!!!) und mussten ihr Wissen theoretisch und praktisch zum Besten geben sowie bei einem Probeturnier anwenden. Ein anerkennenswerter zusätzlicher Aufwand neben Beruf und dem aktuell großen Trainingspensum! Glückwunsch!

W wie weltmeisterlich: **Standard-Trainer wird Deutscher Meister & Weltmeister!**

Am 15. November ertanzte Christian sich mit seiner Tanzpartnerin Fine im Standard-A-Team des Braunschweiger TSC seinen 2. Deutschen Meister-Titel in der ÖVB-Arena, ein eigener Fanclub der Jahner war natürlich dabei... Doch das eigentliche Ziel stand noch bevor: Den Weltmeister der Standard-Formationen 2024 (1. TC Ludwigsburg) bei der WM in Braunschweig hinter sich zu lassen und der langjährigen Arbeit von Trainer Rüdiger Knaack zum Abschied die verdiente goldene Krone aufzusetzen. In der Volkswagenhalle gab es kein Halten mehr, nachdem der Sieg der Braunschweiger feststand, es gab Standing Ovationen für „Rudi“ und sehr emotionale Momente. Wir freuen uns sehr für Christian und Fine und sind wahnsinnig stolz! Herzliche Glückwünsche!



„Talent gewinnt Spiele, aber Teamwork und Intelligenz gewinnen Meisterschaften.“

(Michael Jordan)

Was für ein schönes Credo für unser neues Sportjahr 2026!

Wir wünschen Euch allen für 2026 Gesundheit, erfolgreiche Spiel- und (Tanz)Sport-Begegnungen sowie immer einen Grund zum Feiern!



Herzliche Grüße von TSA-Team Sven, Frauke, Anna & Christian



Du gibst gerne den Takt vor? Weißt genau, wie man vorangeht und ein motiviertes Team leitet? Dann nutze Deine Skills und hilf Sportlerinnen und Sportlern dabei, ihre Ziele zu erreichen und noch besser zu werden. **Werde Trainer im TV Jahn Delmenhorst von 1909 e.V.!**



Du kannst ein Team formen, motivieren und den Zusammenhalt in einer Gruppe stärken? Dann hilf Sportlerinnen und Sportlern dabei, zu einer verschworenen Einheit zu werden.

Werde Vereinstrainer im TV Jahn Delmenhorst von 1909 e.V.!

Jetzt informieren: www.tvjahn-delmehorst.de oder www.sportvereintuns.de/trainer



SG Jahn/DTB
Tischtennis



Neues aus der Tischtennisabteilung

Text von Irene Dölle, Fotos von Irene Dölle, Christine Niemeyer und M.-L. Ellerbrock

Highlights: Leo bei den Landesmeisterschaften – Ende der Hinserie

Nach seiner Teilnahme bei der Landesrangliste erreichte Leo Wander die Nachnominierung zu den **Landesmeisterschaften**. Damit belohnt sich Leo für sein – inzwischen – zeitintensives Training. Dazu gehören zusätzliche Trainingseinheiten im Stützpunkt in Hesel und inzwischen auch beim Landesstützpunkt in Osnabrück. Bei den Bezirksmeisterschaften hatte Leo das Viertelfinale erreicht, wurde aber wegen seiner sehr guten Leistungen offiziell nachnominiert. Bei den Landesmeisterschaften traf Leo auf sehr starke Konkurrenz und konnte immerhin mit einem tollen Spielerfolg die Hinrunde zufrieden beenden.



Die letzten Spiele der Hinrunde sind beendet, unser Fazit fällt folgendermaßen aus:

Für unsere Teams im Jugendbereich verlief die Hinserie recht unterschiedlich. Bei den Ju15-Teams glänzte das Team 1 in der Kreisliga OLS/OLL ungeschlagen und mit deutlichen Erfolgen, das Team 2 überzeugte mit einem hervorragenden 2. Platz in der Kreisliga DEL/OLL, die neu zusammengesetzten beiden weiteren Teams zahlten noch ordentlich Lehrgeld.



Abbildung 1 Pawel, Nikita, Luis und Espen
(Foto: C. Niemeyer)



Abbildung 2 Nevio, Lennard, Leo und Deyvid
(Foto: Ellerbrock)

Im Ju19-Bereich belegte das Team 1 mit Kamran, Paul, Jayden und Lenia in der Kreisliga bei nur einer Niederlage und ansonsten deutlichen Erfolgen Platz 2, das Team 2 seinerseits belegte den vorletzten Platz.

Bei den Damenteams verlief die Hinrunde recht erfolgreich: Das Team der 1. Damen erreichte in der sehr ausgeglichenen Bezirksoberliga Süd einen hervorragenden 3. Platz mit nur zwei Punkten Rückstand auf den Herbstmeister aus Dinklage. Das Team der 2. Damen belegt in der Bezirksliga Ost mit 7:5-Punkten ebenfalls Platz 3.



Abbildung 3 Carolyn, Mara-Lena, Miriam und Irene



Abbildung 4 Ulla, Doris, Christine und Silke, es fehlen Andrea und Julia auf dem Bild

Die neun „Herrenteams“ haben unterschiedliche Platzierungen in ihren jeweiligen Ligen erreicht. Die fünf Teams auf Bezirksebene können durchweg zufrieden sein.



Zunächst ist zu erwähnen der hervorragende 3. Platz des Teams der 1. Herren in der Bezirksliga Ost, und das trotz der Personalprobleme, die durch starke Ersatzspieler sehr gut kompensiert werden konnten. Simon, Niklas, Thorsten, Kevin, „Pom“, Kai und Vitali konnten gemeinsam mit den Ersatzspielern sieben Siege bei drei Niederlagen erreichen und haben damit ihr Ziel gänzlich erreicht.

Das Team der 2. Herren mit Thomas K., Maik, Karsten und Sascha zeigte in der 1. Bezirksklasse eine herausragende Hinrunde, denn bei nur einem Unentschieden konnten alle weiteren sieben Begegnungen teils deutlich gewonnen werden. In derselben Liga liegt das dritte Team unserer SG (Michael B., Meik, Marc, Steven und Toni) mit einer knapp negativen Bilanz auf einem Mittelfeldplatz.



Einen Platz darunter, also etwas in der Gefahrenzone befindet sich das vierte Herrenteam mit Sascha, Jürgen, Uwe und Thomas U. In der 2. Bezirksklasse zeigte das 5. Herrenteam mit Rainer, Gerd, Michael L. sowie Ersatzspielern aus den unteren Teams eine ausgeglichene Hinrunde und belegt einen sicheren 4. Platz.

Die Teams auf Kreisebene werden angeführt von der 6. Herren (mit Swen, Hansi, Jörg, Mario, Gürkan und Julian), die eine sehr starke Hinrunde gespielt haben und mit acht Siegen bei einer Niederlage die Tabelle der Kreisliga anführen. Auch die 7. Herren hält sehr gut mit und belegt in derselben Liga Platz 5, hauptsächlich vertreten durch Markus S., Rolf H., Tim L. und Rolf K., dazu kamen Einsätze diverser Ersatzspieler aus den unteren Teams. Unsere 8. Herren kämpft in der 2. Kreisklasse auf Platz 6 nach der Hinrunde mit Eric, Eugen, Alexander, Jörg O., Volker und Frank um den Klassenerhalt. Und unsere 9. Herren spielten in der 3. Kreisklasse eine starke Hinrunde. Adrian, Uwe, Roman, Helmut und Alexander erreichten mit 12:2-Punkten Platz 1. Wir wünschen allen Teams viel Erfolg in der Rückrunde.



Bei unserem Jahresabschluss, den Vereinsmeisterschaften der Erwachsenen und der Weihnachtsfeier gab es tolle Spiele und einen schönen gemeinschaftlichen Abschluss. Vielen Dank an beide Vereine für die finanzielle Unterstützung sowie an Jürgen, Rainer und Thorsten für die Organisation! Bei den Damen gewann Miri vor Carolin und Mara-Lena, bei den Herren setzte sich Kevin gegen Vitali und Thomas K. durch.

Allen wünsche ich eine besinnliche, frohe Weihnachtszeit!

Herzliche Grüße aus der Tischtennisabteilung, Eure Irene Dölle

„Wandern für Jedermann“

Liebe Wanderfreunde,

es ist leider aus organisatorischen Gründen mit den Gastronomen – Cafe's u. Restaurants - nicht mehr möglich die Wanderpläne so weit im Voraus zu planen.

Die Wanderungen finden aber wie gewohnt, mit Kaffee und Kuchen immer donnerstags statt.

Die „Treffpunkte und Uhrzeiten“ könnt ihr bei **Iris Pollem Tel. 04221 22036** erfragen.

Sonst bleibt alles wie gehabt, wir bitten um Euer Verständnis.

Für den **richtigen BISS**
haben auch wir super **Trainingsmethoden!**



Zahnregulierung und Kiefergelenksbehandlungen
für Erwachsene, Jugendliche und Kinder

Mühlenstraße 148 | 27753 Delmenhorst,
Telefon 04221 - 132 22 | kfo@steinhaeuser.de

Geschenkideen gibt's im offiziellen
TV Jahn Delmenhorst von 1909 e.V. Shop:



Schaut mal rein:

<https://tvjahn-delmehorst.fan12.de>

Bitte vormerken!

Abgabetermin für die Jahnnachrichten

Ausgabe 394

April/Juni 2026

Montag, 23.03.2026 12.00 Uhr

Bilder und Berichte bitte senden an:

pkm@caballito.de

Danke!

Hier könnte ihre Werbung stehen!

Mache Sie auf sich und ihre Firma aufmerksam und unterstützen dabei den Verein. Seit der ersten Ausgabe 1975 haben sich die Jahn-Nachrichten kontinuierlich weiterentwickelt und sind mittlerweile ein fester Bestandteil für die ca. 2000 Mitglieder des Vereins.

Das Heft erscheint alle 3 Monate und ist auch online verfügbar.

Anzeigen können in Formatgrößen 1/4, 1/2 oder 1/1 Seiten gebucht werden.

Bei Interesse bitte an eine der folgende Stellen wenden:

Jochem Flege, Vorstand E-Mail: flege@tvjahn-delmenhorst.de

Peter Kühnelt, Jahnnachrichten E-Mail: pkm@caballito.de

Geschäftsstelle: Brendelweg 48 - 27755 Delmenhorst

Tel.: 04221 - 2 04 72 E-Mail: info@tvjahn-delmenhorst.de

www.TVJahn-Delmenhorst.de



**TV Jahn – der Verein
für die ganze Familie!**

Mein Verein - Dein Verein



Tanzen ist wundervoll
Fußball auch
und Gymnastik
und Volleyball
und, und, und...

Werde Mitglied!

Info: www.tvjahn-delmehorst.de

Geschäftsstelle des TV Jahn Delmenhorst:



Brendelweg 48 • 27755 Delmenhorst
Tel.: 0 42 21 / 2 04 72 • Fax: 0 42 21 / 2 56 39
e-Mail: tvjahn-delmehorst@t-online.de
www.tvjahn-delmehorst.de.

Öffnungszeiten: montags 15.00 - 18.00 Uhr
mittwochs 09.00 - 12.00 Uhr

In der Urlaubszeit (der Zeitraum wird vorher in den Jahn-Nachrichten und der Tageszeitung veröffentlicht) ist die Geschäftsstelle geschlossen.



Restaurant & Vereinsheim

Jahn-Stuben

Inhaber Familie Dedovic

Brendelweg 48 ■ 27755 Delmenhorst ■ Tel.: (04221) 9 28 80 16

Familienfeiern nach Vereinbarung

Besucht uns im Internet: jahnstuben-delmehorst.de

Christian & Wiesner

Heizung-, Sanitär- & Installations GmbH

Annenheider Allee 95

Telefon:

(0 42 21) 2 07 85

Fax:

(0 42 21) 92 59 45

*Der Fachmann
mit Ideen!*

27751 Delmenhorst

Handy: 0172/5464401

Notruf: 0174/9470162

Internet:

www.christian-wiesner-gmbh.de

Alles für Ihre Hochzeit, Geburtstag, Jubiläum ...

Einladungskarten, Danksagungen, Tisch- und Menuekarten etc.

www. **Caballito** .de 

Drucksachen in höchster Qualität zu niedrigsten Preisen!

PK Marketing, Peter Kühnelt, Tel.: 04221 - 27 12 990

B TANZSCHULE
Beuss

Goethestraße 1a \ 27753 Delmenhorst

Tel.: 04221 - 1232665

www.ts-beuss.de \ E-Mail: info@ts-beuss.de



Hochzeitkurse | Discofox | Paartanzkurse - Jugend / Erwachsene



Für unsere Fans
und solche die es werden wollen



Shirts, Schal, Mütze, Becher und vieles mehr

Alle Artikel erhältlich auf der Geschäftsstelle
des TV Jahn Delmenhorst
Brendelweg 48 - 27755 Delmenhorst