

<http://www.sg-benefeld-cordingen.de>

Ansprechpartner

1. Vorsitzender	Werner Friedrichsen	Beethovenstraße 35	29699 Walsrode-Benefeld	mobil 0175 1578456
2. Vorsitzender	Jörg Kagemann	Im Hagen 12	29699 Walsrode, Benefeld	mobil 0151 68569864
3. Vorsitzender	Daniel Friedrichsen	Bayerhoferweg 9	29699 Walsrode, Benefeld	mobil 0151 19437297
1. Kassenwart / Finanzen	Daniel Bennien	Eichendorfstr. 4	29699 Walsrode-Benefeld	mobil. 0173 9699701
2. Kassenwart / Mitgliederbetreuung	Günter Röhrs	Am Mühlenhof 15	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 05161-4372
Spartenleiter Fußball	Marius Kleinhans	Lohheider Straße 7	29699 Walsrode-Benefeld	mobil. 0172 8960112
Jugendleiter Fußball	Matthias Schröder	Cordinger Straße 11	29699 Walsrode-Benefeld	mobil 0151 53241810
Spartenleiter Taekwondo	Ralf Spiegel	Fallingbosteler Str.17a	29699 Walsrode-Bomlitz	mobil. 0173 8858990
Spartenleiter Turnen	Stefani Sippel	Am Großen Busch 3	29699 Walsrode-Benefeld	mobil 0152 55195356
Gleichstellungsbeauftragter	Björn Abrahams	Klaus-Grote-Str. 16	29614 Soltau	mobil 0174 1615961
Jugendwart / Sportlerheim / Platzwart	Maik Behnke	Freudenthalstraße 5	29699 Walsrode-Benefeld	mobil 0152 33533166

Wir bieten folgende Sportangebote

Aikido

Turnhalle Benefeld

Dienstag	18.00-20.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
Samstag	15.00-17.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
Sonntag	09.00-10.30	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300

Badminton

Waldorfhalle

Dienstag	19.45-21.45	Badminton	M. Kieselbach	Tel. 0152 29650000
----------	-------------	-----------	---------------	--------------------

Dart

Sportlerheim

Dienstag	19.00-22.00	Dart	M. Behnke	Tel. 0152 33533166
Donnerstag	19.00-22.00	Dart	M. Behnke	Tel. 0152 33533166

Cheerleading / Cheerdance

Turnhalle Benefeld # # Waldorfhalle

Montag	18.30-20.00	Senior Dance Choreotraining	S. Sippel	Tel. 0152 55195356
Dienstag	18.00-19.30	Cheerleading	S. Sippel	Tel. 0152 55195356
	16.00-17.30	PeeWee Dance	S. Sippel	Tel. 0152 55195356

Gymnastik / Fitness / Rehabilitationssport

Turnhalle Benefeld # Waldorfhalle

Montag	17.00-18.00	Fit for Life	S. Sippel	Tel. 0152 55195356
	18.30-19.30	Fitnessgymnastik / Frauen / Männer	E. Zobott	Tel. 05161-49720
	18.30-19.30	Power Fitness, für Frauen	U. Zinke	Tel.: 05161-949933
Dienstag	18.00-19.20	Energy Dance (Kurs-Angebot)	C. Baumann	Tel. 0162 6590290
Mittwoch	18.30-19.30	Bodystyling	U. Zinke	Tel.: 05161-949933
Donnerstag	17.00-19.00	Gymnastik Frauen 50+	M. Brünjes	Tel. 05161-49307
	19.00-20.00	Brasil Fitness	S. Weigel	Tel. 0176 21408408

Handball

(Handballspielgemeinschaft SG Benefeld – SG Bomlitz – TVJ Walsrode)

Auskünfte und Informationen bei Jörn Schuster Tel. 0177 1766678

Trainingszeiten und Neuheiten unter: <http://www.hsg-lohheide.de/>

Fußball Herren

Sportplatz Benefeld

Dienstag / Donnerstag	19.00-20.30	Fußball Herren	Marius Kleinhans	Tel. 0162 6920647
-----------------------	-------------	----------------	------------------	-------------------

Jugendfußball

Sportplätze # Jugendspielgemeinschaft JSG Lönshöhe # (SG-Benefeld-C. - SG Bomlitz-L.)

Auskunft: Matthias Schröder Tel. 0152 25429176

--	--	--	--	--

Tischtennis

Freitag	16.00-18.00	Tischtennis	D. Bennien	0173 9699701
---------	-------------	-------------	------------	--------------

Kinderturnen / Turnen # Turnhalle Benefeld # Waldorfhalle

Montag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind 3-4 Jahre	A. Lühring	Tel. 0157 52990696
	17.00-18.00	Kinderturnen 5-6 Jahre	A. Lühring	Tel. 0157 52990696
Dienstag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind bis 3 Jahre	M. Zöllner	Tel. 0173 7306731

Nordic Walking/Walking # Sportplatz Benefeld

Dienstag	15.30-16.30	Nordic Walking	W. Friedrichsen	Tel. 0175 1578456
Freitag	15.30-16.30	Nordic Walking	W. Friedrichsen	Tel. 0175 1578456

Parcour

Samstag	11.00-13.00	Jugendliche	C. & K. Atkin	0171 4170471
---------	-------------	-------------	---------------	--------------

Radwandern # Sportplatz Benefeld

Mittwoch	10.00	Radwandern (14-tägig)	H. Feike	Tel. 05161-47320
----------	-------	-----------------------	----------	------------------

Taekwondo / Pacour # Turnhalle SZ Bomlitz # Waldorfhalle # Grundschule Benefeld

Montag	OBS Bomlitz	Zweikampf (Fortgeschrittene)	18.00-20.00	Ralf Spiegel	OBS/1Hallenteil
	OBS Bomlitz	Selbstverteidigung-Jugd.-Erw.	20.00-22.00	Ralf Spiegel	OBS/1Hallenteil
Mittwoch	Waldorfhalle	Taekwondo, Kampf	17.00-18.00	Jasper Scholz	
	Waldorfhalle	Selbstverteidigung	18.00-19.30	Ralf Spiegel	
	Waldorfhalle	Taekwondo Zweikampf	19.30-21.00	Ralf Spiegel	
Donnerstag	Waldorfhalle	Taekwondo Zweikampf	17.30-19.00	Jasper Scholz	
	Waldorfhalle	Taekwondo Technik	19.00-20.30	Ilja Laufer	
Freitag	Waldorfhalle	Taekwondo (> 8 Jahre)	15.30-17.00	Ralf Spiegel	
	Waldorfhalle	Taekwondo (< 8 Jahre)	15.30-17.00	Ilja Laufer	
Samstag	GS Benefeld	Parkour	11.00-13.00	Corvin Atkin	

Mitgliedsbeiträge monatlich: Erwachsene 12,00 € # Kinder & Jugendliche 8,00 € # passive über 65 Jahre 8,00 € # Familien 22,00 €
Beitragseinzug zum: 01.03. # 01.06. # 01.09. # 01.12. jeden Jahres Austritt möglich zum: 30.06. und 31.12. jeden Jahres

Für die Sparten Cheerleading, Taekwondo/Selbstverteidigung/Parkour, Dart sowie Kurse wird ein Zusatzbeitrag erhoben.

Bitte fragen Sie nach !

Werde auch Du Mitglied in unserem Verein!

Komm einfach zum „Schnupper – Training“ in eine Übungsstunde Deiner Wahl.
Nähere Informationen bekommst Du von den Übungsleitern oder den auf der ersten Seite aufgeführten Vorstandsmitgliedern.

Sport ist im Verein am Schönsten!

<http://www.sg-benefeld-cordingen.de>

Stand: 01.03.2025