

Sportgemeinschaft
BENEFELD-CORDINGEN
von 1947 e.V.



Turnen und Ballspiele

1. Vorsitzender	Werner Friedrichsen	Beethovenstraße 35	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 0175 1578456
2.Vorsitzender	Joachim Schwerdtner	Westerharler Str. 46	29699 Walsrode-Bomlitz	Tel. 05161-4399770
3.Vorsitzender	Jörg Kagemann	Im Hagen 12	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 05161-945149
1. Kassenwart / Finanzen	Daniel Bennien	Eichendorfstr. 4	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 0173 9699701
2. Kassenwart / Mitgliederbetreuung	Günter Röhrs	Am Mühlenhof 15	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 05161-4372
Spartenleiter Fußball	Tobias Strehl	Poststraße 18	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 01590 - 1912823
Jugendleiter Fußball	Matthias Schröder	Cordinger Straße 11	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 0151 53241810
Spartenleiter Taekwondo	Ralf Spiegel	Fallingbosteler Str.17a	29699 Walsrode-Bomlitz	Tel. 0173 8858990
Spartenleiter Turnen	Stefani Schade	Am Großen Busch 3	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 0152 55195356
Frauenwartin	Mareike Zöllner	Am Diekkamp 18	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 05161-4811166
Jugendwart / Sportlerheim / Platzwart	Maik Behnke	Freudenthalstraße 5	29699 Walsrode-Benefeld	Tel. 05161-49949

Wir bieten folgende Sportangebote

Aikido

Turnhalle Benefeld

Dienstag	18.00-20.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
Samstag	16.00-18.00	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300
Sonntag	09.00-10.30	Aikido	E. Köster	Tel. 05164-802300

Badminton

Turnhalle Benefeld

Dienstag	20.15-22.00	Badminton	M. Kieselbach	Tel. 0152 29650000
----------	-------------	-----------	---------------	--------------------

Dart

Sportlerheim

Donnerstag	19.00-22.00	Dart	M. Behnke	Tel. 0152 3353166
------------	-------------	------	-----------	-------------------

Cheerleading / CheerdanceTurnhalle Benefeld **Waldorfhalle**

Montag	16.00-17.30	PeeWee Dance 2. Hallenteil	S. Schade	Tel. 05161-7874633
	18.30-20.00	Senior Dance Choreotraining 2. Hallenteil	S. Schade	Tel. 05161-7874633
Mittwoch	17.00-18.00	Cheerleading, Dance Technik (bis 12 Jahre)	S. Schade	Tel. 05161-7874633
	18.00-20.00	Cheerleading, Dance Technik (ab 12 Jahre)	S. Schade	Tel. 05161-7874633
Freitag	18.00-19.30	Cheerleading, AllstarCheer 11 – 99 Jahre	S. Schade	Tel. 05161-7874633
Samstag	13.00-16.00	Cheerleading Nach Absprache	S. Schade	Tel. 05161-7874633

Gymnastik / Fitness / RehabilitationssportTurnhalle Benefeld # **Waldorfhalle** # **Sportlerheim**

Montag	17.30-18.30	Fit for Life	S. Schade	Tel. 05161-7874633
	18.30-19.30	Fitnessgymnastik / Frauen / Männer	E. Zobott	Tel. 05161-49720
	18.30-19.30	Power Fitness, für Frauen 1. Hallenteil	U. Zinke	Tel.: 05161-949933
Dienstag	08.30-09.30	Damengymnastik für Ältere	S. Schade	Tel. 05161-7874633
	19.00-20.00	Reha Innere Erkrankung 1. Hallenteil	S. Schade / B. Gummert	Tel. 05161-7874633
	18.00-19.20	Energy Dance 2. Hallenteil (Kurs-Angebot)	C. Baumann	Tel. 0162 6590290
Mittwoch	10.30-11.30	Stuhlgymnastik im Sportlerheim	B. Gummert	Tel. 0176 97656122
	17.30-18.30	Pilates	S. Schade	Tel. 05161-7874633
	18.30-19.30	Bodystyling 2. Hallenteil	U. Zinke	Tel.: 05161-949933
Donnerstag	17.00-19.00	Gymnastik Frauen 50+	M. Brünjes	Tel. 05161-49307
	19.00-20.00	Brasil Fitness 2. Hallenteil	S. Schade	Tel. 05161-7874633

Handball

(Handballspielgemeinschaft SG Benefeld – SG Bomlitz – TVJ Walsrode) **Auskünfte und Informationen bei Roland Eggersglöß unter Telefon: 05161-3863 Trainingszeiten und Neuheiten unter: <http://www.hsg-lohheide.de/>**

Fußball Herren**Sportplatz Benefeld**

Dienstag / Donnerstag	19.00-20.30	Fußball Herren (alle Mannschaften)	Tobias Strehl	Tel. 0174 2850805
-----------------------	-------------	--------------------------------------	---------------	-------------------

Jugendfußball**Sportplätze # Jugendspielgemeinschaft JSG Lönshede (SG-Benefeld - SG Bomlitz)**

Dienstag +Donnerstag	17.30-19.00	17.30-19.00	U16 Benefeld	K. Nouri
Dienstag +Donnerstag	17.30-19.00	17.00-18.30	U14 Bomlitz	T. Gabler
Dienstag +Donnerstag	17.00-18.30	17.00-18.30	U14 Benefeld	O. Wedemeyer
Montag + Mittwoch	17.00-18.30	17.00-18.30	U11 Benefeld	B. Krause
Mittwoch	16.30-18.00		U9 Benefeld	M. Brandt
Mittwoch	16.30-18.00		U7 Benefeld	M. Brandt

Kinderturnen**/ Turnen****Turnhalle Benefeld # Waldorfhalle**

Montag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind Mä/Ju 3-4 Jahre	J. Reinecke	Tel. 0172 5123436
	17.00-18.00	Kinderturnen 5-7 Jahre	J. Reinecke	Tel. 0172 5123436
Dienstag	16.00-17.00	Turnen Eltern & Kind Mä/Ju bis 3 Jahre	M. Zöllner	Tel. 0173 7306731
Freitag	16.00-13.00	Turnen	S. Schade	Tel. 05161-7874633

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
----------	-------	---------------------------	----------	------------------

TaekwondoTurnhalle SZ Bomlitz / **Waldorfhalle** / **Grundschule Benefeld**

Montag	OBS Bomlitz	Zweikampf (Fortgeschrittene)	18.00-19.30	Ralf Spiegel
Montag	OBS Bomlitz	Selbstverteidigung-Jugd.-Erw.	19.30-22.00	Ralf Spiegel
Mittwoch	Waldorfhalle	Selbstverteidigung-Jugd.-Erw.	18.00-19.30	Ralf Spiegel
Mittwoch	Waldorfhalle	Zweikampf (Fortgeschrittene)	19.30-21.00	Ralf Spiegel
Donnerstag	Waldorfhalle	Zweikampf (Anfänger)	17.30-19.00	Jasper Scholz
Donnerstag	Waldorfhalle	Technik (Fortgeschrittene)	19.00-20.30	Ilja Laufer
Freitag	Waldorfhalle	Taekwondo (> 8 Jahre)	15.30-17.00	Ralf Spiegel
Freitag	Waldorfhalle	Taekwondo (< 8 Jahre)	15.30-17.00	Ilja Laufer
Samstag	GS Benefeld	Technik (Anfänger)	09.30-11.00	Nicole Herbstreit-Atkin

Mitgliedsbeiträge monatlich: Erwachsene 10,00 € # Kinder & Jugendliche 7,00 € # passive über 65 Jahre 7,00 € # Familien 20,00 € 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 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>
<https://sg-benefeld-cordingen.fan12.de/>

Stand: 03.03.2023