



Allgemeiner Turn- und Sportverein Cuxhaven von 1862 e. V.

Geschäftsstelle

Frau Lessing  
Mozartstr. 22  
27474 Cuxhaven  
Tel. 04721 / 71 45 61  
Fax: 04721 / 71 45 62

e- mail: [ATS-Cuxhaven@t-online.de](mailto:ATS-Cuxhaven@t-online.de)  
Homepage: [www.ats-cuxhaven.de](http://www.ats-cuxhaven.de)

Öffnungszeiten:

Montag 16:00 bis 18:00 Uhr  
Dienstag geschlossen  
Mittwoch 10:00 bis 12:00 Uhr  
Donnerstag geschlossen  
Freitag 10:00 bis 12:00 Uhr

Achtung:

DER TRAININGSPLAN HAT IN DEN  
NIEDERSÄCHSISCHEN  
SCHULFERIEN KEINE GÜLTIGKEIT !!

Stand  
17.04.2023

Wochen-Trainings-Plan  
ALLGEMEINER TURN -  
UND SPORTVEREIN  
CUXHAVEN VON 1862 e. V. Tel.: 04721 / 714561



BADMINTON

Kinder und Jugendliche

Mittwoch 18:00 bis 20:00 Uhr Döse, große Halle Manfred Abbes

Erwachsene

Mittwoch 20:00 bis 22:00 Uhr Döse, große Halle Manfred Abbes



TISCHTENNIS

Abteilungsleiter: Klaus Rösner, Joachim-Ringelnetz-Str. 21, 27476 Cuxhaven, Tel. 46661

Tischtennis Minis (5-9 Jahre)

Dienstag 16:15 bis 17:30 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Leander Wendt

Tischtennis Anfänger (Schüler B/9-13 Jahre)

Dienstag 16:15 bis 17:30 Uhr Abendrothsch. gr. Halle L. Wendt/D. Rambow

Donnerstag 16:00 bis 17:30 Uhr Abendrothsch. kl. Halle Leander Wendt

Freitag 18:00 bis 19:30 Uhr Abendrothsch. gr. Halle L.Wendt/R. Kieselbach

Tischtennis Jugend + Schüler A (13-17 Jahre)

Dienstag 17:30 bis 19:30 Uhr Abendrothsch. gr. Halle L. Wendt/J. Martins de Sousa

Donnerstag 18:00 bis 20:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle L.Wendt/M. Langewitz

Freitag 18:00 bis 20:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Leander Wendt

Damen und Herren

Dienstag 19:30 bis 22:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Franz - Josef Leffler

Donnerstag 19:30 bis 22:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Alex Rösner / Rüdiger Oben

Freitag 20:00 bis 22:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Mannschaftsführer

Punktspiele / Allgem. Training / Mannschaftsführer / Sondertraining (in Absprache)

Samstag (Sept.-März) 14:00 bis 17:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Mannschaftsführer Schüler A

Samstag (Sept.-März) 17:00 bis 21:00 Uhr Abendrothsch. gr. Halle Mannschaftsführer Herren



VOLLEYBALL

Abteilungsleiter: z.Z. nicht besetzt

Just 4 fun (ab 16 Jahre)

Donnerstag 18:30 bis 20:00 Uhr Rundturnhalle Franz Wagner

Volleyball für Fortgeschrittene (Erwachsene)

Montag 20:00 bis 22:00 Uhr Rundturnhalle Franz Wagner



## LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiter: Gerd Brandes  
Joachim - Ringelnatz - Str. 42, 27476 Cuxhaven, Tel.: 04721 / 42 60 90

### Winter (nach den Herbstferien)

#### Kinder (6-12 Jahre)

Dienstag	16:00 bis 17:30 Uhr	Rundturnhalle	Bernd Lange
----------	---------------------	---------------	-------------



### Jugendliche

#### Grundlagentraining (ab 13 Jahre)

Montag	16:30 bis 18:00 Uhr	Rundturnhalle	Jens Huff
Donnerstag	16:30 bis 18:00 Uhr	Rundturnhalle	Jens Huff

### Sommer (ab April)

#### Kinder (6-12 Jahre)

Dienstag	16:30 bis 18:00 Uhr	Strichwegsportplatz	Bernd Lange
----------	---------------------	---------------------	-------------



### Jugendliche

#### Grundlagentraining (ab 14 Jahre)

Montag	16:30 bis 18:00 Uhr	Strichwegsportplatz	Jens Huff
Donnerstag	16:30 bis 18:00 Uhr	Strichwegsportplatz	Jens Huff



### Sportabzeichen, ab Anfang Mai bis Ende September

Dienstag	18:00 bis 19:30 Uhr	Strichwegsportplatz	Otto-Heinz Schunk
Donnerstag	18:00 bis 19:30 Uhr	Strichwegsportplatz	Otto-Heinz Schunk



## (NORDIC) WALKING

Dienstag	15:00 bis 16:00 Uhr	Sahlenburg Parkplatz	St. Wilshusen
Winter (nach Herbstferien)		hinter der Eisdielen	
Freitag	15:00 bis 16:00 Uhr	Sahlenburg Parkplatz	St. Wilshusen
Winter (nach Herbstferien)		hinter der Eisdielen	

Dienstag	15:00 bis 16:00 Uhr	Am Lohmsmoor	St. Wilshusen
Sommer (nach Osterferien)		Sahlenburg	
Freitag	15:00 bis 16:00 Uhr	Am Lohmsmoor	St. Wilshusen
Sommer (nach Osterferien)		Sahlenburg	



## SKI

Ansprechpartner für Skifreizeiten:  
Dietmar Both Tel.: 0175-88 345 32



## RADTOUREN

Ansprechpartnerin: Renate Kapp, Tel. 04721 - 51307  
Dienstag April - Juli ab 18.00 Uhr  
August + September ab 17.00 Uhr  
Touren am Wochenende nach Absprache



Treffpunkt: Wochenmarkt/Beethovenallee  
(Toilettenhäuschen)

## SCHWIMMEN

Abteilungsleiterin: Hannah Ehlers [atsc-schwimmen@gmx.de](mailto:atsc-schwimmen@gmx.de)

### Anmeldung für Schwimmkurse (Kinder und Erwachsene) im HALLENBAD bei Sabine Reich unter Tel. 04721/43 73 62

#### SCHWIMMEN FÜR KINDER

##### Schwimmen mit Schwimmabzeichen bis Bronze

Dienstag	15:30 bis 16:30 Uhr	Hallenbad	Heike Hebbeln + Sabine Reich
Mittwoch	15:30 bis 16:30 Uhr	Hallenbad	Heike Hebbeln + Sabine Reich

##### Schwimmen mit Schwimmabzeichen Silber

Mittwoch	17:00 bis 18:00 Uhr	Hallenbad	Heike Hebbeln
----------	---------------------	-----------	---------------

##### Schwimmen mit Schwimmabzeichen Gold

Mittwoch	17:00 bis 18:00 Uhr	Hallenbad	Sabine Reich
----------	---------------------	-----------	--------------

##### Schwimmen für Schüler ab 10 Jahre

Dienstag	18:00 bis 19:00 Uhr	Hallenbad	Sabine Reich
----------	---------------------	-----------	--------------

#### Schwimmkids 1

Montag	15:30 bis 16:30 Uhr	Hallenbad	S. Reich/ S. Sander
--------	---------------------	-----------	---------------------

#### Schwimmkids 2

Montag	16:30 bis 17:30 Uhr	Hallenbad	S. Reich/ S. Sander
--------	---------------------	-----------	---------------------

#### Training der Talentgruppe

Dienstag	16:30 bis 18:00 Uhr	Hallenbad	Sabine Reich
Donnerstag	15:15 bis 16:45 Uhr	Hallenbad	Sabine Reich

#### Training der Wettkampfgruppen

Nach Absprache mit H. und M. Ehlers

#### SCHWIMMEN FÜR ERWACHSENE

##### Frühschwimmen für alle

Freitag	6.50 bis 7.50 Uhr	Hallenbad	Sabine Reich
---------	-------------------	-----------	--------------

##### Sportliches Schwimmen/ Training Masters

Montag	21:00 bis 22:00 Uhr	Hallenbad	Hannah oder Martin Ehle
Freitag	17:00 bis 18:00 Uhr	Hallenbad	Hannah oder Martin Ehle

##### Schwimmen für Alle

Donnerstag	15:15 bis 16:00 Uhr	Hallenbad	I. Schröder/ S. Reich
Donnerstag	16:00 bis 16:45 Uhr	Hallenbad	I. Schröder/ S. Reich

#### Wassergymnastik

Donnerstag	15:30 bis 16:15 Uhr	Hallenbad	Ingelore Schröder
Donnerstag	16:30 bis 17:15 Uhr	Hallenbad	Ingelore Schröder



