



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
Homepage: 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

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



