

# ***1. SC Norderstedt***



Stand: Juni 2017

**1. SC Norderstedt e.V.**

Scharpenmoor 55  
22848 Norderstedt

Tel.: 040 / 528 766 94  
Fax: 040 / 528 766 96  
Email: [info@lscn.de](mailto:info@lscn.de)  
Internet: [www.lscn.de](http://www.lscn.de)

Vereinsreg.-Nr. 110 Amtsgericht Kiel

Vorstand nach § 26 BGB:

1. Vorsitzender: Jörg Rau  
2. Vorsitzender: Torben Heyl  
Referent für Finanzen: Jens Rath

# 1. SC Norderstedt e.V.

## Wir bieten Ihnen:

### im Sportpark Scharpenmoor

mit Gastronomie „Sport Lounge“ Tel.: 0160/ 97 61 98 16

- **Beach-Volleyball-Anlage** mit 3 Feldern
- **Dojo** mit neuen blauen & gelben Bodenmatten
- **Gymnastik-Halle** mit gelenkschonendem Sportboden
- **Kegelanlage** mit 4 Doppelbahnen
- **Sportraum** mit Laminatboden
- **Tanzsaal** mit hochwertigem Parkett
- **Tennishalle** 1 Platz mit Teppichbelag
- **Turnzentrum** inkl. großer Bodenfläche/  
aller olympischen Geräte/ großes Trampolin  
inkl. Behinderten-WC & Wickeltisch
- **neue Umkleide-/Sanitärräume**

### im Sportbereich

- **über 280 Stunden organisierter Sport pro Woche** zzgl. Sportgemeinschaften
- **über 30 verschiedene Sportarten**
- **qualifizierte Übungsleiter / Trainer mit Fachlizenzen**
- **Kursangebote**
- **Prädikate „Pluspunkt Gesundheit“ & „Sport pro Gesundheit“**

## unsere Sportangebote:

### Badminton

### Basketball

### Beach-Volleyball

### Boxen

### Einrad

### Fechten

### Fitness & Freizeit

Aerobic

Ausgleichsgymnastik

Bauch, Beine, Rücken, Po

Fit mit Choreographie

Fit-Mix

Fitness-Turnen

Gymnastik & Hallenspiele

Seniorengymnastik

Power-/Nordic Walking

### Gesundheits- und Rehabilitationssport

Gesund und bewegt

Herz-Rehasport

Orthopädischer Rehasport

Lungen-Rehasport

Pilates

Wirbelsäulengymnastik

Yoga

### Handball

### Hockey

### Inline Skating

### Jazz-Dance

### Jiu-Jitsu

### Judo

### Karate

### Kursangebote

### Leichtathletik

### Schwimmen

### Sportkegeln

### TaeKwonDo

### Tanzsport

Hip Hop

Latin-Fitness

Line Dance

Oriental Dance

Rock´n Roll

Tanzkreis

Vorturnier und Tuniergruppen

### Tennis

### Tischtennis

### Trampolin

### Tricking

### Turnen – leistungsorientiertes Gerätturnen

Leistungsgruppe 1-5

### Turnen

Eltern-Kind-Gruppen/Krabbelgruppen

Kinderturnen

Mädchenturnen

Aufbaugruppe für Gerätturnen

### Turnen-TGW

### Volleyball

Zumba

# Sportprogramm

## Badminton

Kinder bis 12 Jahre	Mittwoch	17.00 – 18.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
Kinder ab 13 Jahre	Mittwoch	18.00 – 19.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
Erwachsene	Montag	20.30 – 22.00	Coppernicus Gymn., Halle III
Erwachsene	Freitag	20.00 – 22.00	Coppernicus Gymn., Halle III

Ansprechpartner: Geschäftsstelle, Tel. 040 / 528 76 694

## Basketball

Gemischte U12	Dienstag	16.15 – 17.45	WBS Lütjenmoor, große Halle
	Freitag	15.15 – 16.45	Coppernicus Gymn., Halle III

Männlich U14	Dienstag	17.30 – 19.00	Coppernicus Gymn., Halle III
	Freitag	17.00 – 18.30	WBS Lütjenmoor, große Halle
Männlich U 16 / U18	Montag	17.00 – 20.00	WBS Lütjenmoor, große Halle
Männlich U 16	Donnerstag	18.00 – 19.30	Coppernicus Gymn., Halle III
Männlich U18	Mittwoch	17.30 – 19.00	Coppernicus Gymn., Halle III
1. Herren / 2. Herren	Montag	20.00 – 22.00	WBS Lütjenmoor, große Hall
1. Herren	Mittwoch	20.00 – 22.00	WBS Lütjenmoor, große Halle
2. Herren	Donnerstag	19.30 – 21.30	Coppernicus Gymn., Halle III

Damen	Mittwoch	19.00 – 21.00	Coppernicus Gymn., Halle III
	Freitag	19.00 – 21.00	WBS Lütjenmoor, große Halle
Open Gym	Freitag	17.00 – 19.00	Coppernicus Gymn., Halle III

Ansprechpartner: Lars Thiemann, Tel. 040 / 524 94 57

## Beach-Volleyball – siehe unter Volleyball

Die 3-Feld-Beach-Anlage im Sportpark Scharpenmoor wird im Sommerhalbjahr gemäß der Hallenzeiten und auf Anfrage genutzt.

Das Beach-Feld ist auch für Externe buchbar.

Ansprechpartner: Michael Arp, Tel. 040 / 278 77 173

## Boxen

Jugendliche ab 11 Jahren	Montag	17.00 - 18.00	Coppernicus Gymn., Halle II
	Freitag	17.00 - 18.00	Coppernicus Gymn., Halle II
Erwachsene / Jgdl. ab 14 J.	Montag	18.00 – 19.30	Coppernicus Gymn., Halle II
	Dienstag	20.15 – 21.45	Coppernicus Gymn., Halle II
	Mittwoch	20.00 – 22.00	Coppernicus Gymn., Halle II
	Freitag	18.00 – 19.30	Coppernicus Gymn., Halle II

Ansprechpartner: Sven Waesermann, info@1scn.de

## Einrad

Fortgeschrittene	Donnerstag	17.00 – 18.30	GS Niendorfer Str., Halle
Jedermann/Anfänger	Freitag	16.30 – 18.00	GS Niendorfer Str., Halle

Ansprechpartner: Geschäftsstelle, Tel. 040 / 528 76 694

# Sportprogramm

## Fechten

Kinder / Anfänger	Dienstag	16.00 – 18.00	auf Anfrage
Jugendliche	Dienstag	18.00 – 20.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
Jugendliche	Donnerstag	18.00 – 20.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
Erwachsene	Donnerstag	20.00 – 22.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle

Ansprechpartner: Geschäftsstelle, Tel. 040 / 528 76 694

## Fitness & Freizeit (für Jugendliche & Erwachsene)

<b>Aerobic</b>	Montag	20.00 – 21.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
<b>Ausgleichsgymnastik</b> (Frauen ab 18 Jahren)	Montag	19.30 – 20.30	Copernicus Gymnasium, Halle I
	Montag*	19.30 – 20.30	Copernicus Gymnasium, Halle II
	Dienstag	20.00 – 21.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
<b>Bauch, Beine, Rücken, Po</b> (vom DTB prämiertes Angebot)	Montag	21.00 – 22.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
<b>Fit mit Choreographie</b>	Montag	18.15 – 19.30	Copernicus Gymnasium, Halle I
<b>Fit-Mix</b>	Mittwoch	10.00 – 11.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
<b>Fitness-Turnen</b> mit Kinderspielecke!	Freitag	10.30 – 11.30	Sportpark Scharpenmoor, Turnzentr.
<b>Gymnastik &amp; Hallenspiele</b> Männer	Montag	19.00 – 21.00	Horst-Embacher-Schule, Halle
	Mittwoch	19.30 – 21.30	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
	Dienstag*	20.15 – 22.00	Copernicus Gymnasium, Halle II
<b>gemischte Gruppen</b>			
<b>Seniorengymnastik</b> (gemischte Gruppen)	Dienstag*	09.00 – 10.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
	Mittwoch	09.00 – 10.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
<b>Nordic Walking/ Power Walking</b>	Montag	15.30 – 16.30	Stufen des Stadtparksee
	Dienstag	09.00 – 10.00	Hasloher Weg / Friedrich-Ebert-Str.
	Donnerstag	09.00 – 10.00	Hasloher Weg / Friedrich-Ebert-Str.

Ansprechpartnerin: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

\* an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste

# Sportprogramm

## Gesundheits- und Rehabilitationssport (vom DTB prämiertes Angebot)

<b>Gesund &amp; bewegt</b> (Frauen und Männer ab 40 J.)	Mittwoch*	18.00 – 19.00	Coppernicus Gymnasium, Halle II
<b>Herz-Rehasport * telefonisch bitte nach Restplätzen fragen</b>			
Übungsgruppen	Dienstag*	10.00 – 11.15	Sportpark Scharpenmoor, Saal
	Dienstag*	17.45 – 19.00	Coppernicus Gymnasium, Halle I+II
	Donnerstag*	08.45 – 10.00	Sportpark Scharpenm., Gym. Halle
Trainingsgruppen	Dienstag*	11.15 – 12.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
	Dienstag*	17.45 – 19.00	Coppernicus Gymnasium, Halle I+II
	Dienstag*	19.00 – 20.10	Coppernicus Gymnasium, Halle I+II
	Donnerstag*	10.00 – 11.15	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
Übungs-Trainingsgruppe	Donnerstag*	11.15 – 12.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
<b>Lungen-Rehasport</b>			
Frauen & Männer	Montag*	17.15 -18.30	GS Niendorfer Str., Halle
<b>Orthopädischer Rehasport</b>	Donnerstag	18.45 – 19.45	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
<b>Pilates</b> (ohne DTB Siegel)	Dienstag	17.15 – 18.15	Sportpark Scharpenm., Sportraum
	Donnerstag	17.45 – 18.45	Sportpark Scharpenm., Sportraum
<b>Wirbelsäulengymnastik</b>			
Frauen & Männer	Montag*	19.00 – 20.00	GS Gottfried-Keller-Str., Halle
	Dienstag*	09.00 – 10.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Dienstag	19.00 – 20.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Mittwoch*	10.00 – 11.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Mittwoch	11.00 – 12.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Mittwoch	18.00 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Mittwoch*	19.00 – 20.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
	Donnerstag*	10.00 – 11.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo
<b>Yoga</b>	Montag*	09.00 – 10.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Kundalini – Frauen	Montag*	19.00 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Sportraum
	Dienstag*	18.30 – 20.00	Sportpark Scharpenm., Sportraum

**Probestunde nur nach Rücksprache möglich!**

Ansprechpartner: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

## H a n d b a l l (über Startgemeinschaft HGN)

Infos unter: [www.hg-norderstedt.de](http://www.hg-norderstedt.de)  
Ansprechpartner: HGN Geschäftsstelle 040 / 525 7 787

**\* an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste**

# Sportprogramm

## Hockey

Kinder / Jugendliche	Dienstag	17.00 – 18.30	Copernicus Gymn., Kunstrasen
Lauffreife	Mittwoch	ab 17.30	Copernicus Gymnasium

Treffen: jeweils 15 Minuten vorher!

Ansprechpartner: Hans-E. Lembcke, Tel. 040 / 521 10 386, Email: hockey@1scn.de

## Inline Skating (in der Halle! – nur beim 1. SCN!)

Erwachsene, Anf. & Fortg.			
Montag	Sommer	19.00 – 20.30	GS Niendorfer Str., Schulhof
	Winter	19.30 – 21.00	Sportpark Scharpenm., Gym. Halle

## Jazz - Dance

### Kinder und Jugendliche

ab 4 Jahre	Freitag	14.30 – 15.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
ab 8 Jahre	Freitag	15.30 – 16.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
ab 13 Jahre	Freitag	16.30 – 17.45	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
ab 15 Jahre	Freitag	17.45 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
„Flames“ (Wettkampfnachwuchsgruppe)	Samstag	09.00 – 12.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle

### Erwachsene

Anfänger	Dienstag	16.30 – 17.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Fortgeschrittene	Dienstag	17.30 – 19.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal

Ansprechpartner: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

## Jiu - Jitsu

Kinder 7-13 Jahre	Montag	17.00 – 18.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo
	Donnerstag	17.00 – 18.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo
Jugendliche ab 14 Jahre und Erwachsene	Dienstag	19.00 – 20.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo
	Donnerstag	19.00 – 20.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo

Ansprechpartner: Sven Waesermann, info@1scn.de

**\* an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste**

# Sportprogramm

## Judo

Judo spielend lernen, 4-6 J.	Mittwoch Freitag	16.30 – 17.30 16.00 – 17.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo Sportpark Scharpenmoor, Dojo
Anfänger ab 6 Jahre	Dienstag Mittwoch	16.30 – 17.30 17.30 – 18.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo Sportpark Scharpenmoor, Dojo
Techniktraining U11/U14 (freies Randori)	Dienstag Dienstag	17.30 – 18.30 18.30 – 19.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo Sportpark Scharpenmoor, Dojo
Wettkampf U11/ U14	Freitag	17.30 – 18.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo
Wettkampf / Liga	Mittwoch Freitag	19.00 – 21.00 18.30 – 20.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo Sportpark Scharpenmoor, Dojo

## Karate

Kinder / Jugend 7-15 Jahre	Montag Mittwoch	18.00 – 19.00 17.00 – 18.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo WBS Lütjenmoor, kleine Halle
Erwachsene ab 16 Jahre	Montag Mittwoch Sonntag	19.00 – 20.15 18.45 – 20.00 11.30 – 13.00	Sportpark Scharpenmoor, Dojo WBS Lütjenmoor, kleine Halle Sportpark Scharpenmoor, Dojo

Ansprechpartner: Sven Waesermann, info@lscn.de

**Kursangebote** in vielen Sportarten  
aktuelle Informationen über die Homepage oder unter Tel. 040 / 528 76 694

## Leichtathletik (LG Alsternord)

**Sportabzeichen:** Training und Abnahme über die LG Alsternord machbar

Infos unter: [www.lgalsternord.de](http://www.lgalsternord.de)

Ansprechpartner f. Schüler und Schülerinnen: Svenja Schumann  
Ansprechpartner f. Jugend und junge Erw.: Toni Bärn  
Ansprechpartner f. Jedermann und Senioren: Klaus Schmidt

Tel. 0151 / 51602035  
Tel. 0151 / 20534279  
Tel. 040 / 6024825

\* an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste



# Sportprogramm

## Schwimmen (SG Wasserratten – im ARRIBA)

### Asthma-Gruppen, Synchronschwimmen, Triathlon, Breitensport, Wettkampfsport

Infos unter: [www.wasserratten.de](http://www.wasserratten.de)  
Ansprechpartner: SG Wasserratten, Tel. 040 / 521 10 937

## Sportkegeln

Jugend (8-18 J.)	Donnerstag	18.00 – 19.00	Sportpark Scharpenmoor, Kegelb.
Jugendl. +Erw. (ab 19 J.)	Donnerstag	19.00 – 22.00	Sportpark Scharpenmoor, Kegelb.

Ansprechpartner: Thorsten Krohn, Tel. 040/ 528 82 83

## TaeKwonDo

Kinder/Jugendl. (6-14 J.)	Mittwoch	17.00 – 18.30	RegS Garstedt, Halle
	Freitag	18.00 – 19.00	WBS Lütjenmoor, kleine Halle
Erwachsene (ab 15 J.)	Mittwoch	18.30 – 20.00	RegS Garstedt, Halle
	Freitag	19.00 – 20.30	WBS Lütjenmoor, kleine Halle
für alle	Sonntag	10.00 – 11.30	Sportpark Scharpenmoor, Dojo

Ansprechpartner: Rolf Illas, Tel. 040 / 500 43 57

## Tanzsport

### Jazz und Modern Dance

„Young Supreme“

Wettkampfgruppe

Trainingszeiten auf Anfrage , Tel. 040 / 528 766 94

<b>Kinder</b> (3 J. – 6 J.) <b>Hip-Hop</b>	Freitag	15.15 – 16.00	Sportpark Scharpenm., Sportraum
	Freitag	16.00 – 17.00	Sportpark Scharpenm., Sportraum
	Freitag	17.00 – 18.00	Sportpark Scharpenm., Sportraum
	Freitag	18.00 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Sportraum

<b>Latin Fitness</b> Jugendl./Erw.	Dienstag	19.00 – 20.00	Sportpark Scharpenm., Saal
------------------------------------	----------	---------------	----------------------------

### Line Dance

Jugendl./Erw. Anfänger	Donnerstag	19.30 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Sportraum
Jugendl. /Erw. Fortgeschritt.	Donnerstag	20.15 – 21.45	Sportpark Scharpenm., Sportraum

### Oriental Dance (Frauen ab 16 J.)

Anfänger	Mittwoch	19.15 – 20.15	Sportpark Scharpenm., Sportraum
Fortgeschrittene	Mittwoch	20.30 – 21.30	Sportpark Scharpenm., Sportraum

### Rock´n Roll (Erw.)

Dienstag	ab 19.00	Coppernicus Gymnasium, Aula
Freitag	ab 19.00	Coppernicus Gymnasium, kl. Halle

\* an diesen Terminen gibt es zur Zeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste

# Sportprogramm

## Tanzkreis

Kids u. Jugend (ab 6 J.)	Montag	17.00 – 17.45	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Kids u. Jugend (ab 10 J.)	Montag	17.30 – 18.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Erwachsene	Mittwoch	19.00 – 20.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
	Mittwoch	20.30 – 22.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
	Sonntag	18.00 – 19.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal

## Zumba®

Jugendl./Erwachs. (ab 12 J.)	Mittwoch	18.00 – 19.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
------------------------------	----------	---------------	------------------------------

Ansprechpartner: Yvonne Friederich, Tel. 040 / 325 91 560

## Vorturnier und Turniergruppen - STANDARD

Hauptgr. Senioren D-S	Montag	18.30 – 19.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Hauptgr. Senioren D-S	Montag	19.30 – 21.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Hauptgr. Senioren B/A/S	Dienstag	18.30 – 20.00	Duvenstedter Markt 8
Senioren B/A/S	Dienstag	20.00 – 21.30	Duvenstedter Markt 8

## Vorturnier und Turniergruppen - LATEIN

Turnierkreis Jun./Jgd. D-C	Freitag	18.00 – 19.30	Sportpark Scharpenmoor, Saal
Turnierkreis Jgd./Hgr. B-S	Freitag	19.30 – 21.00	Sportpark Scharpenmoor, Saal

Ansprechpartner: Yvonne Friederich, Tel. 040 / 325 91 560  
Email: [yvonne.friederich@1sc-norderstedt-tsa.de](mailto:yvonne.friederich@1sc-norderstedt-tsa.de)

## Tennis

1 Tennis-Hallenplatz, Buchungen unter Tel. 040 / 528 76 694

## Tischtennis

Jugendl. 6 bis 17 Jahre	Montag	17.30 – 19.30	WBS Lütjenmoor, kleine Halle
Jugendl. 6 bis 17 Jahre	Samstag	15.00 – 17.00	WBS Lütjenmoor, kleine Halle
Erwachsene	Montag	19.30 – 22.00	WBS Lütjenmoor, kleine Halle
	Mittwoch	20.00 – 22.00	WBS Lütjenmoor, kleine Halle

Ansprechpartner: Oliver Schubel, Tel. 0177 / 663 31 80

**\*an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste**

# Sportprogramm

## Trampolin

Gruppe I, (6-10 Jahre)	Montag*	17.00 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
	oder Donnerstag*	17.00 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
	oder Freitag *	17.00 – 19.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Gruppe II, (ab 11 J.u. Erw.)	Montag*	18.30 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
	oder Donnerstag*	18.30 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Wettkampf, (ab 6 J. u. Erw.)	Donnerstag*	18.30 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
	und Freitag*	18.30 – 20.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Ansprechpartner: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

## Tricking

Verschiedene Bewegungsabläufe unterschiedlicher Kampfkünste mit turnerischen Elementen sowie Choreografien aus dem Bereich Street- und Break-Dance kombiniert.

junge Erwachsene	Mittwoch *	19.30 - 21.30	Copernicus Gymnasium, Halle I
	Freitag *	20.00 - 22.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Ansprechpartner: Sven Waesermann, info@1scn.de

## Turnen

### Eltern-Kind-Gruppen/Krabbelgruppen

Krabbelgruppe 0,5 – 2 Jahre	Montag	09.30 – 10.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
1½ - 3 Jahre	Mittwoch	15.00 – 16.00	GS Heidberg, Halle
1½ - 3 Jahre	Donnerstag*	16.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle
ab 2 Jahre	Dienstag*	16.00 – 17.00	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle

### Kinderturnen

3 - 5 Jahre	Montag	16.00 – 17.00	GS Niendorfer Str., Halle II
3 – 6 Jahre	Mittwoch *	16.00 – 17.00	GS Heidberg, Halle
3 – 6 Jahre	Donnerstag*	15.30 – 16.30	Sportpark Scharpenm., Gym.-Halle

### Mädchenturnen

4 - 6 Jahre	Mittwoch *	16.00 – 17.00	Copernicus Gymnasium, Halle I
7 - 9 Jahre	Mittwoch *	17.00 – 18.00	Copernicus Gymnasium, Halle I
10 -12 Jahre	Mittwoch *	17.00 – 18.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
ab 13 Jahre	Dienstag *	18.00 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Ansprechpartner: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

**\* an diesen Terminen gibt es zurzeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste**

# Sportprogramm

## Turnen - leistungsorientiertes Gerätturnen

### männlich

Anfänger	Dienstag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Donnerstag*	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Wettkampfgruppe	Montag*	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Dienstag	17.30 – 20.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Donnerstag	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Jugendl. /Erwachsene	Montag*	19.30 – 21.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Mittwoch*	19.30 – 21.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Erwachsene	Sonntag*	freies Training nur für Turngruppenmitglieder des 1.SCN	

### weiblich

Nachwuchsgr. 6-7 Jahre	Montag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Freitag	16.30 – 18.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Fördergruppe 8-12 Jahre	Montag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Mittwoch	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Trainingsgr. ab 10 Jahre	Montag*	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Mittwoch*	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Leistungsgr. III 5-6 Jahre	Dienstag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Freitag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Leistungsgr. II 7-9 Jahre	Dienstag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Donnerstag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Freitag	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
Leistungsgr. I ab 10 Jahre	Dienstag	17.30 – 20:00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Donnerstag	17.30 – 20:00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
und	Freitag	17.30 – 20:00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

### Erwachsene

Frauen	Mittwoch	19.30 – 21.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
gem. Gruppe	Sonntag*	freies Training nur für Turngruppenmitglieder des 1.SCN	

### Probetraining für leistungsorientiertes Gerätturnen (unangemeldet möglich)

#### Jungen

5-10 Jahre	Donnerstag*	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
11-15 Jahre	Montag*	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
ab 16 Jahre*			

#### Mädchen

4-5 Jahre	bitte nachfragen unter Tel. 513 23 093		
6-7 Jahre	Freitag	16.30 – 18.00	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
8-12 Jahre	Mittwoch	15.30 – 17.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum
ab 13 Jahre	Mittwoch*	17.30 – 19.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum

Ansprechpartner: Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093

\* an diesen Terminen gibt es zur Zeit keine freien Plätze bzw. nur eine Warteliste

# Sportprogramm

## Turnen - T G W (Turnerjugend Gruppen Wettstreit)

SGW1, Jahrgang 2007-2009 und und	Montag Donnerstag Samstag	17.00 -18.30 17.00 -19.00 10.00 -12.00	Sportpark Scharpenm., Gym. Halle Coppernicus Gymnasium, Halle I Coppernicus Gymnasium, Halle I
SGW2, Jahrgang 2003-2006	Freitag * Samstag *	16.00 -18.00 10.00 -11.30	Coppernicus Gymnasium, Halle I Coppernicus Gymnasium, Halle II
Erwachsene, offene Klasse	Donnerstag	19.30 – 21.30	Sportpark Scharpenm., Turnzentrum/Gym. Halle
Ansprechpartner:	Heike Nafzger, Tel. 040 / 513 23 093		

## Volleyball

Herren – Liga			
1. Herren – Landesliga	Dienstag Donnerstag	20-00 – 22.00 20.00 – 22.00	SZ Nord, Moorbekhalle WBS Lütjenmoor, kleine Halle
Hobbygruppen	Montag Freitag	20.00 – 22.00 20.00 – 22.00	GS Niendorfer Str., Halle GS Niendorfer Str., Halle
Ansprechpartner:	Michael Arp, Tel. 040 / 278 77 173		

# Trainingsstätten:

<u>ARRIBA</u>	<u>Am Hallenbad 14</u>	<u>22850 Norderstedt</u>
<u>Coppernicus (Copp) Gymnasium</u>	<u>Coppernicus Str. 1</u>	<u>22850 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Glashütte</u>	<u>Müllerstraße 32</u>	<u>22851 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Gottfried-Keller-Str.</u>	<u>Sandweg 39b</u>	<u>22848 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Heidberg</u>	<u>Heidbergstr. 89</u>	<u>22846 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Neuburgerweg</u>	<u>Neuburgerweg 2</u>	<u>22419 Hamburg</u>
<u>Grundschule (GS) Niendorfer Straße</u>	<u>Niendorfer Str. 13</u>	<u>22848 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Pellwormstraße</u>	<u>Pellwormstr. 35-37</u>	<u>22846 Norderstedt</u>
<u>Grundschule (GS) Harksheide Nord</u>	<u>Weg am Denkmal 9a</u>	<u>22844 Norderstedt</u>
<u>Leichtathletik-Halle Alsterdorf</u>	<u>Krochmannstr.</u>	<u>22297 Hamburg</u>
<u>Horst-Embacher-Schule (RegS) Garstedt</u>	<u>Aurikelstieg 13</u>	<u>22850 Norderstedt</u>
<u>Regionalschule (RegS) Harksheide</u>	<u>Fadens Tannen 30</u>	<u>22844 Norderstedt</u>
<u>Schulzentrum (SZ) Nord/Moorbekhalle</u>	<u>Moorbekstr. 15</u>	<u>22846Norderstedt</u>
<u>Schulzentrum (SZ) Süd</u>	<u>Poppenbütteler Str. 230</u>	<u>22851 Norderstedt</u>
<u>Sportpark Scharpenmoor</u>	<u>Scharpenmoor 55</u>	<u>22848 Norderstedt</u>
<u>Willy-Brandt-Schule (WBS) Lütjenmoor</u>	<u>Lütjenmoor 7</u>	<u>22850 Norderstedt</u>

# Beiträge und Gebühren des 1.SC Norderstedt



Stand: 01.03.2017

Gebühren		Kinder/Jugendliche ermäßigt	Erwachsene
Aufnahmegebühr	(einmalig)	9,75 €	17,50 €
Versicherungsgebühr	(1x jährlich)	3,10 €	5,00 €

Grundbeiträge (monatl.)		Kinder/Jugendliche & Ermäßigte	Erwachsene
Einzelmitgliedschaft	Aktiv	9,75 €	17,50 €
	Passiv	6,00 €	6,00 €
	Elternbeitrag (Eltern-Kind-Sport)	-	6,00 €
	Sonderbeitrag	6,00 €	6,00 €
Familienmitgliedschaft (nur Zahler)	Familienbeitrag A (ab 3 Kindern)	24,00 €	
	Familienbeitrag B (1 Erw. + Kinder)	27,50 €	
	Familienbeitrag C (2 Erw. + Kinder)	35,00 €	

Zusatzbeiträge (monatl.)			
Badminton		1,00 €	1,60 €
Basketball		4,50 €	6,00 €
Boxen	1x pro Woche (Kinder bis 14 J. / Erwachsene ab 15 Jahre)	5,00 €	8,00 €
	2x pro Woche (Kinder bis 14 J. / Erwachsene ab 15 Jahre)	10,00 €	16,00 €
Einrad		3,00 €	4,00 €
Fechten		11,50 €	8,00 €
Fit mit Choreographie		2,60 €	2,60 €
Gerätturnen	Gerätturnen Basic	5,00 €	5,00 €
	Leistungsstufe 5	7,50 €	7,50 €
	Leistungsstufe 4	10,00 €	10,00 €
	Leistungsstufe 3	15,00 €	15,00 €
	Leistungsstufe 2	20,00 €	20,00 €
Handball	HGN	6,00 €	8,00 €
Herz-Rehasport	1x pro Woche	7,80 €	7,80 €
	2x pro Woche	15,60 €	15,60 €
Hockey		3,00 €	5,00 €
Inline-Skating		-	3,50 €
Jazz-Dance	Jazz-Dance 1 Std.	2,60 €	2,60 €
	Jazz 1,25 Std. / 1,5 Std.	6,00 €	9,00 €
	Flames	20,50 €	20,50 €
	Young Supreme	37,00 €	37,00 €
Jiu-Jitsu		6,50 €	6,50 €
Judo	(Mattengeld: 1x jährlich 25,50 € pro Mitglied)	3,00 €	4,50 €
Karate	(Sichtmarken: 1x jährlich 15,00 € / 20,00 € pro Mitglied)	6,50 €	6,50 €
Kegelsport		2,50 €	8,00 €
Leichtathletik	LG Alsternord	2,50 €	2,50 €
Lungen-Rehasport		6,70 €	6,70 €
Orthopädischer Rehasport		4,00 €	4,00 €
Pilates	1x pro Woche	5,00 €	5,00 €
	2x pro Woche	10,00 €	10,00 €
Schwimmen	1.SCN (wenn weiteren Sportarten beim 1.SCN)	9,20 €	9,70 €
	SG Wasserraten	6,50 €	5,00 €
TaeKwonDo	bis 14 Jahre	6,00 €	-
	ab 15 Jahre	11,50 €	11,50 €
Tanzsport	Hip Hop, Latin Fitness, Line-Dance, Oriental Dance, Zumba®	7,50 €	9,00 €
	Tanzen ( Rock`n Roll)	6,00 €	8,00 €
	Turniertanz	12,50 €	15,00 €
TGW	SGW 1	10,00 €	10,00 €
	SGW 2	6,00 €	6,00 €
	Erwachsene	2,00 €	2,00 €
Tischtennis		1,00 €	2,00 €
Trampolin	1x pro Woche	5,00 €	5,00 €
	2x pro Woche	10,00 €	10,00 €
Tricking		10,00 €	10,00 €
Wirbelsäulengymnastik		3,10 €	3,10 €
Volleyball		2,00 €	4,60 €
Yoga		4,60 €	4,60 €

Bei Rechnungszahlung wird eine Verwaltungsgebühr von 3,00 € berechnet.

# 1. SC Norderstedt e.V.

## **Geschäftsstelle:**

Sportpark  
Scharpenmoor 55  
22848 Norderstedt

Leitung: Frank Fröhlich  
Telefon: 040 / 528 766 94  
Fax: 040 / 528 766 96  
Email: info@1scn.de  
Internet: www.1scn.de

## **Geschäftszeiten:**

Montag 08:00 – 12:00 Uhr  
Dienstag 08:00 – 12:00 Uhr  
Donnerstag 08:00 – 12:00 Uhr und 16:00 – 19:00 Uhr

Email: geschaeftsstelle@1scn.de

## **Konten:**

Norderstedter Bank eG (BIC: GENODEF1NDR)

Hauptkonto: IBAN: DE96 2006 9111 0000 1902 50  
Mitgliedsbeiträge: IBAN: DE94 2006 9111 0000 1912 56  
Tennisgebühren: IBAN: DE84 2006 9111 0000 1923 09  
Kegelgebühren: IBAN: DE69 2006 9111 0010 1923 09

## **Vorstand gem. § 26 BGB:**

1. Vorsitzender Jörg Rau  
2. Vorsitzender Torben Heyl  
Referent für Finanzen Jens Rath

## **Präsidium:**

Vorstand (siehe oben)  
1. Präsidiumsmitglied Stephan Lorenzen  
2. Präsidiumsmitglied Katja Mäckelmann  
3. Präsidiumsmitglied Bianca Eschstruth-Brauer  
Referentin für Jugendarbeit Celina Heydolph

## **Beauftragte:**

Datenschutzbeauftragter Hans-Werner Boll  
Jugendschutzbeauftragte Birgit Lembcke