

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Uhrzeit	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
				Beginn	Ende	Beginn	Ende	
Aikido								
Jugendliche und Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Dienstag	19:00	20:30			Am 14.07., 21.07. + 28.07.
Jugendliche und Erwachsene	Schule Berne	Lienaustr. 32	Freitag	18:30	20:00			
Badminton								
Hobbygruppe	Schule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Montag	19:00	22:00			
Hobbygruppe	Schule Nydamer Weg	Nydamer Weg 4	Dienstag	19:00	22:00			Kamminer Straße 4 !
Leistungsgruppe	Schule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Mittwoch	19:00	22:00			
Leistungsgruppe	Schule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Freitag	19:30	22:00	19:00	22:00	
Bogensport								
Jugendliche	Grundschule am Gut	Thomas-Mann-Str. 2	Donnerstag	18:00	20:00	19:00	21:00	
Erwachsene	Grundschule am Gut	Thomas-Mann-Str. 2	Donnerstag	20:00	22:00	19:00	21:00	
Kooperation mit SG Stapelfeld	Grundschule am Gut	Thomas-Mann-Str. 2	Samstag	14:00	17:00	15:00	17:00	
Freies Training	Grundschule am Gut	Thomas-Mann-Str. 2	Sonntag	14:00	16:00			
Deutsches Sportabzeichen								
Gymnasium Meiendorf	Sportplatz	Schierenberg 60	Montag	18:00	19:30			
Handball								
Hallentraining (Erwachsene)	Gymnasium Grootmoor	Am Damm 47	Donnerstag	20:30	22:00			

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Uhrzeit	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
				Beginn	Ende	Beginn	Ende	
Ju-Jutsu								
Kindertechnik 6-15 Jahre	Schule Berne	Lienastr. 32	Montag	17:15	18:30	17:00	18:00	
Jugendliche und Erwachsene Wettkampftraining 11 - 99 Jahre	Schule Berne	Lienastr. 32	Montag	18:30	19:45	18:00	19:00	
Profitraining	Schule Berne	Lienastr. 32	Montag	19:45	20:30	19:00	20:00	
Kindertechnik 7 - 12 Jahre	Schule Berne	Lienastr. 32	Mittwoch	17:15	18:30	17:00	18:00	
Jugendtechnik 10 - 18 Jahre	Schule Berne	Lienastr. 32	Mittwoch	18:30	19:45	18:00	19:00	
Jugendliche und Erwachsene Wettkampftraining 14 - 99 Jahre	Schule Berne	Lienastr. 32	Mittwoch	19:45	21:30	19:00	20:30	
Seniorentraining	Schule Berne	Lienastr. 32	Freitag	18:30	21:00	18:30	20:00	
Karate								
Karate	Schule Nydamer Weg (Gymnastikhalle)	Nydamer Weg 44	Dienstag	19:00	22:00	19:00	20:30	
Karate	Schule Nydamer Weg (Gymnastikhalle)	Nydamer Weg 44	Donnerstag	20:00	22:00	20:00	21:30	
Poker								
ab 18 Jahre	tus BERNE-Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Dienstag	ab 19:00				
ab 18 Jahre	tus BERNE-Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	ab 19:00				
ab 18 Jahre	tus BERNE-Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Wochenenden nach Absprache					

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit Beginn	Uhrzeit Ende	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
						Beginn	Ende	
Reha-Sport								
Diabetes und Bewegung								
Diabetes und Bewegung (Nordic Walking)	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Donnerstag	15:00	16:30			
Herzsport								
Herzsport (Übungsgruppe)	Grundschule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Montag	17:00	18:00			
Herzsport (Trainingsgruppe)	Grundschule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Montag	18:00	19:00			
Herzsport (Übungsgruppe)	Grundschule Bekassinenau	Bekassinenau 32	Dienstag	17:30	18:30			
Herzsport (Trainingsgruppe)	Grundschule Bekassinenau	Bekassinenau 32	Dienstag	18:30	19:30			
Herzsport (gemischte Gruppe)	Grundschule am Gut	Thomas-Mann-Str. 2	Mittwoch	16:00	17:00			Am 15.07., 22.07., 29.07. + 05.08.: Mo + Di Kamminer Straße + Bekassinenau / Am 12.08. + 19.08. 16-17 Uhr Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6
Orthopädischer Rehasport								
Orthopädischer Rehasport	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Donnerstag	17:00	17:45			
Orthopädischer Rehasport	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Donnerstag	18:00	18:45			
Steeldart								
Jugendliche	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	16:30	18:00			
Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	18:00	22:00			
Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Dienstag	17:00	22:00			
Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Mittwoch	17:00	22:00			
Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	19:00	22:00			
Erwachsene	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	17:00	22:00			

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Uhrzeit	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
				Beginn	Ende	Beginn	Ende	
Taekwon Do								
Erwachsene	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Dienstag	18:00	19:30			
Erwachsene	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Freitag	17:30	19:30	17:30	19:00	
Tanzsport								
Kinder/Jugendliche								
Tänzerische Früherziehung (3-4 Jahre)	Gemeinschaftshaus Berne	Karlshöher Weg 3	Donnerstag	15:00	15:45			Am 09.07. und 13.08.
Kindertanz (Musicals/Jazz) (ab 6 Jahre)	Gemeinschaftshaus Berne	Karlshöher Weg 3	Donnerstag	17:00	17:45			Nur am 09.07.
Erwachsene * nur für Mitglieder der bestehenden Gruppen!								
Standard und Latein - Fortgeschrittene F 5 *	Gemeinschaftshaus Berne	Karlshöher Weg 3	Donnerstag	19:00	20:00			Nur am 09.07.
Standard und Latein - Fortgeschrittene F 3 *	Gemeinschaftshaus Berne	Karlshöher Weg 3	Donnerstag	20:00	21:00			Nur am 09.07.
Standard und Latein - Fortgeschrittene F 1 *	Gemeinschaftshaus Berne	Karlshöher Weg 3	Donnerstag	21:00	22:00			Nur am 09.07.
Tischtennis								
Erwachsene	ehem. Grundschule Schierenberg	Schierenberg 50	Mittwoch	19:00	22:00			Nur am 15.07., 22.07. + 29.07. tus-Mehrzweckhalle !
Hobbygruppe	ehem. Grundschule Schierenberg	Schierenberg 50	Donnerstag	19:30	22:00			Nur am 09.07., 16.07., 23.07. + 30.07. tus-Mehrzweckhalle !
Wochenendtraining (nach Absprache)	ehem. Grundschule Schierenberg	Schierenberg 50	Samstag	13:00	17:00			Nur am 11.07., 18.07.+ 25.07. tus-Mehrzweckhalle !
Trendsport								
Zumba®-Fitness	Schule Berne	Lienaustr. 32	Dienstag	17:15	18:15			Am 14.07., 21.07. + 28.07.
Zumba®-Fitness	Schule Berne	Lienaustr. 32	Dienstag	18:30	19:20			Am 14.07., 21.07. + 28.07.
Bauch-Beine-Po	Schule Berne	Lienaustr. 32	Dienstag	19:30	20:20			Am 14.07., 21.07. + 28.07.
Zumba®-Fitness	Schule Berne	Lienaustr. 32	Donnerstag	17:15	18:10			Am 09.07., 16.07., 23.07. + 30.07.
Fatburner	Schule Berne	Lienaustr. 32	Donnerstag	18:15	19:10			Am 09.07., 16.07., 23.07. + 30.07.

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Uhrzeit	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
				Beginn	Ende	Beginn	Ende	
Turnen, Fitness Prävention								
Ballett								
4 bis 6 Jahre	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	14:30	15:15			Nur am 10.07.
6 bis 8 Jahre	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	15:15	16:00			Nur am 10.07.
8 bis 11 Jahre	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	16:00	16:45			Nur am 10.07.
ab 12 Jahre	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	16:45	17:45			Nur am 10.07.
ab 15 Jahre	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	17:45	19:00			Nur am 10.07.
Kinderturnen								
Eltern + Kind (alle Gruppen 1-3 J.)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	15:00	17:15	15:30	16:30	Nur am 13.07. + nur mit mind. drei Kindern!
Krabbelkäfer (beide Gruppen)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Mittwoch	9:15	10:45	9:15	10:00	Nur am 15.07. + nur mit mind. drei Kindern!
Eltern + Kind (alle Gruppen 1-3 J.)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Mittwoch	15:00	17:15	15:30	16:30	Nur am 15.07. + nur mit mind. drei Kindern!
Eltern + Kind (alle Gruppen 1-3 J.)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	15:15	16:45	15:15	16:15	Nur am 09.07. + nur mit mind. drei Kindern!
Bewegung für Ältere								
Bewegung trotz Arthrose + Osteoporose	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Montag	9:30	10:30			Am 06.07., 13.07., 20.07. + 27.07.
Bewegung trotz Arthrose + Osteoporose	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Montag	10:45	11:45			Am 06.07., 13.07., 20.07. + 27.07.
Gymnastik im Sitzen	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Montag	11:45	12:35			Am 13.07., 20.07. + 27.07.
Gymnastik im Stehen und Sitzen	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Mittwoch	9:30	10:20			Nur am 15.07.
Fitness								
Sommerfitness	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Dienstag	10:00	11:00			wechselnde ÜL
Sommerfitness	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Dienstag	19:30	20:30			wechselnde ÜL
Fitness am Freitag 60+	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	10:15	11:15			Am 10.07. + 17.07.

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit	Uhrzeit	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
				Beginn	Ende	Beginn	Ende	
Line Dance								
Line-Dance (mit Vorkenntnissen)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	17:30	19:00	17:30	18:30	Am 13.07., 20.07. + 27.07. Am 03.08., 10.08. + 17.08. Volkshaus (Spiegelsaal)
Line-Dance (Fortgeschrittene)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	19:00	20:30	18:30	19:30	Am 13.07., 20.07. + 27.07. Am 03.08., 10.08. + 17.08. Volkshaus (Spiegelsaal)
Line-Dance (Fortgeschrittene)	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Dienstag	11:30	13:00	11:15	12:45	
Line-Dance	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	9:30	11:00			Am 09.07., 16.07., 23.07. + 30.07. Am 06.08. + 13.08. Volkshaus (Phönixsaal)
Präventionssport <i>*nur für Mitglieder der bestehenden Gruppen!</i>								
Qi Gong	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	9:00	10:00			Am 13.07. + 27.07.
Stretch & Relax	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Montag	10:15	11:15			Am 13.07., 20.07. + 27.07.
Rücken fit soft *	Volkshaus Berne (Spiegelsaal)	Saselheider Weg 6	Dienstag	9:15	10:15			Am 14.07. + 21.07.
Rücken fit *	Volkshaus Berne (Spiegelsaal)	Saselheider Weg 6	Dienstag	10:30	11:30			Am 14.07. + 21.07.
Rückenfit für Ältere*	Volkshaus Berne (Phönixsaal)	Saselheider Weg 6	Mittwoch	10:30	11:30			Nur am 15.07.
Rückenpower *	Volkshaus Berne (Spiegelsaal)	Saselheider Weg 6	Donnerstag	9:45	10:45			Am 09.07., 23.07. + 30.07.
Gleichgewichtstraining	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	11:15	12:15			Am 09.07., 16.07., 23.07. + 30.07.
Pilates für SIE + IHN (Keine Probestunden)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Donnerstag	17:00	18:15			Am 09.07. Am 13.08. im Volkshaus (Spiegelsaal)
Wirbelsäulengymnastik *	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	9:00	10:00			Am 10.07. + 17.07.
Power-Yoga (Keine Probestunden)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	19:00	20:15			Nur am 10.07.
Pilates für SIE + IHN (Keine Probestunden)	tus BERNE Vereinszentrum	Berner Allee 64a	Freitag	20:15	21:30			Nur am 10.07.

Sommerferienprogramm 2026

Abteilung / Sparte	Sportstätte	Straße der Sportstätte	Wochentag	Uhrzeit Beginn	Uhrzeit Ende	evtl. Abweichungen		Besondere Hinweise
						Beginn	Ende	
Volleyball								
Jungen (2011-2013)	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Montag	16:30	18:00			
3. Damen	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Montag	18:00	19:30			
1. Herren	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Montag	19:30	22:00			
Hobby-Gruppe	Schule Bekassinenu	Bekassinenu 32	Dienstag	19:45	21:45			
1. Damen	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Dienstag	20:00	22:00			
2. Damen	Schule Hasenweg	Hasenweg 40	Mittwoch	19:30	22:00			
Jungen (2011-2013)	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Donnerstag	17:00	19:00			
3. Damen	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Donnerstag	19:00	21:00			
1. Damen	Schule Heidstücken	Heidstücken 33	Donnerstag	20:00	22:00			
Hobby-Gruppe	Schule Kamminer Straße	Kamminer Str. 4	Donnerstag	20:00	21:45			
Jungen (2011-2013)	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Freitag	16:00	17:30			
2. Damen	Erich Kästner Schule	Hermelinweg 10	Freitag	19:30	22:00			
Hobby-Gruppe	ehem. Grundschule Schierenberg	Schierenberg 50	Freitag	20:15	22:00			Sporthalle am Gut Thomas-Mann-Str. 2