

Von Tanz über Handball bis zur Kampfkunst

+ Fit durch das Jahr in Seelze – so groß ist das Angebot der Sportvereine



🔊 Anhören

App öffnen

Trampolinspringen, Tanzgruppen, Kampfkunst oder Ballsportarten – die Seelzer Sportvereine bieten für alle Altersgruppen ein abwechslungsreiches Sportprogramm. Wir stellen die Vereine und ihre Angebote vor.

Heike Baake

19.01.2025, 05:30 Uhr



Seelze. Wer sich fit halten möchte oder überhaupt erst einmal seine Fitness aufbauen möchte, der ist in Seelze gut aufgehoben. Die Vereine in der Kernstadt sowie in den Ortsteilen bieten ein umfassendes Angebot.

Bei der **SG Letter 05** können sich Interessierte aus neun Abteilungen das Passende aussuchen. Neben Ballsportarten wie Fuß-, Hand- und Volleyball wird unter anderem Turnen, Schwimmen oder Tischtennis angeboten. Weitere Kapazitäten schafft der neu sanierte und renovierte Kraftraum. Für musikalische Bewegungsfans gibt es eine Tanzgruppe. Kinder können im Verein nicht nur turnen, sondern sich ebenfalls beim Kindertanzen sportlich betätigen.

Spielerische Kampfkunst für Kinder

In Letters Verein wird der Fitnesssport im Winter in der Halle und im Sommer im Freien angeboten. „Muskelaufbau, Konditionstraining und Lauftechniken werden

dort trainiert“, so Scherbanowitz. Weitere Informationen gibt es auf der [Homepage des Vereins](#).

Auch der **TuS Seelze** unterstützt mit seinem Programm Sport- und Fitnessbegeisterte. Seit letztem Jahr wird für Kinder unter anderem Budosport angeboten. Bewegungs- und Reaktionsformen aus dem Bereich der Kampfkunst werden dabei in ein spielerisches Training eingebaut. Beim Eltern-Kind-Turnen können sich gleichzeitig die Väter und Mütter fit halten.

In allen Turngruppen sind noch Kapazitäten frei.

Thomas Grondey,
Vorsitzender des TuS Gümmer

Basket- und Prellball, Boxen oder Gymnastik – der Verein hat für jede Altersgruppe etwas parat. „Wir bieten auch einen Qigongkurs und Yoga an“, berichtet die Vorsitzende Sonja Gakis. Mit dem TuS geht es auch in die Wasserbecken der Seelzer Kristalltherme. Neben dem Erwerb verschiedener Abzeichen wird ein Kraulkurs für Erwachsene und ein Triathlontraining angeboten. „Wir haben auch eine Badmintonabteilung im Rahmen einer Kooperation mit der Sportgemeinschaft Limmer“, sagt Gakis. Wer weitere Informationen benötigt, findet sie auf der [Homepage des Vereins](#).



Beim RSV Seelze: Beim Kinderturnen vergnügen sich die Mädchen und Jungen in der Turnhalle.
Quelle: Jessika Zimmermann

Zumba für Kids ist neu im Programm

Kinder bis Senioren können auch beim **RSV Seelze** aktiv sein. Neben verschiedenen Ballsportarten bietet der Verein unter anderem Dart und Turnen an. Volleyball für Kinder und „Zumba Kids“ sind neu im Programm. „Wir haben auch Kinder, die ihre Mütter zum Yoga begleiten“, berichtet RSV-Sprecherin Jessica Zimmermann. In Kooperation mit dem TuS Seelze können Interessierte auch Qigong ausüben.

Besonders stark ist im Verein die Handballsparte. „Wir haben 18 Mannschaften“,

informiert Zimmermann. Demnächst soll ein neues wettkampfgeeignetes Trampolin angeschafft werden, auf dem Jugendliche und junge Erwachsene trainieren können. Weitere Auskünfte bekommt man auf der [Internetseite des RSV](#).

Fuß- und Volleyball, Tischtennis und unterschiedliche Turn- und Gymnastikangebote gibt es beim **TuS Gümmer**. Erst im letzten Jahr eröffnete der Verein seine Multisportanlage neben den Fußballplätzen, sie wird alternativ zur Halle des Bürgerhauses genutzt.



Beim TuS Gümmer: Lisann Uecker, Jasper Buchler und Dominik Kluge sind begeisterte Tischtennispieler.
Quelle: Carsten Nordmann

Tanzgruppen mit freien Kapazitäten

„Mach mit, bleib fit“ oder Line Dance – das Angebot in Gümmer kann sich sehen lassen. Einmal wöchentlich steht Trilo-Chi auf dem Programm, eine Mischung aus Tai-Chi, Qigong, Fitness, Yoga und Pilates. „In allen Turngruppen sind noch Kapazitäten frei“, berichtet der Vorsitzende Thomas Grondey. Wer mehr wissen möchte, kann sich auf der [Homepage des Vereins](#) informieren.

Der **SV Dedensen** erlebt einen Boom im Bereich des Kinderfußballs. „Wir haben bereits sieben Mannschaften plus die Bambinis“, freut sich die Vorsitzende

Andrea Kolbien. Aber auch Volleyball für Kinder und Erwachsene wird in Dedensen angeboten.

Ab Ostern will der Verein seine Tischtennissparte wieder aktivieren und damit alle Altersgruppen ansprechen. Darüber hinaus bietet der Sportverein Gesundheitssport, Pilates, Wirbelsäulengymnastik, Bodyfit und ein Training zur Vorbereitung auf den Gruppenwahlwettkamp der Deutschen Turnerjugend an. Weitere Informationen für Sportbegeisterte gibt es auf der [Vereinsseite](#).

Kurse für Kinderturnen in Velber sind ausgebucht

Wer sich in Velber sportlich betätigen und fit halten möchte, kann auf das Angebot des ortsansässigen Vereins zurückgreifen. Der **SV Velber** bietet Badminton, Dart, Fuß- und Handball, Gymnastik, Kinderturnen, Tischtennis und Walken für alle Altersgruppen an.

„Im Bereich des Kinderturnens können wir derzeit keine Anmeldungen mehr annehmen, da Hallenkapazitäten sowie Übungsleiter fehlen“, bedauert der Vorsitzende Detlef Lutat. Langfristig plant der Verein auch die Aufnahme einer Boule-Sparte. Bis zur Realisierung müssen allerdings laut dem Vorsitzenden „noch einige Hürden genommen“ werden. Weitere Informationen zu dem Angebot in Velber gibt es auf der [Internetseite des Vereins](#).

Von Bodyfit-Kursen über Gymnastik, Volleyball, Yoga bis zum Trendsport Trakour – auch der **TV Lohnde** bietet ein umfassendes Sport- und Fitnessprogramm. Mehr Informationen erhalten Interessierte auf der [Vereinsseite](#).

HAZ