

1. Basketball Regionalliga Nord



Patrick Sopha
#11 - Guard

SPALDING

11



SICHERHEIT
NORD



Buchhorn Bau Twisters
vs.
Aschersleben Tigers BC

18.01.2025





Werner Vollert GmbH & Co. KG

ABV Bau
Ullrich GmbH



Auf ein Neues...

... spannendes und aufregendes Basketballjahr 2025!

Am heutigen Abend empfangen wir zum Jahresauftakt die Tigers aus Aschersleben. Nach vier Siegen in den letzten fünf Partien konnten die Buchorn Bau Twisters im Dezember in der Tabelle weiter nach oben klettern und sind damit wieder in der Lage, die Plätze im Mittelfeld anzugreifen. Mit einem Sieg am heutigen Abend wäre also der perfekte Jahresstart möglich.

Nach dem letzten Heimspiel kurz vor Weihnachten ist das Team von Coach Max Rockmann in die wohlverdiente Pause gegangen, um alle kleinen Verletzungen und gesundheitlichen Einschränkungen in Ruhe auszukurieren, runter zu fahren und Energie zu tanken. Seit dem 6. Januar stehen sie nun wieder im Training und konnten sich intensiv auf den heutigen Gegner aus Brandenburg vorbereiten.



Das Team ist hoch motiviert und wünscht allen Zuschauern, Sponsoren und Unterstützern ein gesundes und glückliches neues Jahr, dass mit dem Support aller hoffentlich auch sportlich mit einem Erfolg starten wird!

We are one Team!

LiFORCE®



LiFePO₄
Prismatische Zellen

bis zu
67%
höhere
Energiedichte

4000+
Ladezyklen
10+ Jahre
Laufzeit

Heizung
integriert



Mehr Infos und alle Preise
unter:
Batterie24.de

inklusive **LiFORCE**-APP



Gegnervorschau Aschersleben Tigers

Heute treffen wir auf die Aschersleben Tigers, eine Mannschaft, die jedes Jahr zu den besseren Teams der Liga gehört. Diese Saison ging die Mannschaft allerdings durch viele Höhen und Tiefen, wodurch auch sie sich aktuell nur im breiten Mittelfeld der Liga wiederfinden. Mit sechs Siegen aus dreizehn Spielen haben sie nur einen Sieg mehr als die Buchorn Bau Twisters.



Zuletzt gab es bei den Tigers nochmals einen Umbruch und einige Spieler haben während der Weihnachtspause den Verein verlassen. Nichtsdestotrotz konnten sie am vergangenen Wochenende den Tabellenführer Bargteheide mit 96:95 schlagen. Bemerkenswert dabei ist, dass die Mannschaft mit nur fünf Spielern das komplette Spiel bestritten hat und dennoch die ganze Zeit in Schlagdistanz blieb. In einem Spiel ohne große defensive Intensität konnte sich Aschersleben letztendlich völlig überraschend durchsetzen.

Angeführt wird sie vom effektivsten Spieler der Liga. D'Monte Brown legt neben seinen 24,4 Punkten auch 10,9 Rebounds und 3,9 Assists auf. Ihn gilt es zu kontrollieren, will man das Spiel am Ende des heutigen Abends für sich entscheiden.

Die Buchorn Bau Twisters kommen mit breiter Brust aus der Winterpause, denn vier der letzten fünf Spiele konnten gewonnen werden. Darauf möchte die Mannschaft aufbauen. Einmal mehr wird es wichtig sein, eine hohe Intensität auf das Feld zu bringen, gerade bei einem Gegner wie Aschersleben, der mit einer vermeintlich kleinen Rotation spielt, könnte das der Schlüssel zum Erfolg sein. Die Mannschaft um Lennard Willer hat sich für die Rückrunde nochmals hohe Ziele gesteckt und möchte im ersten Heimspiel des neuen Jahres die ersten Schritte in Richtung Erfüllung dieser Ziele gehen. Mit einer wie immer lautstarken Halle im Rücken stehen die Chancen dafür gut.

Tickets und Plätze

| Treppe | Aufteilung der Tribüne nach Blöcken | | | | Treppe |
|------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------|------------------------------|--------|
| Gang | | | | | |
| Block E | Block D | Block C | Block B | Block A | |
| Erwachsene 5 € Kinder 3 € | Erwachsene 6 € Kinder 4 € | VIP Erwachsene 7 € Kinder 5 € | Erwachsene 6 € Kinder 4 € | Erwachsene 5 € Kinder 3 € | |



BBCR Rendsburg und die Twisters online

Internet

<https://www.bbcr.de/>



Facebook

www.facebook.com/bbcr.twisters/



Instagram

www.instagram.com/bbcrendsburtwisters/



Hinweis in eigener Sache:

Bitte helfen Sie mit und halten die Halle und Tribüne sauber, indem Sie den Abfall in die dafür vorgesehen Behälter entsorgen. Das Orga-Team dankt schon jetzt für Ihre Unterstützung.

| Teams/Tabelle | | | | | | |
|---------------|---------------------------------|--------|------|--------|-------------|-------|
| Rang | Verein | Spiele | W/L | Punkte | Körbe | Diff. |
| 1 | TSV Bargteheide Bees | 13 | 11/2 | 22 | 1213 : 1006 | 207 |
| 2 | VfL Stade | 13 | 10/3 | 20 | 1110 : 993 | 117 |
| 3 | Baskets Juniors TSG Westerstede | 13 | 9/4 | 18 | 1192 : 1039 | 153 |
| 4 | SG Braunschweig | 14 | 9/5 | 18 | 1210 : 1115 | 95 |
| 5 | MTV/BG Wolfenbüttel | 14 | 7/7 | 14 | 1171 : 1148 | 23 |
| 6 | Oldenburger TB | 14 | 7/7 | 14 | 1051 : 1061 | -10 |
| 7 | Aschersleben Tigers BC | 13 | 6/7 | 12 | 1145 : 1246 | -101 |
| 8 | TuS ADEMAX Red Devils Bramsche | 13 | 6/7 | 12 | 1004 : 997 | 7 |
| 9 | Buchorn Bau Twisters Rendsburg | 13 | 5/8 | 10 | 1013 : 1044 | -31 |
| 10 | ASC 46 Göttingen | 14 | 5/9 | 10 | 1025 : 1153 | -128 |
| 11 | Freibeuter 2010 | 14 | 4/10 | 8 | 956 : 1117 | -161 |
| 12 | SC RASTA Vechta 3 | 14 | 2/12 | 4 | 1084 : 1255 | -171 |

**ETWAS ZU
ENTSORGEN?
PERSÖNLICH
ODER ONLINE
CONTAINER
BESTELLEN!**

Unser Webshop hat rund um die Uhr für Sie geöffnet.

www.shop.ehrich.de

EHRICH
recycling



Energie. Spannung. Jubel.



Auch in Ihrem Zuhause landen Sie mit unseren Energie-Angeboten Volltreffer! Gehen Sie bei uns ans Netz!



Infos und Angebote finden Sie unter www.stadtwerke-sh.de

Interview mit Patrick Sopha

Du bist der erfahrenste Spieler und Kapitän der Mannschaft. Was bedeutet dies für dich und wie füllst du diese Rolle aus?

Als Kapitän und Opa des Teams bin ich abseits des Feldes natürlich Ansprechpartner für eigentlich jeden. Die Jungs wissen, dass sie mit allem zu mir kommen und mit mir reden können. Außerdem helfe ich natürlich bei organisatorischen Sachen, ob es die Auswärtsfahrtplanungen mit Coach Max sind oder ein Teamabend. Da bin ich überall involviert. Auf dem Feld und an der Seitenlinie bin ich der Redensführer für die Ansprache vor dem Spiel, in der Halbzeit, im Training, oder für die richtigen Worte von der Seitenlinie. Ich versuche immer, die Jungs besser zu machen und ihnen zu helfen, damit wir jedes Spiel gewinnen.



In den Spielen sieht man dich als Point Guard immer als Gestalter, Denker und Lenker für das Team agieren. Wie ist es dazu gekommen?

Meine Eltern sagen immer: „Du hast ein Gespür für den Ball und den Raum.“ Ich glaube, durch die verschiedenen Sportarten, die ich in meiner Kindheit spielen durfte (Fußball, Handball, Tischtennis, Tennis...), habe ich mir eine gute Übersicht antrainiert, die mir hilft, das Team auf dem Feld zu beobachten, während ich den Ball habe. Schon als ich angefangen habe mit Basketball, hat Antje mir den Ball in die Hand gedrückt und ich durfte Point Guard spielen. Wenn man das so viele Jahre macht, lernt man natürlich auch viel dazu. Ich hatte aber auch das Glück, von vielen guten Guards in meinen ersten Jahren bei den Twisters zu lernen. Ob Thorben Haake, Morris Brodersen oder Gediminas Butkus; Ich konnte mir von jedem von denen etwas abgucken und meinen eigenen Spielstil verbessern.

Warum trägst du eigentlich seit vielen Jahren die Trikotnummer 11?

Als ich damals zugeguckt habe bei den Twisters, war eines meiner Vorbilder Ramin Büttner. Ramin hat immer die 11 getragen. Ich glaube, dass das einer der Gründe ist, wieso ich mir die Nummer 11 ausgesucht habe. Außerdem ist die 11 meine Glückszahl.

Jan Witt



Dachdeckermeister

...ALLES FÜR IHR DACH.

Grüner Weg 11, 24808 Jevenstedt - 04337/1388 - kontakt@dachdeckerei-janwitt.de

Du bist seit letztem Jahr Teil des BCCR Vorstands. Wie bringst du dich hier ein und warum?

Als langjähriger Twistersspieler bin ich natürlich sehr nah an dem Team. Ich kann dem Vorstand hier auf verschiedensten Arten helfen. In den letzten Jahren war es leider oft so, dass Vorstand und Team zu weiter voneinander entfernt waren. Durch meinen Einstieg in den Vorstand kann ich jetzt dieses Bindeglied dazwischen sein, was uns in allen Bereichen sehr hilft.

Warum mache ich das? Warum nicht? Der Verein hat mir über all die Jahre viel gegeben. Ich darf hier seit ich 12 bin Basketball spielen. Ich bin inzwischen in meiner 10. Saison als Twistersspieler. Antje und meine anderen Trainer haben mir immer geholfen, den nächsten Schritt zu machen. Dafür bin ich sehr dankbar und möchte dem Verein etwas wiedergeben.

Wie schätzt du den bisherigen Verlauf der aktuellen Saison ein und wo steht unser Team am Ende?

Nach unserem Mega-Sieg im ersten Spiel gegen Vechta, war natürlich die Hoffnung groß, dass es eine unglaubliche Saison wird. Dieser Gedanke wurde dann leider durch ein paar verlorene Spiele zerschmettert. Man hat aber in jedem Spiel gesehen, dass wir mindestens mithalten konnten, wenn nicht sogar besser waren als unsere Gegner. Wenige Teams können unser Tempo mitgehen, wenn wir es umsetzen, wie wir es trainieren. Unser Ziel am Anfang der Saison war es, in den Top 8 zu stehen. Wenn wir 2 oder 3 Spiele gewonnen hätten, die wir unglücklicherweise knapp verloren haben, dann würden wir jetzt schon auf Platz 5 stehen. Ich bin mir sicher, dass wir immer noch diesen 5. Platz in Angriff nehmen können. Dafür müssen wir weiter an einem Strang ziehen, unser Ding machen und natürlich muss man auch mal im letzten Wurf ein Quäntchen Glück haben.

Welchen Inhalt magst du im Training am Liebsten und was kannst du gar nicht leiden?

Ich liebe ja den Shuttle Run, den unsere Trainer in der Vorbereitung mit uns gemacht haben. Der macht richtig viel Spaß... Spaß bei Seite, das ist auf jeden Fall die schlimmste Übung. Leider gehören auch solche Übungen zu einer Vorbereitung dazu. Vielleicht entwickelt unser Trainer Max ja in Zukunft eine andere Übung, die dann vielleicht mit Ball abläuft, denn beim Shuttlerun hat man keinen Ball ☺!



Weil man mit uns nur gewinnen kann.

Erfahren Sie mehr über unsere Extraleistungen wie Aktiv-Bonus,
Zuschuss zur professionellen Zahnreinigung und unsere attraktiven
Angebote für Familien.

vivida bkk . Hollerstraße 32a . 24782 Büdelsdorf
www.vividabkk.de

Ich mag sehr gerne Entscheidungstrainings. Wenn man auf das reagieren muss als Angreifer, was der Verteidiger einem vorgibt. Außerdem finde ich es gut, wenn wir die Spielzüge und Verteidigungen der Gegner durchlaufen. Dabei kann man immer sehen, was der Gegner im Angriff vorhat, aber man kann auch immer schon sehen, wo eventuell die Lücken für unseren Angriff gegen deren Verteidigung sind.

Was würdest du Jugendspielern raten, die den Traum haben, ins Twister Team zu kommen?

Habt Bock! Als ich damals ins Team gekommen bin und mittrainieren durfte, war es zu dem Zeitpunkt das Größte für mich. Ich habe jedes Training mitgenommen, weil ich einfach ins Team und mir meine Spielzeit verdienen wollte. Ich habe aber auch verstanden, dass genau diese Spielzeit nicht selbstverständlich ist. In der Jugend ist man noch einer der besseren Spieler, man spielt fast durch, weil man so gut ist. Im Herrenbereich ist es dann anders. Man ist quasi ein kleiner Junge unter Männern. Körperlich und spielerisch war es einfach etwas anderes. Daran muss man sich erstmal gewöhnen. Aber ich wusste immer, dass ich nicht direkt 20 Minuten Spielzeit bekomme. Das hat mir sehr geholfen. Mein Rat an zukünftige Twisters: Mit Commitment und Geduld werdet ihr es auch in die Twisters schaffen. Eure Zeit wird kommen!

Du hast dich seit einigen Wochen nicht mehr rasiert. Gibt es dazu eine Geschichte oder Anekdote?

Ich hatte irgendwann mal ein paar Tage meinen Bart nicht rasiert. Daraufhin sind einige im Team (hauptsächlich Luca, Yasin und Gbenga) auf mich zugekommen und lobten mich für das Aussehen. Während Yasin und Gbenga noch darauf aus waren, mir mitzuteilen, dass ich ihn wachsen lassen sollte, weil es sicher gut aussehen würde, konnte man Luca schon ansehen, dass er einen Plan hatte. Und so entstand der Deal mit den Jungs: Ich darf meinen Bart erst abrasieren, wenn wir wieder verlieren, solange muss ich ihn wachsen lassen. Ein paar Wochen später stand ich dann da, kurz vor Weihnachten, mit mehr Bart als jemals zu vor, weil wir vier Siege in Folge hatten ☺. Leider haben wir das folgende Spiel verloren und ich kann ihn endlich kürzer machen. Aber wenn es das ist, was wir brauchen, damit wir eine lange Winning Streak haben, dann habe ich kein Problem damit, meinen Bart bis zu den Knien wachsen zu lassen.



BUCHORN BA

SAISON



BAU TWISTERS

24/25





Jordan Notch #1 - Center
Jahrgang 1997
Größe 2,03 m



Luca Mevius #2 - Guard
Jahrgang 2007
Größe 1,92 m



Hardi Kiwitt #5 - Guard
Jahrgang 2006
Größe 1,89 m



Lennard Willer #6 - Guard/
Forward - Jahrgang 1999
Größe 1,94 m



Jonas Thomsen #7 - Center
Jahrgang 2007
Größe 2,03 m



Radouan Aberkane #9 - For-
ward/Center - Jahrgang 2007
Größe 2,03 m



Torge Rump #10 - Guard
Jahrgang 2001
Größe 1,89 m



Patrick Sopha #11 - Guard
Jahrgang 1997
Größe 1,89 m



Gbenga Hansen #12 - Guard
Jahrgang 2002
Größe 1,87 m



Michel Dünnes #13 - Forward
Jahrgang 2007
Größe 1,94 m



Henning Rixen
Jahrgang 1999
Größe 1,97 m



Lasse Kemmling #15
Forward - Jahrgang 1999
Größe 1,98 m



Morten Philipp #18 - Guard
Jahrgang 2004
Größe: 1,89 m



Christopher Meyer #24
Forward - Jahrgang 1998
Größe 1,95 m



Ludwig Wagemann #43
Center - Jahrgang 2003
Größe 1,98 m



Yasin Dogan #55 - Guard
Jahrgang 2007
Größe 1,84 m



Max Rockmann
Head-Coch



Felix Thießen
Assistant-Coch



Nico Wegener
Assistant-Coch



Dr. Ingo Perner
Mannschaftsarzt



Dominik Hassa
Physiotherapeut



Thomas König
Teammanager



Twisti
unser Maskottchen

Pflegedienst **Meichner**

Wir bewegen uns gemeinsam

0 431 - 260 680

Kaiserstraße 32 • 24143 Kiel

Luca Mevius startet für Deutschland

Man könnte denken, dass das Basketballspielen dem Mevius-Clan in den Genen liegt, denn nachdem Elisa in den vergangenen Jahren immer wieder für die 3x3 Nationalmannschaften aufgelaufen ist und dort mit dem Gewinn der Goldmedaille bei den Olympischen Spielen in Paris Geschichte geschrieben hat, startet ihr drei Jahre jüngere Bruder Luca nun auch auf Nationalmannschaftsniveau.



Im vergangenen Sommer ist Luca, der seit seinem fünften Lebensjahr im BBCR aktiv ist, zu einem Lehrgang der U17/U18 3x3 Nationalmannschaft gefahren und bekam sofort positives Feedback. Leider konnte er damals so kurz vor den internationalen Wettkämpfen nicht mehr nachnominiert werden, empfahl sich aber für den Sichtungslerngang der U18 Jungen am ersten Januarwochenende 2025 in Bielefeld.

Dort konnte der Rendsburger, der in diesem Sommer sein Abitur am Helene Lange Gymnasium absolvieren will, die Trainer von sich überzeugen und wurde als einer von nur 7 Spielern bundesweit für die U18 3x3 Nationalmannschaft nominiert.

„Es ist unglaublich, wie ähnlich sich Luca und Elisa in ihrer Spielweise sind“, so Bundestrainer Robert Birkenhagen. „Beide haben ein besonderes Gefühl, Räume und Winkel für sich und ihre Mitspieler zu kreieren. Bei Luca ist das Spielverständnis sehr hoch und er kann praktisch in 3D auf dem Feld agieren und Aktionen mit all ihren Ausstiegen vorhersehen.“

Doch dass dieser Erfolg für Luca nur in den Genen liegt, ist ausgeschlossen. Aktuell gibt es keinen anderen BBCR Spieler, der so viele Trainingseinheiten wie er absolviert. Neben sieben Teamtrainings geht der 17-jährige bis zu fünf Mal pro Woche zu Einzeltrainings mit seinem Patenonkel, seiner Mutter oder auch alleine, macht ergänzend drei bis vier intensive Krafttrainings im Well You und spielt nicht nur bei den Twisters, sondern auch im Unterbauteam der 2. Herren. Ohne Fleiß keinen Preis und darin scheinen sich die Geschwister Mevius einig zu sein.



Herzlichen Glückwunsch Luca und viel Erfolg für 2025!

Möbel

WIR HABEN DIE MÖBEL

ZU IHREM LEBEN!

Bergemann



MAIKE RATHJE

Malerei Dobbert

MALEREI | FASSADEN | BÖDEN | WASSERSCHÄDEN

WIR BERATEN SIE GERNE.

04336 1424 | 0171 8062931 | malerei-dobbert.de | #wändewerk

BBCR belegt Platz 86 der TOP 100 Vereine in Deutschland

Mit einer fantastischen Neuigkeit beginnt das Jahr 2025 für unseren Verein! Der BBC Rendsburg konnte sich im Vergleich zu 2024 weiter in der Anzahl der aktiv gemeldeten Spielerpässe beim Deutschen Basketball Bund steigern und nach einem starken bundesweiten Platz 97 vor einem Jahr nun weiter auf den Platz 86 klettern! Diese Steigerung um 11 Plätze basiert auf die gute Jugendarbeit im Verein, die die Grundlage für dessen sportlichen Erfolge ist.

Nicht nur, dass der BBCR die meisten Mannschaften im Basketball-Verband Schleswig-Holstein im Spielbetrieb hat, sondern eben auch die meisten Teilnehmerausweise, die für die Aktiven notwendig sind. Außerdem ist er der einzige Verein, der im weiblichen Bereich in SH von den Senioren bis zur U10 eine Mannschaft im Spielbetrieb hat.

„Wir hatten ein sehr starkes Jahr 2024 bei unserem Mitgliederwachstum. Insbesondere im Breitensport sind wir noch größer geworden und haben inzwischen vier Mannschaften bei den U16- und drei bei den U18-Jungen im Spielbetrieb, die den Unterbau unserer vier Herrenmannschaften bilden“, freut sich die Vereinsvorsitzende Antje Mevius-König. „Und all diese Teams sind voll und wir könnten sogar noch mehr melden, wenn wir weitere Trainingszeiten zur Verfügung hätten.“

Aus dieser Breite erwartet Mevius-König in den kommenden Jahren noch mehr aktive Spielerinnen und Spieler. Dem Unterbau des Eltern-Kind-Turnens (Mini Baskids) folgt eine Ballspielgruppe (Maxi Baskids), so dass die U8 Mannschaft, die darauf folgt, aktuell schon knapp 20 Kinder hat.

„Da wir unser BBCR-Haus von unten nach oben aufbauen, werden wir immer weiterwachsen und haben damit die Chance, auch künftig noch ein paar Plätze in der TOP 100 aller Basketballvereine in Deutschland zu klettern“, so die Vorsitzende.

Herzlichen Glückwunsch für diese fantastische Ehrung an den BBCR!

**WIR SIND
GEMEINSAM
STARK.**

Für alles, was dich bewegt.



**UNSERE LEISTUNGEN
AUF EINEN BLICK:**

- KRANKENGYMNASTIK
- KRANKENGYMNASTIK AM GERÄT
- MANUELLE THERAPIE
- MANUELLE LYMPHDRAINAGE
- KLASSISCHE MASSAGETHERAPIE
- KG ZNS (PNF)
- WÄRME- UND KÄLTETHERAPIE



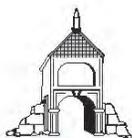
PhysioFit Büdelsdorf
Alte Dorfstraße 19
24782 Büdelsdorf



PhysioFit Nortorf
Niedernstraße 5
24589 Nortorf



PhysioFit Schleswig
Auf der Freiheit 4
24837 Schleswig



**Kronwerk
Apotheke**



**Apotheke
Westerrönfeld**



Ihre Beratungs- und Serviceapotheken

Freiwilliges soziales Jahr im Basketball



Wir suchen dich!

Der Basketball-Club Rendsburg sucht vom 1. August 2025 für zwölf Monate eine*n Trainer*in, die/ der ein freiwilliges soziales Jahr (FSJ) im Basketball absolvieren möchte. Die Anstellung erfolgt gemäß den Richtlinien der Sportjugend Schleswig- Holstein, die auch als Träger fungiert.

Deine Aufgabenschwerpunkte sind:

- selbständiges Training und Betreuung verschiedenster Jugendmannschaften im Verein
- Leitung verschiedener Basketball-Schul-AG's
- Mitarbeit an Basketballferiencamps
- Individuelle Förderung von Spieler*innen
- Organisatorische Aufgaben im Bereich des Jugendbasketballs im Verein
- Organisatorische Aufgaben für die Durchführung der Heimspiele der ersten Herrenmannschaft (Twisters)
- Mitgestaltung und Mitwirkung des Social Media Bereich

Du solltest folgendes Anforderungsprofil erfüllen:

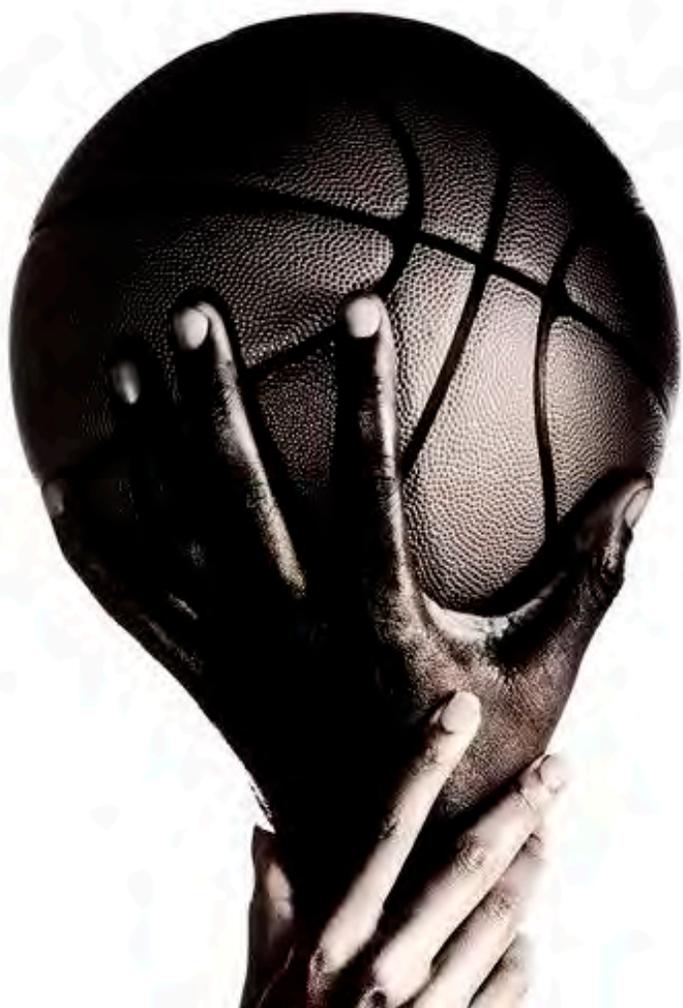
- Freude an der Arbeit mit Kindern
- Erfahrungen im Basketball: entweder als Spieler*in oder als Trainer*in
- Flexibilität
- Teamfähigkeit
- selbständiges Arbeiten
- Englischkenntnisse
- Bereitschaft zur Arbeit am Wochenende



Wir bieten dir:

- 330,00€ Taschengeld pro Monat
- Mitarbeit im größten Basketballverein im BVSH
- Weiterbildung im Rahmen der FSJ-Seminare
- Ausbildung zum C-Trainer Basketball
- die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen
- Unterstützung bei der Suche nach einer kostengünstigen Unterkunft

Anfragen oder Bewerbungsschreiben können bis zum **01.03.2025** an **Basketball-Club Rendsburg, Antje Mevius-König (01578 – 78 111 84), gs@bbcr.de** gesendet werden.



ALL'S FAIR IN

LOVE
#BASKETBALL



BBCR Trainingszeiten ab 08.01.2025

| | | | |
|-------------------|-----------------|-----------------------|----------------------------|
| Montag | | | |
| 15:30 - 18:00 | CTR große Halle | M12-2 / M12-3 | Joshua / Ryan |
| 15:30 - 18:00 | CTR große Halle | M10-1 / M10-2 | Olivier / Joel |
| 15:30 - 18:00 | CTR große Halle | M12-1 | Michel |
| 16:00 - 18:00 | Kronwerk | W16 | Timo |
| 16:00 - 17:30 | Hela | W14 | Tilli |
| 17:30 - 18:30 | Hela | Unified | Thomas |
| 18:30 - 20:30 | Hela | M16-1 / M18-2 | Jonathan |
| 15:45 - 18:15 | Herder | M14-1 / M14-2 | Antje / Elias |
| 18:15 - 19:45 | Herder | T25 / H2 | Max / Sönnick |
| 19:45 - 21:45 | Herder | Twisters | Max / Felix |
| Dienstag | | | |
| 16:00 - 18:00 | Hela | W12 | Corinna / Merle |
| 18:00 - 19:45 | Hela | M18-3 | Michel |
| 20:00 - 22:00 | Hela | 3. Herren | Thorge |
| 20:00 - 22:00 | Altstadt | BB4 Fun | Bodo |
| 17:00 - 19:30 | Kronwerk | W15 | Timo / Tilli |
| 19:30 - 21:30 | Kronwerk | 4. Herren | Jürgen |
| 16:15 - 17:30 | CTR große Halle | M9 / W9 | Antje |
| 15:30 - 17:30 | CTR große Halle | M14-1 / M14-2 / M16-3 | Michel / Denis |
| 17:30 - 20:00 | CTR große Halle | M15 JBBL Quali | Tom / Antje |
| 20:00 - 21:30 | CTR große Halle | Twisters / H2 | Max / Felix |
| Mittwoch | | | |
| 15:00 - 17:00 | CTR große Halle | M10-1 | Olivier / Joel |
| 15:00 - 16:30 | CTR große Halle | M9 | Michel |
| 15:00 - 17:00 | CTR große Halle | W10 | Tori |
| 15:00 - 16:00 | CTR Halle 2 | Maxi Baskids | Antje / Minel |
| 16:00 - 17:00 | CTR Halle 2 | Eltern-/Kind-Turnen | Antje |
| 16:00 - 17:00 | Hela | Athletiktraining | Martin / Jonathan |
| 17:00 - 19:00 | Hela | M16-1 / M18-2 | Jonathan / Michel / Martin |
| 17:00 - 19:30 | Kronwerk | W18 / Damen | Jochen |
| 19:30 - 21:00 | Kronwerk | Open Gym Jugend | Thore |
| 19:30 - 21:00 | Kronwerk | Walking Basketball | Tanja |
| 19:30 - 22:00 | Herder | Twisters | Max / Felix |
| Donnerstag | | | |
| 15:30 - 18:00 | Herder | M14-1 / M14-2 | Antje / Denis |
| 15:30 - 17:30 | Hela | M14-3 / M12 | Ben / Michel |
| 17:30 - 19:00 | Hela | M15 JBBL Quali | Michel |
| 19:00 - 21:00 | Hela | T25 / H2 / M18-1 | Sönnick / Nico |
| 21:00 - 22:00 | Hela | IT | Frank |
| 16:00 - 18:00 | CTR Halle 2 | Cheerleader | Leila |
| 16:30 - 18:15 | Kronwerk | W12 | Corinna / Merle / Jannis |
| 18:15 - 20:00 | Kronwerk 2/3 | W14-2 / W15-2 | Jannis |
| 19:00 - 20:00 | Kronwerk 1/3 | Tanzgruppe Frauen | Leila |
| 20:00 - 22:00 | Kronwerk | 3. Herren | Thorge |
| Freitag | | | |
| 15:00 - 17:00 | CTR Halle 2 | M12-2 / M12-3 | Dominik / Joel |
| 15:00 - 17:00 | Altstadt | M16-3 / M14-2 | Thore |
| 15:30 - 17:30 | Kronwerk | W14 | Tilli |
| 17:30 - 19:30 | Kronwerk | W18/ Damen | Jochen / Timo |
| 16:00 - 18:15 | Herder | M15 JBBL Quali | Tom / Jonathan / Martin |
| 18:00 - 19:30 | Herder | Twisters | Max / Felix |
| 19:30 - 21:00 | Herder | Team 25 / H2 | Max / Nico |
| 17:30 - 19:30 | Hela | M16-4 | Dominik |
| 19:30 - 21:30 | Hela | 4. Herren | Jürgen |

Druck
machen...



Let's go 
Twisters!!!   

...wir machen Druck
seit 1848!



Druckerei
ALBERS
www.druckerei-albers.de

Buch + Papier
ALBERS
www.papier-albers.de



INTERSPORT
I. D. SIEVERS

| Die nächsten Heimspiele | |
|-------------------------|----------------------|
| 25.01.2025 | TSV Bargteheide Bees |
| 08.02.2025 | VfL Stade |
| 22.02.2025 | MTV/BG Wolfenbüttel |
| 08.03.2025 | SG Braunschweig |

**ERLEBEN
ist
einfach.**

**REGIONAL.
PERSÖNLICH.**

 Sparkasse
Mittelholstein AG

**Einfach ist
LECKER.**



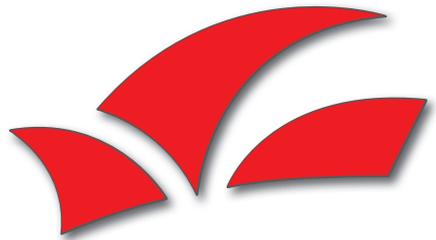
**Einfach ist
ATTRAKTIV.**



**Einfach ist
SICHER.**



**Einfach ist
PRAKTISCH.**



MITTELHOLSTEIN

**JOKER
ist
einfach.**

MITTELHOLSTEIN**JOKER**.de