

151 331 **Orientalischer Tanz, mit Gelassenheit und (Hüft-)Schwung**, Fr, 13.03.15 bis Fr, 08.05.15, 19:45 – 21:45 Uhr, 5 Termine

### Gesundheit/ Ernährung

- 151 3704 **Thailändische Küche**, Fr, 20.02.15, 18:30 – 21:30 Uhr
- 151 3705 **Aufläufe**, Fr, 20.03.15, 18:30 – 21:30 Uhr
- 151 3706 **Spargel mit André**, Fr, 22.05.15, 18:30 – 21:30 Uhr
- 151 3707 **Karibische Küche**, Fr, 19.06.15, 18:30 – 21:30 Uhr
- 151 3712 **Asiatisch**, Fr, 08.05.15, 18:00 – 21:00 Uhr
- 151 3713 **Antipasti, Tapas und Mezes**, Fr, 12.06.15, 18:00 – 21:00 Uhr
- 151 3714 **Salate**, Fr, 26.06.15, 18:00 – 21:00 Uhr

### Sprachen

- 151 4204 **Schwedisch (A.2.5)**, Mo, 02.03.15 bis Mo, 08.06.15, 20:00 – 21:00 Uhr, 12 Termine
- 151 4205 **Schwedisch (B1.5)**, Do, 05.03.15 bis Do, 28.05.15, 20:15 – 21:30 Uhr, 9 Termine
- 151 4206 **Schwedisch (B1)**, Do, 05.03.15 bis Do, 28.05.15, 18:35 – 20:05 Uhr, 9 Termine

151 4207 **Schwedisch Konversation**, Do, 12.02.15 bis Do, 07.05.15, 20:05 – 21:35 Uhr, 10 Termine

151 4219 **Spanisch (A1.1) Anfängerkurs am Vormittag NEU**, Di, 10.02.15 bis Di, 12.05.15, 11:15 – 12:45 Uhr, 12 Termine

151 4220 **Spanisch (A1.1) Anfängerkurs NEU**, Di, 10.02.15 bis Di, 12.05.15, 19:00 – 20:30 Uhr, 12 Termine

151 4221 **Spanisch (A1.5) am Vormittag**, Di, 10.02.15 bis Di, 12.05.15, 09:30 – 11:00 Uhr, 12 Termine

151 4222 **Spanisch (A1) Auffrischung**, Di, 10.02.15 bis Di, 12.05.15, 17:15 – 18:45 Uhr, 12 Termine

151 4300 **Dänisch (A1.2)**, Do, 19.02.15 bis Do, 25.06.15, 18:55 – 19:55 Uhr, 15 Termine

151 4301 **Dänisch (A2.2) Fortgeschrittene**, Do, 19.02.15 bis Do, 25.06.15, 17:45 – 18:45 Uhr, 15 Termine

151 4302 **Dänisch (B1)**, Mo, 09.02.15 bis Mo, 11.05.15, 19:30 – 20:30 Uhr, 12 Termine

151 4303 **Dänisch (B1)**, Mi, 11.02.15 bis Mi, 20.05.15, 18:00 – 19:00 Uhr, 12 Termine

Ihr Elektriker in Flintbek!

# ELEKTROTECHNIK



# Jörg Günther

Innungsfachbetrieb  
Nachtkoppel 6 · 24220 Flintbek  
Tel.: 04347- 8092 233  
Mobil: 0152-0190 32 52

**Keine Fahrkostenpauschale in Flintbek und Umgebung!**

**Angebote und Beratung sind kostenfrei!**

- Elektroinstallation
- Sat-Anlagen / Kabelfernsehen
- E-Check / Gerätecheck
- Beleuchtungstechnik
- EIB / KNX Gebäudesystemtechnik
- Messungen nach BGV A3

- 151 4602 **Bildungsurlaub Englisch Refresher B1**,  
Mo – Fr, 06.07.15 – 10.07.15, 09:00 –  
16:00 Uhr, 5 Termine
- 151 4603 **Englisch (A1.3) am Abend**, Fr, 13.02.15  
bis Fr, 26.06.15, 18:00 – 19:30 Uhr,  
15 Termine
- 151 4604 **Englisch (A1.3)**, Mi, 11.02.15 bis Mi,  
24.06.15, 12:00 – 13:30 Uhr, 17 Termine
- 151 4605 **Englisch (B.1)**, Mi, 11.02.15 bis Mi,  
24.06.15, 10:15 – 11:45 Uhr, 17 Termine
- 151 4606 **Englisch (B.1/ B.2)**, Mi, 11.02.15 bis Mi,  
24.06.15, 08:30 – 10:00 Uhr, 17 Termine
- 151 4607 **Englisch (B.1/ B.2)**, Mo, 09.02.15 bis Mo,  
11.05.15, 09:15 – 10:45 Uhr, 12 Termine
- 151 4608 **English Conversation (B1/B2)**, Mo,  
09.02.15 bis Mo, 11.05.15, 11:00 – 12:30 Uhr,  
12 Termine
- 151 4609 **English Conversation in the evening  
(B.1)**, Mo, 09.02.15 bis Mo, 11.05.15, 18:15  
– 19:45 Uhr, 12 Termine

#### Beruf/EDV

- 142 541 **Computerschreiben: Das Tastenfeld in 4  
Lektionen erlernen**, Fr, 13.02.15 bis Sa,  
14.02.15, 10:00 – 12:30 Uhr, 2, Termine

- 151 522 **Gemütlicher Computertreff  
am Vormittag**,  
Do, 12.03.15 bis Do, 09.04.15,  
09:30 – 11:30 Uhr, 5 Termine
- 151 523 **Gemütlicher Computertreff am Vormit-  
tag**, Di, 02.06.15 bis Di, 30.06.15,  
09:30 – 11:30 Uhr, 5 Termine

#### Junge VHS

- 142 860 **Eine bunte Mütze selbst gehäkelt  
(ab 8 Jahre)**, Sa, 24.01.15, 14:00 –  
17:00 Uhr
- 151 840 **Body Fit für Mädchen (12 bis 15 Jahre)**,  
Do, 05.02.15 bis Do, 09.07.15, 16:15 –  
17:30 Uhr, 19 Termine
- 151 841 **Kinderballett für Anfänger (4 – 6 Jahre)**,  
Mo, 23.02.15 bis Mo, 13.07.15, 15:15 –  
16:15 Uhr, 18 Termine
- 151 851 **Kindermusikgruppe für kleine Kinder  
mit einer Begleitperson**, Mo, 23.03.15  
bis Mo, 15.06.15, 15:00 – 15:45 Uhr,  
10 Termine
- 151 852 **Kindermusikgruppe für Kinder ab ca. 3  
Jahren**, Mo, 23.03.15 bis Mo, 15.06.15,  
16:00 – 16:45 Uhr, 10 Termine

## Hausarztpraxis Flintbek

**Dr. med. Karin Erasmi**  
Fachärztin für Allgemeinmedizin  
Fachärztin für Anästhesie  
Palliativmedizin  
Diabetologie

**Dr. med. Malte Scheidt**  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Naturheilverfahren  
Sportmedizin  
Diabetologie



Heitmannskamp 7  
24220 Flintbek  
Telefon 04347 – 710080  
Telefax 04347 – 710081  
Rezepte 04347 – 710082  
info@hausarztpraxis-flintbek.de  
www.hausarztpraxis-flintbek.de

#### Öffnungszeiten:

Montag	07.30 – 12.00 und 16.00 – 18.30 Uhr
Dienstag	07.30 – 12.00 und 16.00 – 18.30 Uhr
Mittwoch	07.30 – 12.00 Uhr
Donnerstag	07.30 – 12.00 und 16.00 – 18.30 Uhr
Freitag	07.30 – 14.00 Uhr

151 861 Die kleine Farbwerkstatt, für Kinder von 6 bis 12 Jahren, Do, 21.05.15 bis Do, 25.06.15, 15:00 – 17:00 Uhr, 6 Termine

151 862 Töpfern für Kinder im Vorschul- und Grundschulalter mit Begleitperson, Mo, 09.02.15 bis Mo, 09.03.15, 15:00 – 16:00 Uhr, 5 Termine

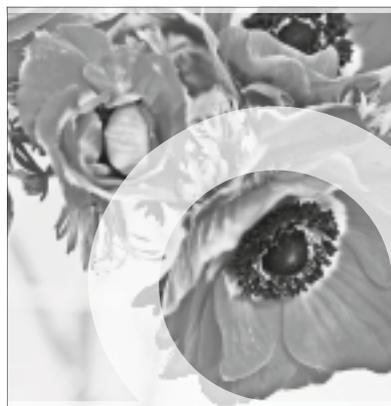
### Wanderungen/ Exkursionen

151 929 Tages-Kunstoffahrt nach Bremen zur Ausstellung "Emile Bernard – Am Puls der Moderne" in der Bremer Kunsthalle, Sa, 14.03.15,

151 930 Botanische Wanderung im NSG Ahrensee, zu Veilchen, Lerchensporen und Winterschachtelhalm, So, 03.05.15, 14:00 – 17:00 Uhr

151 931 Familien-Führung: Der Walderlebnistag, Besuch bei den Baumkindern, Mo, 25.05.15, 14:00 – 17:00 Uhr

151 932 Wildkräuter-Spaziergang: Frühlingskräuter, Frühlingsblumen, Frühlingsgefühle im Molfseer Eidertal, Sa, 30.05.15, 14:00 – 16:00 Uhr



[www.diakonie-altholstein.de](http://www.diakonie-altholstein.de)

Häuslicher Pflegedienst

# Mehr als Pflege

Wir beraten Sie gerne persönlich – auch bei Ihnen zu Hause! Rufen Sie uns an.

Flintbek und Molfsee

Dorfstraße 2a, 24220 Flintbek, Tel. 04347/70 84 00

Felde

Wulfsfelder Weg 18, 24242 Felde, Tel. 04340/40 25 04



Pflege Diakonie

Wir lieben Flintbek!  
Für jede im Jahre 2015 von Flintbekern gekaufte Küche spenden wir 80 € für das Flintbeker Freibad!!

**DIE WELT**  
Service-Champions  
Im Vergleich über 1.000 Unternehmen (Stichtag: 30.06.2012)  
100 Gold | 100 Silber | 100 Bronze  
**Küche & Co**  
Nr. 1 der Küchenmärkte  
in Kiel  
7. Küchenmarke 10/2012

**KÜCHE & CO**  
Die Küchen-Fachleute

Sophienblatt 88-90 · 24114 Kiel · Telefon 04 31/26 09 86 60  
Mo.-Fr. 10-18 Uhr · Sa. 10-14 Uhr · [www.kuechenstudio-kiel.de](http://www.kuechenstudio-kiel.de)

## Neues aus dem...



### „Die unstillbare Lust am Lesen...“

Auch wenn heute alles grau in grau ist und der Regen fast waagrecht fällt – bald ist Frühling und damit wieder Zeit für den Bücherabend der VHS Flintbek. Er findet statt am 27. März um 19.00 Uhr im Gemeindezentrum der evangelischen Kirche in der Dorfstraße. Anmeldungen nehmen wir ab sofort entgegen unter den Rufnummern 4845 (VHS) oder 3945 (Bücherstube).

### Wo ist die Sonne?...

Uns allen ist es aufgefallen: Die Sonne ist weg! Seit das Sunny Beach seine Pforten Ende des letzten Jahres schloss, herrscht Dauerregen. Helfen Sie mit, den Müllershörn wieder zum Strahlen zu bringen. Bei Interesse an dem Mietobjekt wenden Sie sich gerne an uns. Wir vermitteln den Kontakt. Es muss ja nicht ein Sonnenstudio sein. Auf diesem Wege wünschen wir Martina Hertel für Ihren neuen Lebensabschnitt alles Gute.

### Es tut sich was...

Nachdem der ehemalige Riepenmarkt doch viel zu lange leer stand, freuen wir uns, mitteilen zu können, dass sich ein neuer Mieter für das Objekt gefunden hat. Was genau passiert, verraten wir an dieser Stelle noch nicht.

Es hat etwas mit Bewegung zu tun, wenn auch nicht mit einer Seilbahn vom Schlotfeldtsberg ins Eidertal wie im Projekt Flintbek 2030 angedacht. Zum Treffen der Projektgruppe „Kommunikation und Vernetzung“ sind Sie nach wie vor alle herzlich eingeladen (Tel.: 80 92 60). Bleiben Sie also gespannt!

### Termin vormerken...

Auch in diesem Jahr wird die Wirtschaftsgemeinschaft Flintbek e.V. wieder ihr traditionelles Maifest am Müllershörn durchführen. Also freuen Sie sich mit uns auf den 1. Mai und auf ein Fest für die ganze Familie.

**Bis zu den nächsten Nachrichten!**

**Ihre Jutta Goullon,**

**Maren Dreier & Ute Kortschakowski-Liefland**



**lese-meer.de**

**BÜCHERSTUBE FLINTBEK**

Inh. Jutta Goullon  
Müllershörn 2a 24220 Flintbek  
Fon: 04347 3945 info@lese-meer.de  
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 9.00 bis 18.00 Uhr  
Sa. 9.00 bis 13.00 Uhr

**PETRA HARTLIEB:**

**“MEINE WUNDERVOLLE BUCHHANDLUNG”**

Ein schwungvoller, spritziger Blick hinter die Kulissen

Dumont, gebunden, 18.- Euro



**Anwältinnen in Flintbek**

**www.a-i-f.de**

**Wir beantworten Ihre Fragen**  
zum Unterhalt, zu Trennung und Scheidung sowie zur elterlichen Sorge.

**Wir kämpfen für Ihre Rechte**  
beim Umgang mit Behörden.

**Maren Dreier & Ute Kortschakowski-Liefland**

Müllershörn 2a, 24220 Flintbek, Fon: 04347|80 92 6-0, Fax: 04347|80 92 6-10, info@a-i-f.de




## Aktion Zaunkönig: Ein toller Erfolg! Ein Zwischenbericht.

In der letzten Ausgabe haben wir über die Aktion „Zaunkönig“ berichtet und nachgefragt, ob die Flintbekerinnen und Flintbeker uns dabei helfen können. Und das bisherige Ergebnis hat selbst uns Optimisten überrascht. Mehr als 71 Spender unterstützten uns bisher. Die Firmen Ralf Frerichs, Axel Gutzeit, Peter Glindemann, Blumen Wohlers in Kirchbarkau, Klausenke und zuletzt auch der Bauhof arbeiteten und verkauften mit einem hohen Rabatt. Später werden wir weiter berichten. Am 14.2. wollen wir gemeinsam mit euch die Hecke pflanzen. Der Vorstand dankt im Namen aller Freibadfreunde ausdrücklich allen für ihre Hilfe.



„Vorortspender“ Rudi und Ute Karstens

## „Das Schrottbaden 2015“ für das Freibad

Auch in diesem Jahr wollen wir und die Zimmerei „Böttcher und Trachsel“ wieder Schrott für unser Freibad sammeln. In den 2 Wochen vor dem Sperrmülltermin am Dienstag, 12.05.15 wird ein Container am inzwischen bekannten Platz für eure nicht mehr benötigten Metallreste zur Verfügung stehen. Wenn ihr Kupfer-, Messing oder ähnliche Edelreste habt, bitten wir euch einmal uns anzurufen. Es rechnet sich, wenn wir diese Metalle extra sammeln. Bitte ruft uns an 04347-809559 oder per Mail [w.briege@freibad-flintbek.de](mailto:w.briege@freibad-flintbek.de), wir verabreden uns dann mit euch zur Übergabe. Bei größeren Mengen Schrott werden wir natürlich auch gerne wieder helfen.

## FREIBAD Flintbek



Luft: 22°

Wasser: 19,5°

Spaß: 100%

## Dachdeckerei Sven Möller e.K. Meisterbetrieb



Besuchen Sie unsere Homepage  
Top-Angebot für Ihr neues Dach unter:  
[www.dachdeckerei-moeller.de](http://www.dachdeckerei-moeller.de)  
oder rufen Sie uns einfach an!  
Blaue Pforte 2 a - 24802 Emkendorf  
Tel.: 04330 - 99 42 44



# **E neukauf markt**

Peter Albrechtsen Lebensmittel GmbH, Dorfstr. 14, 24220 Flintbek, Tel. 0 43 47 / 33 12, Fax 48 22

## **Unser Motto:**

*Wir sind erst zufrieden, wenn Sie es sind!*

Fleisch- und Wurstwaren in Gutfleisch-Qualität

Obst und Gemüse täglich frisch vom Großmarkt

Neuform-Depot – Reformkost, Naturkosmetik und Naturheilmittel

Große Auswahl an frischen Salaten an unserer Salattheke!

Internationale Käseauswahl

Wir liefern „kalte Platten“ in Spitzenqualität individuell nach

Ihren Wünschen. Bitte sprechen Sie mit uns.



## **Kundenfreundliche Öffnungszeiten:**

Mo. – Fr. 8.00 – 20.00 Uhr

Sa. 7.30 – 20.00 Uhr

**MARIO**



## **Heizungs- und Wassertechnik**

# **Körting**

## **Meisterbetrieb**

### **Bäder - stilvoll und individuell Gas- und Ölfeuerungsanlagen**

Brennwert- und Solartechnik

Wartung und Kundendienst

Mario Körting  
Kattensaal 8  
24220 Flintbek

**Notruf: 0172 / 4 55 32 04**  
**[www.koertingonline.de](http://www.koertingonline.de)**

Tel.: 0 43 47 / 73 84 76  
Fax: 0 43 47 / 73 84 77  
[koertingonline@web.de](mailto:koertingonline@web.de)

**Beratung, Planung, Verkauf und Montage**

*...wir beraten Sie gern*

# KOMMEN SIE GUT DURCH DIE WINTERZEIT!

## NORDWIND

Inh. Umberto Schmidt

*W* & *wetterfest*

Jetzt noch bis Ende  
**Februar:** bei unserem  
**Winterschlussverkauf**

tolle Schnäppchen ergattern an  
mollig warmer und schützender Winterkleidung.

Rosenberg 22, Tel. 0 43 47-90 88 38, Mo-Fr 10-18 Uhr, Sa 10-16 Uhr  
www.nordwindundwetterfest.de

## PROVINZIAL

**Versicherungen  
für Ihr Eigenheim**

**Handeln bevor etwas passiert:** Immer wieder sind Elementarschadenversicherungen als Ergänzung zur Hausrat-/Gebäudeversicherungen ein Thema. Sie hilft bei Schäden durch Starkregen, Erdbeben, Rückstau oder Schneedruck. Sprechen Sie mit uns, Ihrem Fachmann vor Ort.

Bezirkskommissar **Thomas Wiggering e.K.**  
Am Ehrenmal 4, Flintbek, Tel. 0 43 47- 710 100, Fax 710 10 10  
www.provinzial.de/flintbek flintbek@provinzial.de

**E neukauf**  
**ALBRECHTSEN** *...echt gut!*  
EDEKA

Vitamine für einen guten Start in den Schulalltag: Abwechslung beim Pausenbrot macht Spaß und ist gesund. Viele abwechslungsreiche Ideen vom Müsliriegel bis zur kleinen Überraschung finden Sie bei uns.

Kulinarische Inspirationen finden Sie auf [www.edeka.de](http://www.edeka.de)

EDEKA neukauf Albrechtsen, Dorfstraße 14 · T 04347 / 33 12 · F 48 22

Am **14.2.2015** ist traditionell wieder das **Valentins-Candle-light-Dinner** mit unseren italienischen

Köstlichkeiten für schöne Stunden zu zweit mit Ihrem Herzblatt. Ihr **Schlemmer-Italiener** ist täglich für Sie da.  
Dorfstraße 2, Tel. 0 43 47 / 710 200, [www.restaurant-la-perla.de](http://www.restaurant-la-perla.de)

Ristorante · Pizzeria

*La Perla*

Inh.: Arturo Bee



**Brose** Meister-  
Kfz-Meisterbetrieb GmbH

**auto reparatur**

**Automatikgetriebe - Probleme???**

Eine Getriebeölspeicherung kann bei Schaltproblemen Abhilfe schaffen!

**Ihr Brose-Team kompetent und zuverlässig.**

Dorfstraße 21, Tel: 0 43 47 / 2700, Fax: 0 43 47 / 41 39

## Schulranzen-Wochen bei RENNER Haus+Garten in Flintbek. Vom 09. bis 21. Februar stehen

bei **RENNER** Haus+Garten Schulranzen und deren zukünftige Besitzer im Mittelpunkt. Es geht in den zwei Wochen nicht nur darum ein schönes, sondern auch ein passendes Modell zu finden.



Das Wichtigste beim Ranzenkauf ist, dass das gute Stück optimal auf den Rücken des Kindes passt. Es gibt bei Erstklässlern große Unterschiede hinsichtlich Größe und Körperbau. Der Schulranzen sollte ein ergonomisch geformtes Rückenteil besitzen, welches der natürlichen Form der Wirbelsäule nachempfunden ist.

RENNER bietet eine große Auswahl an Schulranzenmodellen. Zum Beispiel den Scout Sunny, der wie die meisten Ranzen von Scout mit 20% fluoereszierendem Material die DIN 58124 erfüllt. Außerdem hat der Scout Sunny ein höhenverstellbares Tragegurtsystem, Hüft- und Brustgurt und ein superleicht zu bedienendes Magnet-Rasterschloss.

Auch Step by Step hat seine Produktpalette um das Model

**O** rthopädie  
**S** ervice  
**N** ord GmbH

Das **Richtige** finden bei der großen Auswahl an Sanitäts- und Orthopädiebedarf? Wir zeigen passende Alternativen und beraten Sie bei der Auswahl. Bitte sprechen Sie uns an.  
Bönnhusener Weg 2; Eingang vom Bäckerberg, Tel. 0 43 47-80 90 89

Energiesparen ist in aller Munde und immer aktuell. Wer sein Eigenheim auf energiesparende Techniken umstellen möchte, sollte mit uns reden.

**Wir beraten Sie gerne!**

**K.-H. Voigt**, Rosenberg 15, Tel. 0 43 47/94 63, Fax 0 43 47/94 04  
[www.voigt-haustechnik-flintbek.de](http://www.voigt-haustechnik-flintbek.de)

Haustechnik

**VOIGT**

Meisterbetrieb

Notfall-Tel. 0172-450 32 04



- TERMINE**  
 14.2. Valentinstag  
 16.2. Rosenmontag  
 17.2. Fastnacht  
 18.2. Aschermittwoch  
 20.3. Frühlingsanfang  
 29.3. Beginn d. Sommerzeit



**ART Deko**  
 Wohnen - Garten - Leben  
 Dorfstraße 9 · 24220 Flintbek  
 Tel.: 04347 / 2900  
 Inh.: Verena Karstedt

Stöbern Sie durch meine Ausstellung an stilvollen Wohnaccessoires, Nützlichem, Hübschen oder dem besonderen Geschenk für einen lieben Menschen. Wir freuen uns auf Sie!

**Öffnungszeiten:**  
 Mo - Fr 10 bis 18 Uhr, Sa 10 bis 14 Uhr

## Fahrschule Grehl

Inh. Wolfgang Weber  
 Rosenberg 8, Flintbek oder Tel: 0431 / 73 19 45

Jetzt die Motorrad-Theorie büffeln und dann beim ersten Sonnenstrahl in die Praxis starten. So geht es im Sommer auf Tour. **Lernen wann und wo Du willst** - mit dem **You-Drive** Lernportal am iPad, mit dem Smartphone oder am PC. **Macht Euch doch im Internet schlau: [www.fahrschule-grehl.de](http://www.fahrschule-grehl.de)**

Comfort und Light erweitert. Das neue Model Light wiegt nur 900 g bei einem Gesamtvolumen von 18,0 l, hat eine stabile Bodenplatte, reflektierende Elemente und viele weitere Features.

Das Fachpersonal von Renner steht im Aktionszeitraum für die Probeanpassung und optimale Beratung zur Verfügung, damit jedes Kind den passenden Schulranzen findet. RENNER führt außer "Step by Step" und "Scout" auch noch "Sammies" und "Spiegelburg".



[www.blumenwohlers.de](http://www.blumenwohlers.de) Tel. 0 43 47 / 70 84 84  
**Blumen Wohlers** Kätterskamp 29  
 Inh. Angela Wohlers-Lorenzen e.K.

**Für alle Verliebten: am 14.2. ist Valentinstag.**  
 Holen Sie sich den Frühling ins Haus mit leuchtenden Frühlingsboten und farbenfrohen Ideen. **Ihr Floristik-Partner mit den guten Ideen.**  
**Unsere Öffnungszeiten:**  
 Mo-Fr 7-18 Uhr • Sa 7-13.30 Uhr • So 9.30-12 Uhr

**RENNER** HAUS+GARTEN  
 Inh. Imke Janneck e.K.

**Bald geht es zur Schule?**  
 Unsere **traditionellen Ranzenwochen** vom

09. Februar bis zum 21. Februar bietet aktuelle Motive und alles, was neben Federtasche, Stiften und Trinkflaschen für die ABC-Schützen noch notwendig ist. Im Aktionszeitraum geben wir 15% Rabatt auf alle Schulranzenmodelle.

**Rosenberg 22, Tel: 04347-9121, Mo-Fr 9-18 Uhr, Sa 9-16 Uhr**  
**[www.renner-haus-garten.de](http://www.renner-haus-garten.de)**

**RESTAURANT**  
**Flintbeker**  
 im Bürger- und Sportzentrum  
 Inh. Daniel Kip  
 \* Nur mit Reservierung zu diesen Terminen!

Wir starten ins neue Jahr mit vielen Ideen und leckeren Speisen: unsere **Brunch-Termine** sind am 08. und 22. Februar, sowie am 08. und 22. März. Für alle Verliebten haben wir am 14.02. das **Valentinstagmenü**. Darauf folgt am 20.02. die **knusprige Haxe** und am 27.02. **„Tanz ins Wochenende“\*** mit DJ und jeder Menge Spaß. Im März ist dann am 07.03 das **„Kellerkabarett“\*** bei uns zu Gast und am 20.03. haben wir einen **Bunten Abend**.

Weitere Veranstaltungstermine unter [www.restaurant-flintbeker.de](http://www.restaurant-flintbeker.de) oder direkt im Restaurant Dorfstraße 39, Flintbek, Tel. 04347-80 90 09

## Kosmetikstudio



[brigitta.reinicke@freenet.de](mailto:brigitta.reinicke@freenet.de)

## Brigitta Reinicke

*Eine Winterpause für Sie und Ihre Haut. Jetzt mit nährenden Behandlungen die Haut schützen und beruhigen. Massagen mit warmen Ölen schmeicheln der Seele.*

**Termine nach Vereinbarung**  
**Birkenring 3 • 24220 Flintbek • Tel. 04347- 89 00 22**

## Restaurant Flintbeker

Mit neuen Ideen und guten Vorsätzen starten wir ins neue Jahr und wünschen allen unseren Gästen ein schönes und gesundes Jahr 2015! Schon im Februar beginnen wir mit einigen Veranstaltungen.

Am **14. Februar 2015** ist **Valentinstag!** Für alle Frisch- und Altverliebten bieten wir ein ganz besonderes 3-Gänge-Menü an. Bei einem Glas Prosecco und Kerzenschein können Paare so einen romantischen Abend verbringen!

**20. Februar 2015** ist es endlich wieder soweit! **Haxen-Abend!** An diesem Abend wird die Küche super knusprige Haxen zubereiten, genauso wie eine richtige Haxe sein soll! Dazu gibt es saftiges Sauerkraut und leckeres – natürlich selbstgestampftes – Kartoffelpüree.

Zum **Tanz ins Wochenende** laden wir am **27. Februar 2015!** Nach längerer Pause soll endlich mal wieder richtig geschwooft werden im Flintbeker! Während der DJ für gute Musik sorgt, können die Gäste das Tanzbein schwingen oder einfach nur gemütlich quatschen und nette Leute treffen.



Das **Kellerkabarett** kommt nach Flintbek! **28. März 2015!** Comedy und Poesie, op hoch und op platt – mit Musik und Geschnack. Sogar Matthias Stührwoltdt hat das Talent der Künstler Achim Schnoor (50, Gitarre u. Gesang) aus Groß Wittensee und Ralf Keller (53) aus Warder erkannt und sie schon mehrfach zu gemeinsamen Veranstaltungen zu sich auf die Bühne geholt!

In Kurzgeschichten, die den Charakter von "Hör mool een beiten to" geweiht sind, wird der norddeutsche Alltag so lange gefiltert bis ein komischer Extrakt übrig bleibt. Im Stand up Teil schließlich reiht sich Gag an Gag und braucht den Vergleich mit bekannten Comedygrößen nicht zu scheuen. Fast alle gängigen Musikrichtungen werden auf (Platt-)deutsch durchdekliniert. Neben rockigen Stücken und Balladen („Ick hool vun di“) finden sich auch ein Reggae „Kiffer op'n Dörpen“, der es auf YouTube auf 3000 Klicks brachte. Doch auch ein schwedi-

sches Möbelhaus wird besungen: „Die vergessenen Kinder von Smolland“. Ob in den Textbeiträgen, den Liedern oder den Pausen zwischen beidem, stets bietet das Programm hohes Tempo und sehr viel Abwechslung.

**20. März 2015** ein „**bunter Abend!**“

Wir freuen uns auf Reservierungen zu den einzelnen Terminen! Nähere Infos zu den Veranstaltungen erhalten Sie auf unserer Homepage oder direkt im Restaurant, außerdem finden Sie uns auch auf facebook!

RESTAURANT  
*Flintbeker*  
im Bürger- und Sportzentrum

Geburtsstagsfeiern, Hochzeiten, Betriebsfeiern oder auch Tagungen und Präsentationen (techn. Grundausstattung vorhanden) in Räumlichkeiten für 30 oder bis zu 200 Personen.

Ob Sie nur zu zweit einen netten Abend in gemütlicher Atmosphäre genießen möchten oder eine große Feier planen, das Restaurant Flintbeker bietet viel Platz.

Gern planen wir mit Ihnen ganz individuell Ihren Geburtstag, Ihre Hochzeit, die Konfirmation oder alle anderen Anlässe.

Natürlich können Sie unser Angebot auch außer Haus genießen!

**Öffnungszeiten:**  
Montag Ruhetag - Dienstag - Samstag ab 17.30 Uhr  
Sonntag ab 10.00 Uhr und nach Vereinbarung

**Restaurant Flintbeker im Bürger- und Sportzentrum**  
Dorfstr. 39 · 24220 Flintbek · Tel. 043 47-80 90 09  
[www.restaurant-flintbeker.de](http://www.restaurant-flintbeker.de)

**Sven Janssen**  
Geschäftsführer  
bs-j@online.de

---

**Bau-Service-Janssen**  
Glas-Gebäudereinigung, Garten-Landschaftsbau

Hasselbusch 33 04347 7014869  
24220 Flintbek Fax: 04347 7014874



**KATHOLISCHE PFARREI  
ST. MARIA - ST. VICELIN**  
Filialgemeinde St. Marien, Bordesholm

**Bahnhofstr. 94, 24582 Bordesholm**

Pfarrer Peter Wohs, Neumünster  
Tel.: 04321/42589  
Pfarrbüro Bordesholm  
Tel.: 04322/4013  
Pastoralreferentin Martina Jarck  
Tel.: 04347/7386017

**St. Josef, Lassenweg 10, 24220 Flintbek**  
Betreuerfamilie: Najdrowski  
Tel.: 04347/711977

**Gottesdienste in St. Josef, Lassenweg 10, Flintbek**  
samstags: 18:00 Uhr, Sonntag-Vorabend-Messe  
mittwochs: 17:30 Uhr, Hl. Messe

**Gottesdienste in St. Marien,**  
Bahnhofstr. 94, Bordesholm  
sonntags: 10:45 Uhr Hochamt  
donnerstags: 8:25 Uhr Rosenkranz-  
gebet anschl. 9:00 Uhr  
Hl. Messe

**Besondere Gottesdienste**  
So., 01.02. und 01.03.  
um 10.45 Uhr Familiengottesdienst  
So., 08.02. und 08.03.  
um 10.45 Uhr Hochamt und parallel  
„Kleine Kinderkirche“

**Taizé – Gebet:** So., 01.02. und 01.03. um 19:00 Uhr

**Aus dem Gemeindeleben**  
Volkstanzkreis: dienstags 19:30 Uhr  
Senioren/innen: jeden 2. Mittwoch im Monat um  
15:00 Uhr  
Frauengymnastik: jeden Mittwoch; 9:00 Uhr

**14. Februar ist Valentinstag**  
Blumen,  
die schönste Sprache der Welt.

**Blumen Wohlers**

Kätterskamp 29  
24220 Flintbek  
0 43 47 - 70 84 84

Jeder Kunde bekommt eine Überraschung

**Garten- und Pflanzarbeiten**  
Rasen vertikutieren u. Rasenanlagen

Zäune und Sichtschutzelemente  
Pflasterung und Stufenanlagen

**brodda**

Garten- und Landschaftsbau

Tel. 04330-999821 Mobil: 0170-2461000  
www.gartenbau-brodda.de info@gartenbau-brodda.de

**Flintbeker Nähstube**

Kätterskamp 1-3  
24220 Flintbek  
in der Hörnpassage / Tel. 04347 - 71 31 51

**Wir machen:**

- enger, weiter, kürzer, länger, breiter
- Gardinen, Leder, Kunststopfen aller Art,
- Reißverschluss, Änderungen aller Art
- Wir informieren und beraten –  
Kommen Sie bitte vorbei!

**Mo.-Do. 9.30 - 18.00**  
**Fr. 9.30 - 12.30 15.00 - 18.00**  
**Sa. 9.30 - 13.00**

**Gerne nehmen wir auch Wäsche zur  
Reinigung und zum Mangeln an.**

# DEINERT

Malerei-Meisterbetrieb

*Fachbetrieb für  
Schimmelpilzsanierung/  
Innendämmung*

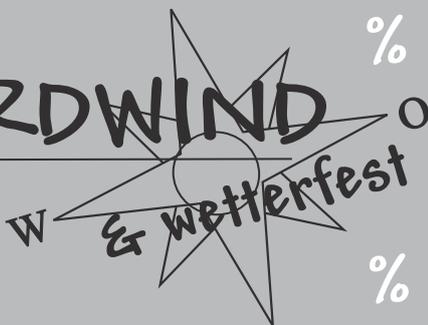
- *Malerarbeiten*
- *Bodenbeläge*
- *Bodenbeschichtungen*
- *Design- Raumklima und Edelputze*
- *Fugenlose Oberflächen alternativ statt Fliesen*



Wrangelstraße 24 | Neumünster | Tel.: 04321 - 85 210 70 | [www.malerdeinert.de](http://www.malerdeinert.de) | Gern auch für Sie in Schwentinental 04307 - 93 798 55 | Eckernförde 04351 - 85 085 05 | Flensburg 0461 - 57 494 556

## NORDWIND

%



%

%

Outdoorbekleidung & Ausrüstung

ACHTUNG WSV - JETZT TOLLE  
% SCHNÄPPCHEN MACHEN! %

THE  
NORTH  
FACE

Jack  
Wolfskin

Bergans  
OF NORWAY

FJÄLL  
RAVEN

Rosenberg 22 - Tel. 04347-908838  
[www.nordwindundwetterfest.de](http://www.nordwindundwetterfest.de)  
Mo-Fr 10-18 h und Sa 10-16 h

### ARBEITSRECHT

- KÜNDIGUNG
  - VERGÜTUNG
  - TEILZEITARBEIT
  - DISKRIMINIERUNG
  - ZEUGNIS
  - ABMAHNUNG
  - ALTERSTEILZEIT
  - WEIHNACHTSGELD
- TÄTIG FÜR ARBEITNEHMER & ARBEITGEBER

### ERBRECHT

- KEINE BERÜCKSICHTIGUNG IM TESTAMENT
- PFLICHTTEIL UND VERMÄCHTNIS
- STREIT UNTER MITERBEN
- SIE SIND ENTERBT

### VERKEHRSRECHT

- UNFALLSCHADENREGULIERUNG
- BUßGELDSACHEN (ROTLICHTVERSTOß, ÜBERHÖHTE GESCHWINDIGKEIT, USW.)
- VERKEHRSSTRAFVERFAHREN (TRUNKENHEIT, UNFALLFLUCHT)

## ANWALTSBÜRO ZERLIN

AUCH FACHANWALT FÜR ARBEITSRECHT  
BESELERALLEE 67 · 24105 KIEL · TEL. 0431 / 6 30 08  
[www.ra-zerlin.de](http://www.ra-zerlin.de) · [mail@ra-zerlin.de](mailto:mail@ra-zerlin.de)



**Was schenke ich IHM? Was schenke ich IHR?  
Wie gestalte ich meine Weihnachtsfeier?**



**Unser Tipp: Verschenken Sie zu den Festtagen, zum Geburtstag oder einfach einmal zwischendurch einen hochwertigen Gutschein. Unsere Klassiker und neue Geschenkideen:**

Alle Veranstaltungen nur mit Reservierung:  
Tel. 04321 904-150

**Musical-Dinner**

Es war schon eigentlich immer so: Musik sprengt alle Grenzen! Und so verbreitet das einzigartige Musical-Dinner nicht nur gute Laune, sondern präsentiert auch kulinarische Frühlingsspezialitäten. Ein Abend der Extraklasse mit Auszügen aus weltbekannten Musicals - von My Fair Lady über Elisabeth und Starlight Express bis hin zu Cats.

**Freitag, 27. März 2015** · 19.00 Uhr  
69,00 € /Person (Preis inkl. Menü, Aperitif und Künstlerprogramm)

**Tanzen leicht gemacht**

Ein kurzweiliger Tanzkurs in Zusammenarbeit mit Birgit Prasse vom Tanzstudio Prasse. Nach diesem Abend sind Sie wieder fit für das Tanzparkett. Kulinarische Gaumenfreuden runden den schwungvollen Abend ab.

**Samstag, 21. Februar 2015** · 19.00 - 23.30 Uhr  
36,00 € /Person (Preis inkl. Tanzkurs und Buffet)

**BEST WESTERN Hotel Prisma · Max-Johannsen-Brücke 1 · 24537 Neumünster**

Tel.: +49 4321 9040 · Fax: +49 4321 904444 · info@hotel-prisma.bestwestern.de · www.hotel-prisma.de

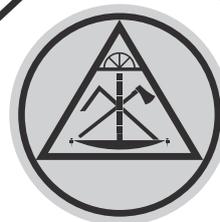
**Rogge Holzbau GmbH & Co. KG**

**Zimmerei · Meisterbetrieb  
informiert**

**Ihr Spezialist für  
energetische Modernisierung.  
Komplett, fachlich, schnell,  
sauber und zuverlässig.**

**Wir beraten Sie gerne bei Ihrer Planung**

**Steendiek 6 · 24220 Schönhorst  
Tel. 04347- 90 95 17 · Fax 04347- 90 94 81**



**Ihr Partner für:**

- Dachstühle
- Bedachungen
- Gauben
- Dachflächenfenster
- Türen und Fenster
- Innenausbau
- Dielen-/Parkettböden
- Treppen
- Energet. Modernisierung
- Bauleitung



Gesichtsbehandlung  
Ayurveda  
Massagen  
Enthaarung  
Maniküre

Oder wie wäre es  
mit einem Geschenkgutschein?

Ich freue mich auf Ihren Besuch!

Nidema Kosmetik & Wellness · Nicole Stahr  
Kätterskamp 15 · 24220 Flintbek · Tel. (0 43 47) 90 86 41  
[www.nidema-kosmetik.de](http://www.nidema-kosmetik.de)

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

ich empfehle Ihnen meine Ayurveda Angebote im Februar:  
Mukabhyangelepa-Ayurvedische Gesichtsbehandlung 58,-  
Abhyanga- Ayurvedische Ganzkörpermassage 69,-

**Termine bitte nach Vereinbarung!**

### Eiderhalle Flintbek bleibt bis ca. 15. März 2015 gesperrt

Bei Reparaturarbeiten der Zwischendecke der Eiderhalle ist festgestellt worden, dass diese Decke nicht mehr den heutigen technischen und sicherheitsrelevanten Anforderungen entspricht. In einer Dringlichkeitssitzung haben sowohl Bau- als auch Hauptausschuss jeweils einstimmig beschlossen, die Eiderhalle mit einer komplett neuen Zwischendecke zu versehen. Dabei ist es unumgänglich, die Halle bis zu dem oben genannten Zeitpunkt zu sperren.

## Erd-, Feuer-, See-, Waldbestattungen

Die Kosten für eine Bestattung sind sehr unterschiedlich. Ist das günstige Angebot automatisch das Beste? Folgendes sollten Sie bei **Bestattungs-Angeboten** beachten:

- Schriftliche detaillierte Leistungsangaben: Was ist im Angebot enthalten und was nicht?
- Ist das Angebot vollständig und ausführlich beschrieben?
- Wie verhält es sich mit den Eigen- und Fremdleistungen?
- Sind die Preisangaben inklusive der Mehrwertsteuer? (evtl. andere versteckte Kosten!)
- Bei Formulierungen wie z.B. „Bestattungen ab 399,- Euro“ nachfragen, ob dieser Preis auch für Ihren Standort, Anforderungen und Wünsche gilt.
- Achten Sie auf Zertifikate und auf eine Fachausbildung.

**Dienste leisten – statt Dienste weglassen** – das ist unser Prinzip. Darauf können Sie vertrauen.

Für weitere Informationen und für eine individuelle Preismittelung stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.



**KRAMER**  
Bestattungen

Mühlenredder 16 · 24582 Bordesholm



Sammelruf: Bordesholm-Flintbek-Kiel **0 43 22 - 69 15 69**

[www.bestattungsinstitut-kramer.de](http://www.bestattungsinstitut-kramer.de)

## Wen anrufen, wenn man Sport im TSV betreiben will?



Hier die Rufnummern unserer Sparten- und Übungsleiter oder Mannschaftsbetreuer. Wir freuen uns auf Ihren Anruf und informieren Sie gern darüber, ob in unserem Sportangebot auch etwas Interessantes für Sie oder Ihre Kinder dabei ist.

### Badminton

Christian Brose ..... 0163/6 18 22 40

### Fußball Herren/-Jugend

Hans-Peter Westpahl..... 0 431/64 01 640

Uwe Asmussen ..... 0 43 47/2 613

### Fußball Damen

Andrea Callsen..... 04 347/53 53

### Turnen Eltern und Kind

Susi Ackermann..... 0 43 47/9 08 38 43

### Trampolin Jungen ab 6 Jahre

Helge Klammt ..... 04 31/72 24 84

### Turnen Kleinkinder

Britta Bolli ..... 0 43 47/90 93 877

### Trampolin Leistungsriege

Helge Klammt ..... 04 31/72 24 84

### Funktionelle Gymnastik/Seniorenfitness

Edeltraut Jürgens..... 0 43 47/41 86

### Step-Aerobic/Bauch-Beine-Po

Katrin Timm ..... 0 43 47/80 99 44

### Rückenfit

Edeltraut Jürgens..... 0 43 47/41 86

### Herzgruppe

Peter Voss..... 0 43 47/22 68

### Handball

Thomas Schlender..... 0 43 47/53 73

+ freitags von 15–20.00 Uhr

Eiderhalle (Mini-Team schon unter 10 Jahre)

### Lauftreff

Bernd Cohrt ..... 0 43 47/87 38

Sigrid Olesen ..... 0 43 47/73 90 448

Amandus Ehlers – Walkinggruppe . 0 43 47/17 22

### Leichtathletik

#### Jungen u. Mädchen ab 10 Jahre

Kinder 6–14 Jahre

Sabine Behr ..... 0 43 47/71 05 33

### Sportabzeichen

Hermann Willi..... 0 43 47/7 13 99 50

### Prellball

Uwe Volquardsen..... 0 43 47/15 19

### Schützen

Jürgen Meier ..... 0 43 47/39 73

### Tischtennis-Damen u. Herren

Frank Bauers ..... 0 43 47/70 39 29

### Volleyball

Hartmut Stoll..... 0 43 47/88 79

### Jiu-Jitsu (Selbstverteidigung) – Erwachsene – Jugend

Burkhard Dunkelmann..... 0 43 47/38 88

### Tanzen

Sandra Bauers ..... 0 43 47/70 39 29

[www.tsv-flintbek.de](http://www.tsv-flintbek.de)

Stand 1. Oktober 2014

Wochentag	von - bis	Sportart	Ansprechpartner
-----------	-----------	----------	-----------------

<b>Eiderhalle</b>
-------------------

<b>Montag</b>	15:00-16:00	Handball-Maxis Jungen	Anja Prager
	15:00-16:00	Handball-Maxis Mädchen + Minis	Anja Prager
	17:00-18:00	Handball - männliche Jugend E	Anja Prager
	16:00-17:00	Leichtathletik Jahrgänge 1999-2003	Sabine Behr
	17:00-18:00	Leichtathletik Jahrgänge 2007-2008	Sonja Heinz
	18:00-20:00	Badminton Jugend	Jan Pauer
	18:00-19:30	Tischtennis Jugend	Marco Gempf
	19:30-23:00	Tischtennis Erwachsene	Frank Bauers
	20:00-23:00	Badminton Erwachsene	Christian Brose
	<b>Dienstag</b>	14:00-15:30	Nachmittagsport Schule
15:00-16:00		Turnen Eltern und Kind	Susi Ackermann
16:00-17:00		Turnen Eltern und Kind	Susi Ackermann
15:30-17:00		Leichtathletik Jahrgang 2004-2005	Karen Haack
17:00-18:00		Handball - männliche Jugend D	Klaus Moorhardt
17:00-18:00		Handball - weibliche Jugend D	Merlin Carnhoff
18:00-19:00		Handball - weibliche Jugend A	Andreas Hørselju
18:00-19:30		Handball - Frauen	Ulf Hagge
19:30-21:30		Volleyball	Hartmut Stoll
19:30-23:00		Badminton	Christian Brose
<b>Mittwoch</b>	15:30-17:00	Leichtathletik Jahrgang 2006-2007	Maike Linneweber-Greve
	15:00-17:00	Trampolin Leistungsriege/Jugend ab 6 Jahre	Helge Klammt
	17:30-18:45	Handball - weibliche Jugend E	Jan Prager
	17:30-18:45	Handball - männliche Jugend E	Anja Prager
	18:45-20:00	Handball - männliche Jugend B	Thomas Schlender
	18:45-20:00	Handball - 2. Herren	Tim Hoffmann
	20:00-22:00	Handball - 1. Herren	Thomas Johannsen
<b>Donnerstag</b>	14:00-15:00	Turnen gemischt ab 4 Jahre	Britta Bolli
	15:00-16:00	Turnen Kleinkinder 4-6 Jahre	Britta Bolli
	16:00-19:00	Fußball Jugend	Uwe Asmussen
	19:00-20:15	Fußball Altherren	Peter Voss
	20:15-22:00	Handball männliche A Jugend Mi/Mo	N.N.
	20:15-22:00	Prellball	Uwe Volquardsen
<b>Freitag</b>	14:00-15:00	Fußball Jugend	Uwe Asmussen
	15:00-16:00	Handball Ballschule/Koordination	Christel Firdich
	16:00-17:00	Handball - weibliche Jugend E	Jan Prager
	16:30-17:30	Handball - männliche Jugend B	Thomas Schlender
	17:30-18:30	Handball weibliche Jugend A	Andreas Hørselju
	18:00-19:00	Handball - 1. Frauen	Ulf Hagge
	18:00-19:00	Handball - 3. Herren	Gordon Jahr
	19:00-20:30	Handball - 1. Herren	Thomas Johannsen
<b>Samstag</b>	20:30-22:00	Handball - 2. Herren	Tim Hoffmann
	14:00-22:00	Sparten nach Vereinbarung	

**Turnhalle**

<b>Montag</b>	14:30-16:00	Nachmittagsport Schule	Schule
	16:30-17:30	Gesundheitssport für 50+	Edeltraut Jörgens
	17:30-18:30	Funktionelle Gymnastik	Edeltraut Jörgens
	18:30-19:30	Step-Aerobic	Katrin Timm
	19:30-20:30	Bauch & Beine - Po	Katrin Timm
<b>Dienstag</b>	14:30-18:00	Eiderheim	Jens Meier
	18:00-19:00	Rücken fit, gemischte Gruppe	Edeltraut Jörgens
	19:00-20:00	Rücken fit, gemischte Gruppe	Edeltraut Jörgens
	20:00-22:00	Fit for Fire	Feuerwehr
<b>Mittwoch</b>	14:30-16:00	Nachmittagsport Schule	Schule
	16:00-18:00	Fußball Jugend	Uwe Asmussen
	18:00-19:00	Fußball Jugend Mädchen	Uwe Asmussen
	19:00-20:30	Herzgruppe	Peter Voss
<b>Donnerstag</b>	14:30 - 16:00	Nachmittagsport Schule	Schule
	16:00-17:00	Leichtathletik Jahrgänge 2000-2004	Sabine Behr
	17:00-18:00	Leichtathletik Jungen Jahrgänge 1999-2004	Martin Schött
	18:30-19:30	Fatburner	Katrin Timm
	20:00-21:00	Zumba	Johanna Paragis
<b>Freitag</b>	15:00-16:00	Handball männliche Jugend E	Klaus Moorhardt
	16:00-17:00	Leichtathletik Mädchen Jahrgänge 2000-2003	Sabine Behr
	17:00-18:30	Leichtathletik Jungen Jahrgänge 2000-2003	Martin Schött
	18:30-19:30	Bodyfit	Angela Pohl
<b>2.+4.( ggf. 5.)</b>			
<b>Freitag im Monat</b>	19:30-21:30	"offenes Sportangebot"	Haus der Jugend (E. Gotsch)
<b>Samstag</b>	17:00-18:00	Zumba	Gaby Röger

**Schießanlage Bürger- und Sportzentrum**

<b>Mittwoch</b>	18:00-20:00	Jugend / Erwachsene	Jürgen Meier
<b>Freitag</b>	18:00-20:00	Jugend / Erwachsene	Jürgen Meier

**Sporthalle im Eiderheim**

<b>Montag</b>	18:00-19:30	Jiu-Jitsu Kinder/Jugendliche	Burkhard Dunkelmann
	19:30-21:00	Jiu-Jitsu ältere Jugendliche und Erwachsene	Burkhard Dunkelmann
<b>Donnerstag</b>	18:00-19:30	Jiu-Jitsu Kinder/Jugendliche	Burkhard Dunkelmann
	19:30-21:00	Jiu-Jitsu ältere Jugendliche und Erwachsene	Burkhard Dunkelmann

**Eiderheim**

<b>Mittwoch</b>	17:30-18:30	Tanzen Jugend	Sandra Bauers
	18:30-21:30	Tanzen Erwachsene	Sandra Bauers
<b>Donnerstag</b>	18:30-21:30	Tanzen Erwachsene	Sandra Bauers

**Sporthalle am Breitenkrug**

<b>Dienstag</b>	17:00-18:30	Handball - weibliche Jugend A	Andreas Hørselju
-----------------	-------------	-------------------------------	------------------

----- *TSV Flintbek informiert* ----- *TSV Flintbek informiert* -----

**Einladung zur Mitgliederversammlung des  
TSV Flintbek von 1945 e.V.**

Datum: Freitag, 27. März 2015 um 20:00 Uhr

Ort: Restaurant Flintbeker im Bürger- und Sportzentrum

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Ehrungen
3. Jahresbericht des 1. Vorsitzenden
4. Kassenbericht
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Beschluss zur Neufestsetzung der Beiträge
7. Entlastung des Vorstandes
8. Neuwahlen
  - 1. Vorsitzender
  - Schriftwart
  - Technischer Leiter
  - Stellvertretender Kassenwart
  - Ein Kassenrevisor
  - Bestätigung Jugendwart
9. Verschiedenes

Der Vorstand

----- *TSV Flintbek informiert* ----- *TSV Flintbek informiert* -----

TSV Flintbek – Modernes Sportkarate – ein Sport für Körper und Geist

## Neues Angebot im TSV Flintbek: Karate für Groß und Klein

Der TSV Flintbek ist der Sportverein für die ganze Familie. Und ab jetzt bietet der Verein ein weiteres Highlight für seine Mitglieder: modernes Sportkarate – ein Sport für Körper und Geist.

Denn aufgrund seiner vielseitigen Anforderungen an Körper und Geist ist Karate ideal als Ausgleich zu den Anforderungen des Alltags: der Sportler, auch Karateka genannt, trainiert Bewegungsabläufe, die Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit beinhalten. Dies ist das so genannte Functional Training.

Mit Entspannungstechniken, Atemübungen und Meditation steigern die Karateka ihre Konzentrationsfähigkeit und schulen die eigene Körperwahrnehmung. Im Training und Wettkampf werden Fuß- und Fauststöße vor dem Auftreffen abgestoppt. Voraussetzung dafür ist Selbstdisziplin, Verantwortungsbewusstsein gegenüber dem Part-

ner und natürlich eine gute Körperbeherrschung, die im Kihon (Grundschule) systematisch aufgebaut wird.

### Persönliche Zielsetzung und Herausforderung

Karate beinhaltet für jeden Lebensabschnitt eine persönliche Herausforderung. Dementsprechend muss das Training altersgerecht angepasst werden, um nicht zu überfordern, beziehungsweise nicht zu unterfordern. Kinder und Jugendliche haben einen anderen Anspruch als Erwachsene. Insbesondere der Wettkampf und die Prüfungen bieten Kindern und Jugendlichen ein System, in dem sie sich selbstbewusst und motorisch sehr gut entwickeln können. Im Erwachsenenalter ist die Zielsetzung eine andere. Der Gesundheitsaspekt ist hier meist die primäre Motivation, auch hier bietet Karate eine ideale Trainingsmöglichkeit.

### **Hans Schmitz e.K. Jens Schmitz e.K.** **bieten unabhängige Beratung:**

#### **• Für Baufinanzierung**

**Fragen Sie uns nach den aktuellen Darlehensbedingungen.**

Welche Vorteile bringt ein **Volltilgendarlehen**?

Lohnt sich derzeit ein **Forwarddarlehen**?

**Wir sagen Ihnen, ob für Sie eine Baufinanzierung möglich ist.**

#### **• Als Versicherungsmakler**

**beraten wir Sie zur wichtigen Pflegezusatzversicherung,**

zu Förderungen der **betrieblichen Altersversorgung,**

**Riester- und Rüruprenten** sowie auch

**zu den günstigsten privat nötigen Versicherungen, z.B. Hausrat, Wohngebäude- und Haftpflichtversicherungen.**

**zu gewerblichen Versicherungen.**

#### **• Als Anlageberater**

**wissen wir aus persönlich langjähriger Erfahrung, wie man sein Geld bestmöglich anlegen kann.**

*Zu allen Bereichen können Sie sich von uns umfassend und verständlich beraten lassen.*

*Nur ein persönliches Gespräch kann überzeugen.*

**Hans Schmitz e.K.**

finanzberater.hansschmitz@web.de

Freeweid 6, 24220 Flintbek

Telefon: 04347/ 7162-0, Telefax: 04347/ 7162-20

**Jens Schmitz e.K.**

jens.schmitz62@web.de

Bisseer Weg 10, 24582 Groß Buchwald

Telefon: 04322/ 889120

## KARATE – Wettkampf und Tradition

Im Karate werden grundsätzlich zwei Wettkampfdisziplinen unterschieden: Beim „Kumite“ (Freikampf) stehen sich zwei Karateka auf einer Kampffläche gegenüber und versuchen, wertbare Stoß-, Schlag- und Tritttechniken anzubringen. Die Kriterien sind so gehalten, dass Verletzungen der Kampfpartner ausgeschlossen sind. Wer sich nicht daran hält, wird disqualifiziert. Die Disziplin "Kata" ist eine Abfolge genau festgelegter Angriffs- und Abwehrtechniken gegen mehrere imaginäre Gegner, die sich aus verschiedenen Richtungen nähern. Man unterscheidet rund 50 verschiedene Katas, deren Ästhetik im Einklang von Kampfgeist, Dynamik und Rhythmik liegt. Jedem Vereinsmitglied ist die Teilnahme an Wettkämpfen und Turnieren selbstverständlich freigestellt – ob im Kumite oder in der Kata.

Bei Interesse an diesem neuen Sportangebot des TSV Flintbek rufen Sie die Trainerin Sabine Kolodziej unter 0173 7708237 an.

### Die Trainingszeiten:

Zwergenkarate/Kinderturnen (2,5 bis 4 Jahre): Donnerstag, von 16.05 bis 16.50 Uhr, in den Räumen der „Kita Einstein“ in Neumeimersdorf

Kinderkarate (5 bis 8 Jahre): Donnerstag, von 17.15 bis 18.15 Uhr, in den Räumen der „Kita Kinderdorf“ in Neumeimersdorf

Erwachsene: Mittwoch, von 19.30 bis 20.30 Uhr, im Eiderheim Flintbek



### Die Trainer:

**Sabine Kolodziej** kann auf eine langjährige Tätigkeit als Traineein zurückblicken. Sie trägt den 1.DAN (Schwarzgurt). Durch ihre sportlichen Erfolge (4x Deutsche Meisterin, 7. Platz EM Athen,

mehrfache Thüringer Landesmeisterin, Nationalkader 1995-1999) liegt ihr das wettkampforientierte Training besonders. Als studierte Physiotherapeutin (BA), B-Trainerin, Gesundheitstrainerin DKV, C-Prüferin DKV und lizenzierte Sound Karate Lehrerin liegt ihr Augenmerk auf gesunden und präventiven Trainingsmethoden, vor allem im Kinderbereich.



**Matthias Kolodziej** trägt den 2.DAN (2.Schwarzgurt) und ist B-Prüfer (DKV). Seine sportlichen Erfolge: Nationalkader (Wado-Ryu) / Landeskader S-H/8x Landesmeister (Kumite) / 1.Platz Osaka-Meisterschaft international

/ 2 XI.Platz Brandenburg Cup / 1.Platz Holstentor Pokal / 2x 3.Platz Internationaler Eider Cup / 2x 3.Platz Deutscher Wado-Cup / 5.Platz Scandinavian Classic Open & weitere nationale und internationale Erfolge.

### Sönke Schuster

TSV Flintbek - Pressewart

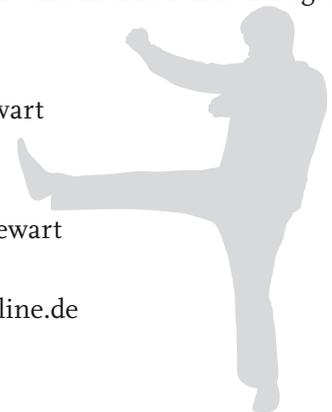
Kontakt:

TSV Flintbek

Sönke Schuster, Pressewart

01 51 40 13 42 53

soenke.schuster@t-online.de



Telefon: 04347 99 99 306  
Handy: 0157 89 49 77 72  
[www.fusspflege-flintbek.de](http://www.fusspflege-flintbek.de)



### Fußpflege Flintbek

Bei Ihnen zu Hause oder in meinem Studio in **Flintbek, Immenhagen 55**. Ich behandle Ihre Fußprobleme sorgsam, gewissenhaft und komplett.

### Termine nach Absprache.

Renate Teichmann  
Krankenschwester  
ärztlich geprüfte Fußpflegerin