Winter 2021

SportReport

Meilenstein: Giovanna und die erste MTV Olympiamedaille

Stark im Sozialen:

Praxis und Theorie verbinden
Seite 6

Kinderschutz:

Präventiv und sicher in die Zukunft
Seite 9

Trampolin:

Erfolgreich Richtung Weltspitze
Seite 27

Mit Sportprogramm* Winter 2021

Inhalt

Editorial/Inhalt/Impressum	02
Giovanna in Tokio	03
Die Judo-Familie	04
Auf neuen Wegen	06
Sportabzeichen	07
Hellen Niemann	08
Kinderschutz	09
Aus Erfahrung gut	10
Paul Mbanefo	12
Sportprogramm	13
Schwimmen und Corona	19
Handball	20
Gymnastik	21
Faustball	22
Drachenwölfe	22
Hobbykicker	22
Tai Chi	23
Ju-Jutsu	23
Rad	24
Jedermänner	24
Karate	25
Interview Bianca	26
Tischtennis	27
Trampolin	27
Gesundheitssport	28

MTV 1862 e. V. Vorsfelde

Anschrift: Carl-Grete-Straße 41,
38448 Wolfsburg
Redaktionelle Leitung: Fabian Vandrey
Lektor: Marc Erdmann
Mail: info@mtv-vorsfelde.de
Internet: www.mtv-vorsfelde.de
Bürosprechzeiten
Mo-Do 9.00 –15.00 Uhr
Telefon: (05363) 71346 oder 71347

Bankverbindungen
Volksbank eG BraWo
IBAN DE67 2699 1066 5043 8320 00

Braunschweigische
Landessparkasse
IBAN DE86 2505 0000 0008 0035 68

Gestaltung: Isidesign, Ilka Isensee
Moorweg 6, 38176 Wendeburg

Druck: WIRmachenDruck GmbH,
Mühlweg 25/2-3, 71711 Murr

Lutz Hilsberg

Liebe Sportfreunde,

wir hoffen, dass Ihr gut durch die letzten Wochen gekommen seid und schon viele schöne Sportstunden in unseren Sparten verbracht habt – es ist ja wieder möglich! Durch die momentan geltenden Vorgaben ist es erlaubt, alle Sportarten in gewohnter Weise anzubieten – allerdings unter Einhaltung des Hygienekonzepts. In diesem Zuge möchten wir uns bei allen, die uns während der langen und schweren Corona Auszeit die Stange gehalten haben, herzlich bedanken und denen, die neu zu uns gekommen sind, ein herzliches Willkommen von unserer Seite sagen.

Ich glaube, uns ist allen ein Stein vom Herzen gefallen, als es im Mai Stück für Stück mit dem gemeinsamen Sport treiben wieder los ging, die Hallen füllten sich und auch die Sportplätze wurden mit der Zeit nach und nach wieder durch uns belebt. Beim Blick in die Turnhallen und die Sportplätze konnten wir die Begeisterung und die Freude über den Neustart bei allen Sportlerinnen und Sportler sehen. Sportliche

Erfolge? Ja, den größten Erfolg unserer Vereinsgeschichte erlebten wir im MTV- Center oder auf der heimischen Couch bei den olympischen Judowettkämpfen, bei denen Giovanna Scoccimarro den 5. Platz im Einzel errang und die Bronzemedaille mit dem Team holte. Ihr Auftreten in Tokio eroberte viele Herzen, ihr Ehrgeiz, ihre Kampfführung und ihr gesamtes Auftreten erfüllten uns alle mit Stolz. Und sonst? Unsere Faustballer waren die erste MTV-Mannschaft, die in der Sommersaison wieder im Wettkampfbetrieb war und nach einer Corona bedingten einfachen Spielrunde den 4. Platz in der 2. Bundesliga holte. Im September startete unsere Handballmannschaft mit dem Spielbetrieb in die Oberliga, unsere junge Mannschaft steht für Dynamik und Athletik und ist mit Sicherheit in der Saison noch für die eine oder andere Überraschung gut. Im November tritt im Trampolin Marrit Ramacher bei der Jugend Weltmeisterschaft in Baku, Aserbaidschan, im Einzel- und im Synchron an. Wir drücken ihr ganz fest die Daumen.

Und sonst? Mit dem Sommer hat der Verein auch die Weichen auf Zukunft gestellt und wir haben unser Team mit neugierigen und sportbegeisterten FAPS ergänzt. Das sind FSJler, Auszubildende, Praktikanten und Studenten. Mit ihnen wollen wir unseren Verein weiterentwickeln und ihnen die Chance geben, sich bei uns zu verwirklichen. Damit wir zukünftig gut aufgestellt sind, haben wir uns auch entschieden, gemeinsam mit dem LSB und der Stadt Wolfsburg ein Kinderschutzkonzept mit dem Schwerpunkt „Prävention sexualisierter Gewalt auf den Weg zu bringen, hierzu werden wir in den kommenden zwei Jahren unsere Übungsleiter*innen entsprechend schulen.

Übrigens: Ab dem nächsten Jahr lohnt es sich noch mehr, Mitglied bei uns zu werden: Mit Tennis können wir Euch die 29. Sparte im MTV anbieten.

Eine Medaille für die MTV-Geschichtsbücher

Die Judo Familie Scoccimarro, ein Leben für den Sport

Es war das erste Großereignis in diesem Jahr, viele hatten es nicht mehr für möglich gehalten. Doch nach einem Jahr warten und einer erneuten Nominierungsrunde für Olympia hatte Giovanna Scoccimarro ihre Nominierung auch ein Jahr später bestätigt und fuhr mit vielen Wünschen, einer guten Vorbereitung und jeder Menge Haribos nach Tokio.

Was am Ende dabei heraus kam, ist für den Verein das mit Sicherheit sportlich größte Highlight und war auch für viele, die dem Judo bisher noch nichts abgewinnen konnten mehr als mitreißend! Im Einzel war Giovannas Auftreten vom ersten Kampf geprägt von ihrem Ehrgeiz und auch ihrem dominanten Auftreten. Sie kämpfte sich vor bis ins Poolfinale gegen die Weltranglistenfünfte Chizuru Arai. Hier verlor sie denkbar knapp, aber Olympia im Einzel war noch nicht vorbei, in der Trostrunde sicherte sie sich mit einem Sieg gegen die Griechin Elisavet Teltsidou den Kampf um Bronze. Gegnerin war Sanne van Dijke. Der Kampf war an Spannung nicht zu überbieten. Es war ein Abreibungskampf, der von beiden clever geführt wurde. Gerade in den ersten Minuten war Giovanna die dominante Kämpferin. Gegen Ende ließ sie jedoch ein wenig nach, kam aber ins Golden Score. Nach 7:45 min in der Verlängerung merkte man, dass es ein langer Wettkampftag war und Giovanna am Ende ein bisschen die Körner fehlten, sodass van Dijke den Kampf für sich entschied. Aber Giovanna hatte an diesem Tag nicht verloren. Sie hat den fünften Platz gewonnen und viele Herzen weit über die Grenzen von Wolfsburg dazu gewonnen. und womit? Mit Recht: positive Ausstrahlung, ein eiserner Wille und den Mut vom ersten bis zum letzten Kampf. Wer nun dachte, die Geschich-

te ist zu Ende geschrieben, der irrt. Giovanna stand ja noch mit dem Team auf der Matte und holte dort das, was sie verdient hatte, eine Medaille – die Bronzemedaille. Im Team half sie mit ihrem Kampfsieg gegen die Mongolei auch entscheidend um in der Trostrunde den Kampf um Bronze zu sichern. Das Team Deutschland gewann dank Giovannas Sieg mit 4:2 gegen die Mongolei. Beim Kampf um Bronze warteten dann die Niederlande und obwohl sich Giovanna wie auch schon im Olympiaeinzel an Sanne van Dijke die Zähne ausbiss und erneut verlor, gewann Deutschland am Ende 4:2 Bronze.

Was bleibt, ein fünfter Platz im Einzel und ein dritter Platz im Team für eine Sportlerin des MTV Vorsfelde bei Olympia.

Nun sind ein paar Wochen ins Land gezogen. Es ist nun Zeit, die andere Seite zu beleuchten. Wie haben ihre Brüder Federico und Luigi Olympia und die Wochen danach erlebt.

Familie Scoccimarro und der Judosport, wie kam es dazu und wie kam es dazu, dass ihr alle drei dieser Sportart verfallen seid?

Federico: Als Erstgeborener habe ich einige Sportarten ausprobiert, u.a. auch Fußball, weil meine Eltern wollten, dass ich Sport treibe. Aber am Ende bin ich beim Judo geblieben, weil es mir am meisten Spaß gemacht hat.
Luigi: Weil unsere Eltern uns dann immer mit zum Training von Fede mitgenommen haben, wollten wir auch immer schon beim Training mitmachen. Als wir dann alt genug für die Anfängergruppe waren, haben wir dann auch angefangen mit dem Judo.

Judo erfordert ja viel, nicht nur Energie und Geschick, sondern auch Disziplin. Was macht für Euch Judo aus?

Luigi: Ich finde Judo ist der perfekte Sport. Er trainiert Ausdauer, Kraft, Koordination und den Geist. Für mich persönlich steht die Disziplin an oberster Stelle, weil sich das am besten in das normale Leben übertragen lässt.
Federico: Mir gefällt beim Judo auch der Zusammenhalt in der Mannschaft. Obwohl Judo eine Individualsportart ist, brauchen wir immer unsere Partner. Das macht den Zusammenhalt so besonders, sogar sehr familiär.

Wie habt ihr als große Brüder von Giovanna sie bei Olympia und ihre Auftritte verfolgt?

Federico: Aus Aberglauben gucken wir uns ihre internationalen Kämpfe nicht an. Daher haben wir das natürlich nicht live verfolgt. Aber im Nachhinein habe ich mir die Kämpfe dann noch angeguckt.
Luigi: Ich habe die Kämpfe auch nicht live gesehen, war aber über den Ticker immer informiert und habe viele Nachrichten von Kollegen und Freunden bekommen. Da hat man schon gemerkt, das Olympia definitiv eine Nummer größer ist als bei anderen großen Turniere.

Habt ihr ihr solch ein tolles Auftreten zugetraut?

Federico: Auf jeden Fall!!!
Luigi: Ich habe mir vorher darüber nicht so viele Gedanken gemacht, um ehrlich zu sein. Aber sie wurde natürlich nicht umsonst für die Spiele nominiert.

Was hat Eure Schwester von euch gelernt? Und was hat sie zum Glück nicht von euch gelernt?

Federico: Aus meiner Sicht hat sie von uns und natürlich auch von unseren Eltern, den familiären Zusammenhalt gelernt, der sich bei uns auch im Judo zeigt. Wir probieren so häufig wie möglich miteinander zu trainieren. Sind zusammen früher zum Training bis nach Hannover gefahren oder gefahren worden von unseren Eltern. Und natürlich die unzähligen Turniere in ganz Deutschland, bei denen immer jemand von der Familie mit dabei war.
Luigi: Ich denke, sie hat von uns definitiv Härte gelernt. Wir sind auf jeden Fall nicht zimperlich mit ihr gewesen. Zum Glück hat sie von uns nicht Judo gelernt, sonst wäre sie jetzt definitiv nicht so gut geworden.

Was muss eure Schwester noch lernen, um auch Kämpferinnen wie Arai und van Dijke regelmäßig aufs Kreuz zu legen?

Federico: Beim Judo gehört auf diesem Niveau auch immer ein Stück Glück mit dazu, weil ein falscher Schritt kann schon das Ende des Kampfes bedeuten.
Luigi: Lernen muss sie aus meiner Sicht nichts, weil sie definitiv jede in ihrer Gewichtsklasse schlagen kann. Aber sag ihr das nicht, dass ich das gesagt habe. Natürlich muss sie sich immer weiterentwickeln, weil die Konkurrenz auch nicht auf Bäumen schläft.

Wie habt ihr die Tage nach Olympia empfunden? Wie oft wurdet ihr auf der Arbeit darauf angesprochen? Wie fandet ihr den Empfang von ihr in Hannover, obwohl ja ohne uns MTVer ja kein „Humba“ möglich gewesen wäre?

Federico: Ich habe mich sehr für meine Schwester gefreut, trotz dem 5. Platz im Einzel, dass sie trotzdem mit einer Medaille nach Hause gekommen ist. Natürlich wurde ich auch auf der Arbeit häufig von Kollegen angesprochen, das war schon etwas Besonderes. Und der Empfang am Flughafen war schon super cool. Die ganze Trainingsgruppe aus Hannover war anwesend und auch so viele MTVer haben den langen Weg am Sonntagabend noch auf sich genommen. Das hat Giovanna auch sichtlich gerührt. Wir können daher sehr dankbar sein in einem so tollen Verein zu sein.

Warum hat es keinen von euch zum Fußball gezogen trotz italienischem Blut?

Luigi: Da Fede quasi unseren Weg geebnet hat mit seinen Präferenzen, gab es da für uns quasi keine weitere Option, weil es natürlich für unsere Eltern auch logistisch einfacher war, alle Kinder im gleichen Verein und in der gleichen Sportart zu haben. Aber wenn ich der Erstgeborene gewesen wäre, würden wir jetzt alle Fußballer sein.
Federico: Wir spielen bei unserem Training auch Fußball zur Erwärmung, aber danach fangen wir mit dem ‚richtigen‘ Sport an.

Ihr leitet ja auch beide ab und an das Krabbeljudo, warum sollte man als Eltern, wenn man mit dem Kind nach Sportarten guckt auch mal beim Krabbeljudo vorbeischauen?

Federico: Für mich ist wichtig, dass Kinder allgemein einen Sport machen. Beim Krabbeljudo vermitteln wir von Beginn an die Judo-Werte, wie u.a. Disziplin, Hilfsbereitschaft und Respekt.
Luigi: Wie schon oben erwähnt, ist Judo ein umfangreicher Sport. Wir haben viele turnerische Elemente, die Koordination wird ebenfalls trainiert genau wie Ausdauer und Kraft. Daher würde ich allen Eltern empfehlen ihr Kind zum Judo zu bringen. Und wir haben jetzt auch einige Anfänger in unserer Erwachsenengruppe. Da können die Eltern auch gerne Mal reinschnuppern.

Auf neuen Wegen – Praxis und Theorie verbinden

Nicht nur der Sport verändert sich, auch die Gegebenheiten. Auch wir schauen nach Vorne und haben uns dafür entschieden, dass man beim MTV auch ein duales Studium absolvieren kann. Heute stellen wir euch Marcel Paschold vor, der in seinen jungen Jahren schon ein MTV Urgestein ist und sich deshalb für ein Studium bei seinem Verein entschieden hat.

Hallo Marcel. Stell dich mal kurz vor:
Mein Name ist Marcel Paschold. Ich bin 20 Jahre alt. In meiner Freizeit spiele ich gerne Tischtennis und unternehme etwas mit meinen Freunden.

Seit wann bist du Mitglied beim MTV Vorsfelde:
Ich bin seit 2012 ein aktives Mitglied in der Tischtennissparte und seit diesem Jahr bin ich Student beim MTV.

Der MTV Vorsfelde bedeutet für mich …
Familie. Ich durfte meine ersten Schritte im Sport beim MTV machen und viele großartige Menschen kennenlernen. Es ist etwas Besonderes, wenn man sich zusammen mit dem Sport entwickeln und wachsen kann. Sport verbindet und aus Mitspielern werden Freunde. Gerade beim MTV habe ich genau diese Erfahrung erleben dürfen und ich hoffe, dass ich weiterhin viele nette Menschen kennenlernen darf.

Wenn dir jemand einen Tischtennisschläger in die Hand drückt oder eine Badehose, für was würdest du dich entscheiden:
Lach. Ich denke diese Frage würde ich immer gleich beantworten: Seit ich 9 Jahre alt bin, spiele ich Tischtennis und ich glaube ohne diesen Sport wäre ich nicht so wie ich bin. Daher würde ich mich natürlich für den Tischtennisschläger entscheiden.

Welche 3 Sportsachen würdest du mit in den Keller nehmen, wenn du dort ungewollt länger verharren müsstest.
Auf jeden Fall würde ich den Tischtennisschläger mitnehmen, man kann sich immer verbessern und üben. Ebenfalls würde ich einen Hockeyschläger mitnehmen, um mich in dieser Leidenschaft auch zu verbessern. Als letztes würde ich wohl einen Ball mitnehmen, da man so auch ein bisschen die Koordination üben kann.

Was machst du beim MTV?
Ich habe im letzten Jahr als Praktikant im Ganztag angefangen und werde nun dual Soziale Arbeit & Sport studieren. Die Kombination aus Sozialer Arbeit und Sport ist ein spannendes Thema und ich freue mich auf die neuen Aufgaben.

Was sind deine Ziele für deine neue Aufgabe?
Ich möchte Verantwortung übernehmen für die Aufgaben, die auf mich zu kommen und diese mit vollem Einsatz und bestmöglichen Ergebnis bewältigen.

Was möchtest du in den Verein einbringen?
Ich möchte dem Verein weiterhelfen sich zu entwickeln, wir haben insgesamt viele junge Leute im Team. Diese Dynamik kann einiges bewirken.

Wo siehst du den MTV in den nächsten Jahren?
Aufgrund von Corona ist der Sport in den letzten Jahren einfach zu kurz gekommen. Ich hoffe, dass wir viele Mitglieder für unseren Verein gewinnen können und weiterhin sportliche Erfolge spartenübergreifend feiern können.

Was war für dich das Herausforderndste in den Zeiten von Corona?
Ich denke die Eintönigkeit, war für mich sehr herausfordernd. Man konnte nicht zum Sport gehen und seine Freunde besuchen. Jeder Tag sah gleich aus. Da musste man sich selbst anders arrangieren, um fit und munter zu bleiben.

Was bietet der MTV Gleichaltrigen, die gerne Sport treiben wollen?
Der MTV ist ein Verein für Jung und Alt. Es gibt viele Möglichkeiten sich in unserem Verein sportlich zu betätigen. Im Center gibt es den functional Raum, der mir persönlich sehr gut gefällt, aber auch in unseren 28(bald 29) Sparten gibt es viel zu entdecken und jeder ist willkommen, sich für den Sport zu begeistern.

Wie war der erste Monat?
Der Erste Monat war sehr lehrreich. Wir haben einiges auf die Beine stellen können, angefangen vom Boule-Turnier bis hin zu „WAZ on Tour“. Alle Mitarbeiter haben uns super aufgenommen und wir haben einiges lernen und erleben dürfen. Hinter den Kulissen einer großen Veranstaltung wie der Jahreshauptversammlung zu sein, war sehr beeindruckend und ich freue mich auf die kommenden Monate und Jahre.

Was sind deine nächsten Aufgaben/Herausforderungen?
Die größte Herausforderung wird sein, das Studium mit der Arbeit zu verknüpfen. Bislang ist es mir sehr gut gelungen, alle meine Aufgaben mit vollem Einsatz zu erledigen, daran möchte ich anknüpfen und weiterhin 110% für die Verein geben.

Sportabzeichentag für Flüchtlingskinder in Vorsfelde

Anfang Juli erreichte die Sportabzeichen-Sparte die Anfrage des Stadtjugendrings Wolfsburg e.V. (stjr), nach einem gemeinsamen durchzuführenden Sporttag für Kindern und Jugendlichen aus den Wolfsburger Flüchtlingsunterkünften. Im Rahmen des Ferienangebotes sollte ein Sportfest mit leichtathletischen Übungen in Anlehnung an die Kriterien des Deutschen Sportabzeichens angeboten werden. Da wollten wir natürlich gerne unterstützen und den Kindern einen erlebnisreichen Tag in Vorsfelde bescheren. Allerdings fiel der gewählte Termin nicht nur in die Schulferien, sondern auch in den Haupturlaub bei VW. Daher konnten vom Sportabzeichen nicht ausreichend Helfer gestellt werden. Nach kurzer Abstimmung mit Daniela Kluge war uns die Unterstützung des Hauptvereins für dieses Event gewiss und wir konnten dem stjr zusagen und in die Detailplanung einsteigen.

Am 20. August war es nun soweit und gegen Mittag trafen sich die zehn Helfer des MTVs auf dem Sportplatz im Eichholz, um die Stationen 800m-Lauf, Sprint, Weitsprung und Ballwurf aufzubauen. Die Helfer rekrutierten sich aus den FSJlern, Azubis, Praktikanten und Studenten, sowie der Leichtathletik- und Sportabzeichen-Sparte des MTVs. Ihnen oblag die sportliche Leitung an den Stationen. Dazu kamen 18 weitere Begleiter vom stjr und aus dem Umfeld der Flüchtlingsbetreuung, die als Ansprechpartner für die Kinder in den vier Riegen dienten und organisatorisch bei der Durchführung unterstützten.

Gegen 13 Uhr ging das Gewusel auf der Bezirkssportanlage los. Über 70 Kinder aus den vier Flüchtlingsunterkünften der Stadt Wolfsburg und ihre Betreuer strömten aus allen Richtungen auf den Sportplatz. Bei herrlichem Sonnschein folgte eine kurze Begrüßung durch Felix Hupas, dem zuständigen Projektreferent des Stadtjugendringes und dann waren die Kinder und Jugendlichen am Zuge. Mit Ehrgeiz und viel Spaß wurden die an das Alter und Geschlecht angepassten Übungen durch die jungen Sportler absolviert. Nach gut drei Stunden waren die leichtathletischen Aufgaben erfüllt und alle Teilnehmer erhielten eine Urkunde mit der erreichten Punktzahl. Ein Tag mit glücklichen Kindern und erschöpften Helfern ging erfolgreich zu Ende.

Herr Hupas bedankte sich im Anschluss noch mal für die professionale Vorbereitung und Durchführung des Sportfestes. Diesen Dank gebe ich natürlich gerne an die beteiligten MTVer Enny, Inga, Franziska, Marcel, Erik, Lukas, Paul, Daniela, Carolin und Andreas weiter! – Vielen Dank für einen tollen Tag!

Aber auch für die Kinder der Leichtathletik-Sparte wurde in diesem Jahr eine alte Tradition wiederbelebt und eine separate Sportabzeichen Abnahme kurz vor den Sommerferien organisiert. Die DSA-Prüfer besetzten gemeinsam mit Holger Hänisch und seinem Team die Stationen und leiteten über 30 Kinder und Jugendliche an. Auch hier freuten sich die Kinder und hatten viel Spaß und Erfolgserlebnisse, als sich die Laufzettel langsam füllten.

Die Outdoor-Saison endete Ende September. Bis zum Jahresende können noch Schwimmprüfungen in den Hallenbädern beim Schwimmmeister abgelegt werden. Die Sportler, die alle Bedingungen erfolgreich abgelegt haben, werden gebeten ihre Prüfkarten mit der Bearbeitungsgebühr (3€ nur Urkunde; 4€ Urkunde + Pin; Jugendliche kostenfrei) zeitnah im MTV-Center abzugeben. Wir hoffen allen Absolventen ihre Sportabzeichenurkunden für 2021 im 1. Quartal 2022 persönlich im Rahmen einer Feierstunde im MTV Center überreichen zu können. Die Rahmenbedingungen, sowie Datum und Uhrzeit werden rechtzeitig über die bekannten Kanäle kommuniziert.
Die neue Sportabzeichensaison 2022 beginnt am Mittwoch, 04. Mai 2022 ab 17:45 Uhr auf der Bezirkssportanlage „Im Eichholz“ in Vorsfelde. Danach geht es regelmäßig immer mittwochs ab 17:45 Uhr auf dem Sportplatz bis Ende September weiter. Alle weiteren Sondertermine, z.B. für Radfahren und Walking, werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Hellen Niemann zeigt ehrenamtliches Engagement

Im deutschen Tischtennissport sind Frauen eher rar gesät, nur 23 Prozent beträgt der weibliche Anteil im Deutschen Tischtennis Bund (wobei die Zahlen sogar seit Jahren rückläufig sind). Doch in den Verbänden und Vereinen gibt es auch positive Beispiele wie Hellen Niemann (MTV Vorsfelde). Das Credo der 37-jährigen Tischtennisenthusiastin: „Meine Ehrenämter und mein Beruf als Lehrerin helfen dem Tischtennis - Sport, sich in Wolfsburg weiter zu stärken". Im Alter von 10 Jahren überredete ihr Bruder Hendrik sie zu einer Teilnahme an den „Mini-Meisterschaften" des MTV Vorsfelde. Fortan ließ Hellen Niemann die Begeisterung für den kleinen Zelluloidball und heutigen Plastikball nicht mehr los. Schnell wurde sie in der MTV - Tischtennissparte heimisch. Im Damen - Tischtennis führte ihre sportliche Karriere beim MTV bis in die Bezirksoberliga. Aktuell gibt es leider nur noch drei aktive Tischtennisspielerinnen beim MTV, zu wenig für eine reine Damenmannschaft. Daher schlägt Niemann in der 7. Herrenmannschaft (Kreisklasse) auf und fungiert hier auch als Mannschaftsführerin. Unvergessen bleibt Niemann ihr erster Punktspieleinsatz im Erwachsenenbereich: „Mein erster Gegner war ausgerechnet mein damaliger Lehrer Günter Donath vom Ratsgymnasium, der für den TSV Ehmen aufschlug. Das hat mich damals ganz schön nervös gemacht". Mittlerweile ist es so, dass Niemann als Lehrerin selbst gegen ihre Schülerinnen und Schüler spielt. Nach ihrer Studienzeit in Osnabrück konnte sie ihr Referendariat 2012/13 im Phoenix Gymnasium in Vorsfelde quasi vor der Haustür absolvieren. Seit 7 Jahren unterrichtet Hellen Niemann, mittlerweile als Studiendirektorin, am Albert-Schweitzer-Gymnasium (ASG) in Westhagen die Fächer Geschichte, Kunst und Darstellendes Spiel. Als Koordinatorin für den Ganztagsbereich gehört sie am ASG inzwischen zur erweiterten Schulleitung.

Tischtennis und Schule verbindet sie seit ihrer Zeit als Referendarin, indem sie immer eine Tischtennis-Schulmannschaft des ASG für den Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia" meldet und sie richtete bereits zweimal den Orts - bzw. Bezirksvorentscheid für diesen Wettbewerb aus. Niemann betont: „Dabei liegt mir Kooperation mit anderen Schulen am Herzen, damit die Freude am Sport für die Kinder durch solche Wettbewerbe steigt".

Im Tischtennis bekleidete Hellen in den letzten Jahrzehnten zahlreiche Ehrenämter. Begonnen hat ihr Engagement mit dem Erwerb des C-Trainerscheins als sie 18 Jahre alt war. Sie trainierte sowohl Vereinskinder als auch die Jugendgruppe des Stadtkaders. Später erweiterte sie ihre Qualifikation mit dem B-Trainerschein (Gesundheitssport). Von 2012–2015 war Niemann als Jugendreferentin im Tischtennis-Stadtverband Wolfsburg bis zu dessen Auflösung 2019 aktiv. Dabei richtete Niemann zahlreiche Turniere (Ranglisten/ Stadtmeisterschaften) und die Stadtentscheide der Minimeisterschaften selbst aus. Zudem ist Niemann Staffelleiterin der Jugend - und Schülerligen. 2014 wurde Niema nn zur Spartenleiterin beim MTV Vorsfelde gewählt, da ihr Vorgänger Karl-Heinz Hörnich nicht wieder kandidierte. Seit 2015 ist Niemann zusammen mit Ralf Michaelis (ehemaliger Lehrer am Ratsgymnasium Wolfsburg) im Beirat „Lehre" beim TTVN u.a. für die Trainerausbildung und die Qualitätsentwicklung zuständig. Einen besonderen Schwerpunkt stellt für Niemann die Gewinnung und Förderung von Kindern und Jugendlichen für den Tischtennissport dar. Gut unterstützt wird sie beim MTV Vorsfelde von ihren Vorstandskol legen Markus Stolz (Jugendwart), Ralf Gönner (Sportwart), Konrad Köllner (Hobby-Gruppe) sowie zahlreichen weiteren ehrenamtlichen Helfern. „Wir arbeiten als Team sehr gut zusammen und meistern das Tagesgeschäft genauso gut wie Sommerfeste und Familienturniere", lobt Niemann. Für die Zukunft hat sich Niemann insbesondere die Wiederaufnahme des regulären Punktspielbetriebes nach der Lockdown-Zeit und dabei auch die Förderung von Mädchen im Tischtennissport auf die Fahne geschrieben. Niemann hebt hervor: „Schon vor Corona mussten wir in den letzten 3 Jahren einen stagnierenden Trend bei den Zahlen der Tischtennis-Kinder feststellen. Daher hat der MTV seit zwei Jahren eine zusätzliche eine Trainingszeit für Anfänger*innen ab 6 Jahre an jedem Samstagvormittag eingeführt". Als Zukunftsidee schwebt Niemann die Einführung von Trainingszeiten vor, in denen Mädchen unter sich spielen können. Das könnte eine entscheidende Rolle spielen, um die Quote der Spielerinnen anzuheben. Durch den Lockdown ab November musste dieses Training wie alle anderen Trainingszeiten und auch der komplette Punktspielbettrieb wieder unterbrochen bzw. abgebrochen werden.

Niemann gelang es aber im März 2021 einen Antrag bei der Stadt Wolfsburg zu stellen, wodurch das MTV -Training als Individual sportart unter strengen Hygienebedingungen zumindest wieder eingeschränkt möglich wurde. Hellen Niemann ist als junge Mutter zusätzlich beschäftigt, denn im Dezember 2020 erblickte das Wunschtöchterchen Lara Liv das Licht der Welt. Sie sieht sich dabei gut organisiert: „Letztlich ist alles eine Frage der Organisation. Ehrenämter sind eine wichtige Säule der Gesellschaft, meinen Beitrag dafür kann ich nicht einfach so aufgeben. Mein Kind werde ich also mitnehmen, wenn ich für andere Kinder das Tischtennistraining leite. Jedenfalls hoffen alle Tischtennisspieler, dass ab September der Sport wieder unter Normalbedingungen weitergehen kann".

Kinderschutz im MTV Vorsfelde
Verein(t) gegen sexualisierte Gewalt

Leider ist sexualisierte Gewalt auch im Sport ein Thema, sei es im Leistungssport oder aber auch im Breitensport, also mitten im Leben eines Sportvereins.
Aus diesem Grund hat sich der Vorstand bereits vor 2 Jahren dazu entschlossen, ein Schutzkonzept für Kinder und Jugendliche zu entwickeln. Dieses Thema empfindet der Vorstand auch heute noch als umso dringlicher, als dass der MTV seit Jahren Ganztagsträger der Grundschule am Drömling Vorsfelde ist.
Bereits 2019 hat sich der MTV an die Sportjugend im LSB Niedersachsen gewandt, der für eine Schutzkonzeptentwicklung bereits seit Jahren einen Themenschwerpunkt auf das Thema „Prävention sexualisierter Gewalt“ (PSG) gelegt hat.

Dann kam leider eine coronabedingte Pause, aber jetzt im September 2021 wurde der Beratungsprozess wieder aufgenommen.

Um folgendes Projekt einer Schutzkonzeptentwicklung geht es:
„Verein(t) zum Schutz vor sexualisierter Gewalt – AUSGEZEICHNET! – Schutzkonzeptentwicklung in Sportvereinen
Kinder und Jugendliche haben das Recht auf Schutz vor sexualisierter Gewalt. Professionell entwickelte Schutzkonzepte bieten Auseinandersetzung und Handlungssicherheit in diesem Thema.

Sexualisierte Grenzüberschreitungen und sexuelle Gewalt sind ungeheure Eingriffe in die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen, die auch im Sport passieren können. Sie können auch von Betroffenen gegenüber ihren Trainer*innen aus anderen Zusammenhängen heraus berichtet werden. Gemeinsam mit allen Sportvereinen in Niedersachsen möchten wir ein Miteinander entwickeln, das jeglicher Form von sexualisierter Gewalt vorbeugt und ein Hilfenetz für Betroffene spannt. Dafür hat der LandesSportBund Niedersachsen e.V. mit seiner Sportjugend den Beratungsprozess AUSGEZEICHNET! entwickelt.
Innerhalb dieses Beratungsprozesses begleiten ausgebildete Teams, sogenannte Tandems, die Entwicklung eines Schutzkonzeptes für die einzelnen Sportvereine in den Landkreisen in denen sie zuständig sind“.

Bei Interesse:
https://www.sportjugend-nds.de/fileadmin/user_upload/2015_Handlungsleitfaden_2._Auflage.pdf

Am Freitag, dem 17.09.2021, war es endlich so weit: Wir haben mit dem ersten Baustein des Prozesses begonnen, der Positionierung des Vorstands.

„In diesem ersten Handlungsbaustein ging es darum, den Schutz vor sexualisierter Gewalt zum Thema zu machen. Als Vorstandsmitglieder sind wir verantwortlich dafür, dass Mädchen und Jungen innerhalb unseres Vereins vor jeglicher Art von Gewalt, besonders sexualisierter Gewalt, bestmöglich geschützt werden. Unsere Aufgabe besteht darin, passgenaue Maßnahmen zu planen und für deren Umsetzung zu sorgen. Das erfordert in erster Linie einen offenen Umgang mit der Thematik. Gleichzeitig ist eine klare Positionierung für den Umgang mit Grenzverletzungen gegenüber Mädchen und Jungen notwendig. Dazu gehört auch, dass wir für uns klären, wie wir mit Regelverletzungen und bei einem Verdacht auf sexualisierte Gewalt umgehen möchten.“

Folgende Fachteams sind an diesem Prozess beteiligt Stadt Wolfsburg, Koordination Kinderschutz, GB Jugend, Abt. Prävention Dialog e.V. (https://www.dialog-wolfsburg.de/%C3%BCber-uns/) SportRegion OstNiedersachsen, Sportreferat für Bildung und Sportjugend Sportjugend im LSB Nds., Team Jugendpolitische Grundsatzfragen sowie Vorstand MTV Vorsfelde

Weitere Bausteine werden folgen

Zur Zeit gehen wir davon aus, dass der gesamte Prozess bis zur Fertigstellung und vor allem Umsetzung des Konzeptes ca. 2 Jahre dauern wird.

Jedes Vereinsmitglied ist herzlich eingeladen, sich an diesem Prozess zu beteiligen. Sollten Sie Interesse haben, wenden sie sich bitte direkt an meine Person, hilsberg@mtv-vorsfelde.de.

Lutz Hilsberg
Vorsitzender

Aus Erfahrung gut – ein neues Vorstandsmitglied

Ein Verein lebt von Veränderungen, so ist es nach den Sommerferien auch beim MTV Vorsfelde gewesen. Sabine Sluga hat ihre Vorstandstätigkeit beendet und hat eine neue berufliche Herausforderung gesucht. An dieser Stelle herzlichen Dank. Neu im Team des Vorstands ist Daniela Kluge, die aber nicht neu im Verein ist, sondern den Verein aus dem Effeff kennt.

Daniela, nach vielen aktiven Sportjahren als Trainierin beim MTV bist Du seit dem 01.09.2021 Vorstandsmitglied beim MTV Vorsfelde. Was sind Deine Aufgaben? Welche Vorstandsbereiche gehören zu Deinen Ressorts? Für welche Sparten bist Du zuständig?
Nach 17 Jahren Trainerin … oh, man … meine Beziehung zum MTV besteht ja länger als jede andere meiner bisherigen Beziehungen…
Ich habe den Bereich Sport und Event-Management als Vorstandsbereiche. Also das, worum ich mich eigentlich schon ewig kümmere. Und was mir unglaublich viel Spaß macht: meine Sparten.

Bleibt trotz der neuen Aufgabe noch Zeit für die Mitglieder in den Kursen? Bist Du weiterhin noch als Trainerin aktiv?
Zum Glück habe ich ein super tolles Team um mich herum, ich konnte jetzt erst einmal meine Kurse unter den Trainerinnen aufteilen und nehme mir das Privileg heraus, mich endlich auch einmal „beturnen“ zu lassen

Welche Eigenschaften als Trainerin bringst du auch in den Vorstand ein und sorgen so für positive Veränderungen?
Als GroupFitness Trainerin hast Du die Eigenschaft laut und deutlich vor einer Gruppe zu sprechen, mitreißend zu sein, zu motivieren und sehr spontan auf Begebenheiten zu reagieren. Mit diesen Eigenschaften möchte ich mich gern in die Vorstandsarbeit mit einfügen.

Wie hast Du Deine erste Jahreshauptversammlung als neues Vorstands-mitglied erlebt? Wie nervös warst Du?
Ich bin es gewohnt die meisten Events des Vereins zu planen und mit aufzubauen. Glücklicherweise habe ich auch stets ein super Helferteam um mich herum… Diesmal stand ich nun selber mal „vorn“. Verrückt … aber TOLL!!! Ich war schon sehr aufgeregt, hatte aber zum Glück einen guten Redezettel und ein tolles Publikum.

In Sachen Personal hat sich im Sommer ja einiges getan und das Personal wurde ganz schön verjüngt? Erzähl doch mal …
Da sprichst Du bestimmt von meinen FAPS die sind jung! Ja, es sind seit Sommer neue FSJler, AZUBIS; Praktikant*innen Student*innen am Start. Es ist ein super Team! Sehr motiviert, voller guter Ideen und eine tolle Ergänzung!

Wo sind die nächsten Etappen? Herausforderungen für Dich, für den MTV?
Ich möchte gern dabei sein, mein Bestes dafür tun, dass wir aus diesem „Corona Tief“ herauskommen. Wir sind auf einem guten Weg.

Daniela was braucht es, um wieder mehr Mitglieder für unser Center zu gewinnen?
Wir sind gut dabei … haben gut aufgerüstet, haben für das jüngere Publikum viel Trai-

ningsmöglichkeiten erschaffen, sind (gerade auch durch die neuen FAPS) auf dem guten Wege in den sozialen Medien für uns als Gesamtverein aber gerade auch für das MTV-Center und das MTV-action zu werben.

Daniela, die Arbeit im Verein ist ja auch immer ein Spagat zwischen Altbewährten und neuen Trends, wie kann man beides zur Zufriedenheit unserer Mitglieder realisieren?
Ganz genau. Gerade in der Fitness ist es wichtig den Trends zu folgen, aber natürlich, wie Du sagst auch die altbewährte GroupFitness beizubehalten.
Unsere Mitglieder möchten BEIDES, das habe ich bei meinen Kursplanungen immer gemerkt. Das Gute an „Trends" ist ja, dass wenn ein Trend abebbt, ein anderer um die Ecke kommt. Der Platz im Kursplan ist dann da! Und mein Trainerteam ist immer willig an Fortbildungen teilzunehmen, um die Trends in unsere Räume / Hallen zu holen.

Daniela, vor Corona hatte der Verein im März vergangenen Jahres über 5500 Mitglieder, dann kam Corona. Was bedeutete das für Euch als Personal?
Ja, wir waren auf einem superguten Stand … Corona hat uns da echt durchgerüttelt … leider … Kurzarbeit, … Homeoffice, … Kündigungen, … es war schon ein blödes Gefühl. Erst war es ja fast lustig, in den ersten Tagen von Corona, aber dann wurde es immer unübersichtlicher … diese ganzen unterschiedlichen Auflagen, die Verantwortung für die Mitarbeiter … wir haben aber als super Team zusammengehalten und halten weiter durch und aus

Wie kommt der Verein wieder zu alter Mitgliedsstärke?
Werbung! Weitermachen! Professionalität! Zusammenhalt!

Was bedeutet der Verein für Dich?
„Eine Heimat, eine Liebe, Leidenschaft seit 1862."

Was waren Deine bisherigen Highlights beim MTV?? An welchen besonderen Moment erinnerst Du Dich an Deinem ersten Arbeitstag beim MTV?
Pilates in Raum 1…ich glaube da haben wir noch Kassetten gehabt für die Musik.
Der Anbau 2006, die 150 Jahr Feier, der Ausbau der Technik in den Räumen, und auf jeden Fall die ganzen Messen, auf denen wir das Bühnenprogramm mitgestaltet haben.

In wenigen Worten was bietet der MTV neu zugezogenen Vorsfeldern oder Wendschottern?
Ein „FamilienVerein" geprägt von Vielfalt! Für JEDES Alter und für nahezu jedes Hobby ist beim MTV was zu finden.

EDEKA m.bahrs
Vorsfelde · Velpke · Reislingen
Die Nr. 1 in Frische & Freundlichkeit

EDEKA m. bahrs Vorsfelde · Velpke · Reislingen

Marco Bahrs · Neuhäuser Straße 9 · 38448 Wolfsburg

Neuhäuser Straße 9 · Vorsfelde 05363 - 70 72 86
Weideweg 11 · Velpke 05364 - 94 37 01
Getränkemarkt, An der Bascheriede 2 · Velpke 05364 - 94 74 952
Gerta-Overbeck-Ring 2 · Reislingen 05363 - 80 95 55

Öffnungszeiten:
Montag–Samstag, 7.00–21.00 Uhr
Backstube Bahrs in Reislingen
auch Sonntag, 7.30–10.30 Uhr
edeka.marcobahrs@wolfsburg.de

facebook.com/edekamarcobahrs · instagram.com/edeka.mbahrs

Jeden Donnerstag nur bei uns.

Ab einem Einkauf von 75 Euro* erhalten Sie einen Gutschein im Wert von 5 Euro!

*ausgenommen Leergut, Tabakwaren, Telefonkarten, Zeitschriften, Bücher

Paul Mbanefo der Perfektionist der Hobby und MTV verbindet

Paul stell dich bitte kurz vor.

Hallo,
Ich bin Paul und 26 Jahre alt. Ich befinde mich gerade im 2. Jahr meiner Ausbildung beim MTV Vorsfelde als Sport- und Fitnesskaufmann. Weiterhin spiele ich auch Handball in der ersten Mannschaft des MTV Vorsfelde.

du bist seinem einen Jahr hier und hast trotz Corona einiges erlebt,was ist besonders hängen geblieben?
Ich denke, auch wenn Corona uns alle schwer getroffen hat, war es dennoch ein aufregendes Jahr. Wir haben alles versucht, um den Mitgliedern eine Möglichkeit zu bieten, sich fit zu halten, indem wir zum Beispiel Fitnessgeräte an die Mitglieder verliehen haben oder digital, indem wir Online-Kurse für unsere Mitglieder angeboten haben. Wir haben versucht unsere Mitglieder durch viele Aktionen zum Sport zu motivieren und konnten in dem Zuge den Tag der Bewegung in unserem Center organisieren.

eigentlich bist du ja handballer,aber die erste mtverin bei Olympia hat dich dann doch begeistert,erzähl mal..was sind deine Aufgaben beim MTV?
Ich habe noch etwas Zeit bis zur nächsten Olympiade (lacht). Giovanna bei den Olympischen Spielen mit dem MTV-Team zu sehen und sie dann am Flughafen zu begrüßen, war definitiv etwas sehr Aufregendes, nicht nur für mich, sondern für den ganzen Verein. Ich werde auf jeden Fall in Zukunft noch mehr Kämpfe aus unserer Judo Sparte verfolgen.

Was sind deine Ziele?
Ich möchte bei MTV so viel wie möglich lernen und mich so gut wie möglich verbessern. Ich würde gerne mehr jüngere Leute motivieren, Spaß und Freude am Sport zu haben, und hoffe natürlich, dass sie im MTV bleiben.

Was sind deine sportlichen ziele?
Ich möchte so lange wie möglich verletzungsfrei spielen und dabei Spaß haben.
Es wäre cool, mit dem MTV in einer vollen Halle in Vorsfelde in der 3. Liga zu spielen.

wie schätzt du unsere Mannschaft dieses Jahr ein?
Sehr gut. Wir sind jünger, aber nach so vielen Monaten ohne Handball sind wir noch hungriger zu spielen und unser Potenzial zu zeigen.

Was waren die Highlights in der Vorbereitung?
Mein Highlight ist auf jeden Fall der Turniersieg in Delmenhorst.erhalten bleiben und uns zu verschiedenen Veranstaltungen besuchen werden.

Was war das schlimmste in der Vorbereitung?
Nichts war schlecht. Das einzige, was ärgerlich war, waren die Verletzungen, weil wir nicht immer mit dem vollen Kader spielen konnten.besuchen werden.

Was waren die Highlights in der Vorbereitung?
Mein Highlight ist auf jeden Fall der Turniersieg in Delmenhorst.erhalten bleiben und uns zu verschiedenen Veranstaltungen besuchen werden.

Was war das schlimmste in der Vorbereitung?
Nichts war schlecht. Das einzige, was ärgerlich war, waren die Verletzungen, weil wir nicht immer mit dem vollen Kader spielen konnten.

Du bist ja in deinen jungen Jahren schon sehr viel unterwegs gewesen,auch aufgrund des handballs,was waren deine Stationen?
Ich habe in Polen, Norwegen und Spanien gespielt.

Was hast du mitgenommen?
Ich habe viel Erfahrung im Handball gesammelt und bin definitiv nicht nur als Spieler, sondern auch als Mensch gewachsen.

Wo siehst du deine stärken?
Ich versuche ein kompletter Spieler zu sein und sowohl im Angriff als auch in der Verteidigung hart zu spielen.

Wobei wirst du schwach?
Ich bin ein Perfektionist und wenn etwas schief geht, brauche ich Zeit, um es zu akzeptieren.

Kannst du dir auch vorstellen länger in wolfsburg,Vorsfelde zu bleiben?
Ja, auf jeden Fall. Ich fühle mich hier in Wolfsburg sehr wohl und hoffe, dass ich noch länger hier bleiben kann.

SportProgramm WINTER 2021

Badminton

- Julian Jaekel
  badminton@mtv-vorsfelde.de

Jugendliche / Erwachsene
Training unter Anleitung
Mo 19:30 – 22:00 EIK

Kinder / Jugend bis 16 Jahre
Training unter Anleitung
Fr 18:00 – 19:30 EIK

Jugend / Erwachsene
Fr 19:30 – 22:00 EIK

Ballett

- Daniela Kluge
  (05363) 71346
  Zur Zeit kein klassisches Ballett
  Bei Fragen bitte:
  kluge@mtv-vorsfelde.de

Drachenboot

- Ronny Bürger
  (0173) 5448232
  mtvdrachenboot@gmail.com

Wintertraining:
Di 19:15 – 20:15 CEN
Do 18:00 – 19.15 ACT
So 10:30 – 12:30 ASE*
*Treffpunkt ist am Campingplatz Allersee

Faustball

- Dieter Biniek
  (05363) 20160
  (0163) 9198599
  dieter.biniek@gmx.de

Erwachsene
Hallensaison
(01.10.2021-31.03.2022)
Mi 18:00 – 20:00 EIG

Fitness

- Lutz Hilsberg
  (05363) 71346

hilsberg@mtv-vorsfelde.de
Wir sind das vereinsinterne Fitness Studio.

Wir bieten:
- Betreutes Kraft- und Cardiotraining an hochwertigen, modernen Geräten
- Hochqualifiziertes Personal
- Gesundheitsorientiertes Kursprogramm (Reha- und Funktionstraining)
- Modernes und abwechslungsreiches Group Fitness Programm

Das aktuelle Group Fitness und Gesundheitssport Programm ist auf unserer Homepage www.mtv-vorsfelde.de einzusehen.
Bitte ladet Euch unsere MTV App herunter und meldet Euch via App an.

Hier sind wir
Carl-Grete-Straße 41
38448 Wolfsburg

Öffnungszeiten
Mo, Mi, Fr 06:30 – 22:30
Di, Do 08:30 – 22:30
Sa 10:00 – 18:00
So 10:00 – 16:00

Saunazeiten
Täglich gemischte Sauna
Mo, Mi, Fr 07:00 – 22:00
Di, Do 09:00 – 22:00
Sa 10:30 – 17:30
So 10:30 – 15:30

Damensauna
Di 09:00 – 13:30
Mi 13:00 – 18:00

Kinderbetreuung
Mo – Do 08:45 – 11:15
16:45 – 19:15
Fr 08:45 – 11:15

Anmeldung über die MTV App.
Kinderbetreuung wird an unser Kurs System angepasst.
Unsere Kinderbetreuerinnen freuen sich schon, Euch alle wieder zu sehen.

Gesundheitssport

- Sabine Mikolajek
  (05363) 71346
  mikolajek@mtv-vorsfelde.de
  gesundheitssport@mtv-vorsfelde.de

Unser Gesundheitssportangebot umfasst derzeit folgende Gebiete:
- Ambulanter Herzsport
- Bewegung und Demenz
- Diabetes und Sport
- Gehörlosensport
- Halswirbelsäulengymnastik
- Hüftgymnastik
- Kinderwirbelsäule und Sport Knie- und Venengymnastik
- Osteoporose und Sport
- Lungenerkrankung und Sport
- Wassergymnastik
- Wirbelsäulen Funktionsgymnastik und Rehabilitationssport

Das aktuelle Gesundheitssport Programm ist auf unserer Homepage www.mtv-vorsfelde.de einzusehen.

Wir bitten um ein persönliches Gespräch, sofern eine Verordnung vom Arzt für eine der o.g. Gymnastik vorliegt. Bitte meldet euch zu den jeweiligen Kurszeiten via MTV-App an.

Gymnastik

- Monika Brand
  (05363) 7661
  gymnastik@mtv-vorsfelde.de

Sanfte Gymnastik
Mo 09:00 – 10:00 SCH
Nordic Walking
Mo 18:00 – 19:30 CEN
Fitness ab 50
Di 09:00 – 10:00 SCH
Fit im Alter
Di 17:00 – 19:00 EIK
Fit for Fun 1
Di 17:30 – 18:30 ALT
Frauen 1 – Körper Fit
Di 19:00 – 20:00 EIK
Frauen 2 – Körper Fit
Di 20:00 – 22:00 EIK
Step and more
Mi 18:30 – 19:30 MOR
Frauen und Teens
Mi 19:30 – 21:30 MOR
Trivital (Frauen, Männer, Paare)
Mi 18:30 – 20:00 EIK
Aerobic & Style
Mi 20:00 – 21:00 ACT
Fit in den Tag
Do 09:00 – 10:00 SCH
Frauen und Seniorinnen
Do 14:00 – 15:30 SCH
Frauen 3
Do 18:00 – 20:00 HEG
Frauen 4
Do 20:00 – 22:00 ALT
Fit for Fun 2
Do 19:00 – 20:00 MOR
Zumba
Do 19:30 – 20:30 ACT
Walking/Nordic
Fr 09:00 – 10:00 CEN
Fr 09:00 – 10:30 RNH
Bodystyling
Fr 15:00 – 16:00 SCH

Handball

- Michael Schwoerke
  (05363) 9220647
  handball@mtv-vorsfelde.de

Minis
Fr 15:30 – 17:00 EIG
Weiblich E (bis 10 Jahre)
Mi 16:30 – 18:00 EIG
Fr 17:00 – 18:30 EIG
Weiblich D (11-12 Jahre)
Mo 17:00 – 18:30 EIG
Do 18:30 – 20:00 EIG
Weiblich C (13-14 Jahre)
Mo 17:00 – 18:30 EIG
Do 18:30 – 20:00 EIG
Weiblich A (17-18 Jahre)
Di 18:30 – 20:00 EIG
Fr 18:30 – 20:00 EIG
1. Damen
Mo 18:30 – 20:00 EIG
Do 19:30 – 21:00 KRZ
2. Damen
Mo 18:30 – 20:00 EIG
Do 19:30 – 21:00 KRZ
Männlich E (bis 10 Jahre)
Mi 16:30 – 18:00 EIG
Fr 17:00 – 18:30 EIG
Männlich D (11-12 Jahre)
Di 17:00 – 18:30 EIG
Do 17:00 – 18:30 EIG
Männlich C (13-14 Jahre)
Di 17:00 – 18:30 EIG
Do 17:00 – 18:30 EIG
Männlich B (15-16 Jahre)
Di 17:00 – 18:30 EIG
Do 17:00 – 18:30 EIG
2. Herren
Mi 20:00 – 21:30 EIG
Fr 20:00 – 21:30 EIG
1.Herren
Mo 20:00 – 21:30 EIG
Di 20:00 – 21:30 EIG
Do 20:00 – 21:30 EIG

Hobbykicker

- Björn Ramacher
  (05363) 975974
  hobbykicker@wolfsburg.de

Erwachsene
So 10:00 – 12:00 EIK

Jedermannssport

- Bernd-Erich Fricke
  (05363) 40737
  jedermannsport@mtv-vorsfelde.de

Erwachsene
Fr 18:00 – 20:00 EIT

Junge Jedermänner / Functional

- Benedikt Böhm
  (0172) 4312342
  benedikt7.boehm@outlook.de

Junge Jedermänner
So 18:00 – 19:30 EIT

Judo

- Guido Lachetta
  (05367) 8374
  judo@mtv-vorsfelde.de

Krabbel Judo 3 – 5 Jahre
Do 16:15 – 17:45 LDV
U11/U14 Leistung
Mo 17:00 – 19:00 LDV
Training der Ligen
Di 17:00 – 20:00 KRZ
Kadertraining*
Di* 18:00 – 20:15 LDV
(Fortgeschrittene) Anfänger
Mi 16:30 – 18:15 LDV
U11–U17 Leistung
Mi 18:15 – 20:15 LDV
Leistung ab U17
Do 18:00 – 20:15 LDV
Anfänger
Fr 16:30 – 18:00 LDV
U11 – U17 Leistung
Mi 18:15 – 20:15 LDV
Fr 18:00 – 20:00 LDV
Leistung ab U17
Do 18:00 – 20:15 LDV
*geschlossene Trainingsgruppe

Ju-Jutsu

- Stefan Matthießen
  (0172) 8346840
  ju-jutsu@mtv-vorsfelde.de

Kids Anfänger ab 7 Jahre
Mo 17:15 – 18:45 EIT
Jugendliche ab 12 Jahre
Do 17:15 – 18:45 EIT
Erwachsene ab 14 Jahre
Mo 19:00 – 20:30 EIT
Mo 20:30 – 21:30 EIT
(freies Training)
Di 18:00 – 19:30 EIT
(BJJ, Kamp Ju-Jutsu)
Di 19:30 – 21:00 EIT
(freies Training)
Do 18:45 - 20:15 EIT

Karate

- Hans-Georg Weber
  (0175) 2202171
  karate@mtv-vorsfelde.de

Kinder
Mo 16:30 – 18:00 MOR
Jugend/Erwachsene
Mo 18:00 – 19:30 MOR
Do 17:30 – 19:00 MOR
Fr 18:00 – 19:30 LDV
Kinder – Anfänger
Fr 16:00 – 17:00 LDV
Kinder/Jugendliche
Fr 17:00 – 18:00 LDV
Erwachsene
Fr 19:30 – 21:00 LDV

Lauftreff

- Peter Wagner
  (05363) 20759
  lauftreff@mtv-vorsfelde.de

Gruppe 1 Nordic-Walking
Sa 14:30 – 16:00 EIP
Gruppe 2 Läufer
So 09:00 – 10:00 EIP

Leichtathletik

- Holger Hänisch
  (0179) 4881255
  Leichtathletik@mtv-vorsfelde.de

Mo 16:30 – 18:00 KRZ
Fr 16:30 – 18:00 EIK

MTV-action

- Daniela Kluge
  (05363) 71346
  kluge@mtv-vorsfelde.de

MTV-action ist DAS Schülerfitness Studio für ALLE Schüler aller weiterführenden Schulen Wolfsburgs.
Wir bieten:
- Training an hochwertigen Trainingsgeräten
- Professionelle Aufsicht durch •
- ausgebildete Trainer
- Individuelle Ernährungsberatung
- Kickboxtraining
- Achtsamkeit Kids
- Cheerleading (Bitte Zeiten erfragen)
- Dance und mini Kids Dance (Bitte Zeiten erfragen)
- Kinder Wirbelsäule (Bitte Zeiten erfragen)

Modern Dance
Mo 15:30 – 16:30 (3-6 Jahre)
Di 15:30 – 16:30 (ab 6 Jahre)
Hier sind wir:
direkt am Schulzentrum Vorsfelde
Am Grünen Jäger
Öffnungszeiten:
Mo bis Fr 13:00 bis 20:00 Uhr
Sa und So 09:00 bis 18:00 Uhr
Tel: 05363/8100717

ladet Euch unsere App und erstellt Euch ein Profil

Und folgt uns auf Instagram:

mtvaction_vorsfelde

Parkour

- Andreas Meyer
  kluge@mtv-vorsfelde.de

Jugend/Erwachsene bis 13 J.
So 15:00 – 16:30 KRZ
Jugend/Erwachsene ab 13 J.
So 16:30 – 18:00 KRZ

Radsport

- Laars Sitzlach
  (0151) 16561702
  laars.sitzlach@wolfsburg.de

Leistungsgruppe 1
Di 16:00 nach Absprache CEN
Leistungsgruppe 2
Fr 17:30 CEN
So (nach Absprache) Treffen zur Mountainbike-/Rennradtour

Schwimmen

- Tanja Blohm
  (05363) 71346
  schwimmen@mtv-vorsfelde.de

Kinder und Jugendschwimmen:
Bronze-Silber-Kurse
Mo 15:00 – 16:00 BDL
Di 15:00 – 16:00 BDL
Seepferdchen-Kurse
Do 14:00 – 17:00 BDL
Bronze-Silber-Gold-Kurse
Do 17:00 – 20:00 BDL
Teilnahme ist nur möglich mit einer Anmeldung über den MTV.
(MTV –Center-Büro)
Kursgebühr wird nach Teilnahmebestätigung an den MTV bezahlt.
Erwachsene
Di 18:00 – 20:00 BDL
Do 20:00 – 21:00 BDL
Sa 08:30 – 09:30 BDL
Diese Schwimmzeiten müssen über die MTV App gebucht werden.
Alle Zeiten unterliegen der 2G Regel nach dem derzeitigen Standpunkt.

Segeln

- Arne Biering
  (0172) 2906215
  segeln@mtv-vorsfelde.de
  Informationen zu den Trainingszeiten erhalten Sie von der Spartenleitung

Sportabzeichen

- Mark Sandvoß
  (05363) 9259828
  sportabzeichen@mtv-vorsfelde.de
  Im Winterhalbjahr erfolgt kein Training.
  Es ist geplant eine Verleihungsveranstaltung für die Sportabzeichen 2021 im Februar 2022 durchzuführen.
  Der Termin und die Rahmenbedingungen werden rechtzeitig bekanntgegeben.

Tai Chi

- Ruth-Maria Obst
  (05363) 1326
  Loos.ex., Cheng Man-ch´ing-Stockform
  Mo 14:00 – 15:30 ACT 1
  Loos.ex., 24er Form, Stockform
  Di 19:45 – 21:45 ACT 1
  Peking- u. Schwertform
  Fr 16:00 – 17:30 ACT 1

Trampolin

- Bianca Baumgärtner
  (0172) 2022652
  trampolin@mtv-vorsfelde.de
  Breitensportgruppe & Einsteiger
  Mi 15:00 - 16:00 DFD
  Leistungsgruppe/ Kaderathleten
  Mo 17:00 – 20:00 DFD
  Mi 17:00 – 20:00 DFD
  Fr 14:00 – 17:00 DFD
  Sa 10:00 – 13:00 DFD
  Turntalentschule
  Mo 16:00 – 17:30 DFD
  Mi 16:00 – 17:30 DFD

Tanzsport

- Paul Kösling
  (05308) 3745
  tanzen@mtv-vorsfelde.de
  Linedance Gruppe 1
  Mo 17:30 – 18:30 SCH
  Linedance Gruppe 2
  Mo 20:00 – 21:00 SCH
  Erwachsene – Senioren
  Di 16:30 – 18:00 SCH
  Turnierpaare
  Di 18:00 – 19:30 SCH
  Fr 17:30 – 19:00 SCH
  Breitensportpaare
  Di 18:00 – 19:30 SCH
  Schüler und Jugend
  Mi 17:00 – 18:30 SCH
  Erwachsene – Einsteiger
  Mo 18:30 – 20:00 SCH
  Mi 18:30 – 20:00 SCH
  Do 19:30 – 21:00 SCH
  So 18:45 – 20:15 SCH
  Erwachsene – Erfahrene
  Mi 20:00 – 21:30 SCH
  Do 18:00 – 19:30 SCH
  So 17:15 – 18:45 SCH
  Freies Training Turnierpaare
  Di 20:00 – 22:00 SCH
  Fr 20:00 – 22:00 SCH

Tischtennis

- Hellen Niemann
  (05363) 1331
  tischtennis@mtv-vorsfelde.de
  Anfänger
  Sa 10:00 – 11:30 ALT
  Schüler/Jugend
  Mo 18:00 – 19:15 ALT
  Mi 18:00 – 19:15 ALT
  Fr 18:00 – 19:15 ALT
  Erwachsene
  Mo 19:30 – 22:00 ALT
  Mi 19:30 – 22:00 ALT
  Fr 18:30 – 22:00 ALT
  Freies Training & Hobbygruppe
  Fr 19:30 – 22:00 ALT
  So 09:00 – 12:00 ALT

Turnen

- Lutz Hilsberg
  (05363) 71346
  hilsberg@mtv-vorsfelde.de
  Kleinkinder ab 15 Monaten, nur in Begleitung der Eltern
  Miniclub 1 ab 15 Monaten
  Mi 16:30 – 17:30 MOR
  Miniclub 2 ab 15 Monaten
  Do 16:15 – 17:15 MOR
  Jungen & Mädchen ab 5 J.
  Mo 16:00 – 17:00 EIK
  Jungen & Mädchen 3 – 6 Jahre
  Mi 15:30 – 16:30 MOR
  Do 15:15 – 16:15 MOR
  Turnen und kleine Spiele 4 – 7 J.
  Fr 15:00 – 16:30 EIT
  Männer
  Di 19:30 – 21:30 MOR
  Fr 19:30 – 21:30 MOR

Volleyball

- Andrea Vandrey
  volleyball@mtv-vorsfelde.de
  Jugend - Mixed 11 – 18 J.
  Fr 15:00 – 18:00 Uhr MOR
  Herren
  Di 20:00 – 22:00 Uhr BBS
  Do 20:00 – 22:00 Uhr BRA
  Hobby
  Mo 20:00 – 22:00 Uhr HEG

Wintersport

- Rolf Böthling
  (05363) 20593
  wintersport@mtv-vorsfelde.de
  Mo 19:45 – 22:00 MOR

Yoga

- Maren Hammermeister
  yoga@mtv-vorsfelde.de

Gruppe 1
Mo 09:00 – 10:30 ACT 1
Gruppe 2
Mo 17.30 – 19.00 ACT 1
Gruppe 3
Mo 19:00 – 20:30 ACT 1
Gruppe 4
Di 16:30 – 18:00 ACT 1
Gruppe 5
DI 18:00 – 19:30 ACT 1
Gruppe 6
Mi 09:00 – 10:30 ACT 1
Gruppe 7
Mi 13:30 – 15:00 ACT 1
Gruppe 8
Mi 17:30 – 19:00 ACT 1
Gruppe 9
Mi 19:00 – 20:30 ACT 1
Gruppe 10
Do 08:45 – 10:15 ACT 1
Gruppe 11
Do 10:30 – 12:00 ACT 1

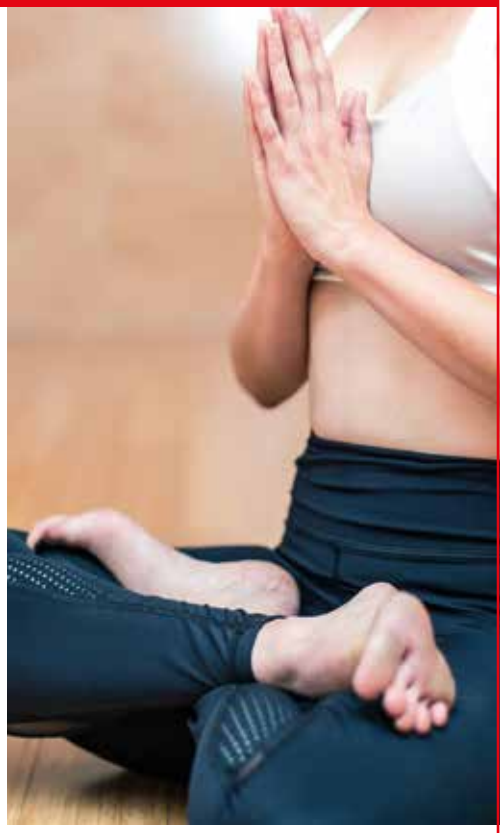
Yoga

Gruppe 12
Do 15:00 – 18:45 ACT 1
Gruppe 13
Do 19:00 – 20:30 ACT 1
Gruppe 14
Fr 17:30 – 19:00 ACT 1

Ladet Euch unsere App und erstellt Euch ein Profil

Und folgt uns auf Instagram:

mtvaction_vorsfelde



VERANSTALTUNGEN

Folgende Veranstaltungstermine standen bei Redaktionsschluss schon fest. Bei Interesse schon heute vormerken.

12.01.2022, Ehrungsveranstaltung „Sportler des Jahres 2020/2021“
26.02.2022, Kinderfasching
04.03.2022, Delegiertenversammlung
Wir behalten uns Pandemie bedingte Änderungen vor.

DER VEREIN

Der Aufsichtsrat
Rainer Leder, Vorsitzender, Karen Voß, stellv. Vorsitzende, Sandra Straube, Nils Diesner, Hans Mothsche

Der Vorstand
Lutz Hilsberg Vorsitzender / Sport, Daniela Kluge stellv. Vorsitzende, Fabian Gerwich Vandrey stellv. Vorsitzender / Ganztag

Vereinsrat
Sprecherin Regine Rachow

Spartenleiter
Badminton, Julian Jaekel • Ballett, Daniela Kluge • Drachenboot, Ronny Bürger • Faustball, Dieter Biniek • Fitness, Lutz Hilsberg • Gesundheitssport, Sabine Mikolajek • Gymnastik, Monika Brand • Handball, Michael Schwoerke • Hobby-Kicker, Björn Ramacher • Jedermannssport, Bernd-Erich Fricke • Judo, Guido Lachetta • Ju-Jutsu, Stefan Matthießen • Karate, Hans-Georg Weber • Lauftreff, Peter Wagner • Leichtathletik, Holger Hänisch • MTV-action, Daniela Kluge • Radsport, Laars Sitzlach • Schwimmen, Tanja Blohm • Segeln, Arne Biering • Sportabzeichen, Mark Sandvoß • Tai Chi, Ruth-Maria Obst • Tanzsport, Paul Kösling • Tischtennis, Hellen Niemann • Volleyball, Andrea Vandrey • Wintersport, Rolf Böthling • Yoga, Maren Hammermeister

Ganztagsteam der OGGS am Drömling
Marc Erdmann, Luana Maimone, Daniela Lieske Marius Breier, Zaman Al Barmaki, Katrin Behse Ann-Kathrin Tietz, Jennifer Bewernick, Nora Weber Oliver Krösch, Inka Sanow, Liane Dannies Nicole Ziem, Lisa Lachetta, Corinna Michael Andrea Schwickert

MTV 1862 e.V. Vorsfelde
Carl-Grete-Straße 41, 38448 Wolfsburg
MTV-Center: (05363) 71346
Geschäftsstelle: (05363) 71347
Fax: (05363) 71357
E-Mail: info@mtv-vorsfelde.de
Internet: www.mtv-vorsfelde.de

Banken:
Volksbank eG Braunschweig Wolfsburg
IBAN DE67 2699 1066 5043 8320 00

Braunschweigische Landessparkasse
IBAN DE86 2505 0000 0008 0035 68

MITGLIEDSBEITRÄGE UND GEBÜHREN

Der Mitgliedsbeitrag setzt sich aus dem monatlichen Grundbeitrag sowie evtl. Spartenbeiträgen zusammen.

Einmalige Anmeldegebühr

Einzelperson	12,00 €
Familie	20,00 €
Paare	20,00 €
Erstbeitrag Judo	42,00 €
Erstbeitrag Ju-Jutsu	30,00 €
Erstbeitrag Karate bis 14 Jahre	25,00 €
Erstbeitrag Karate ab 15 Jahre	35,00 €
Eingangscheck Fitness	50,00 €

Monatliche Grundbeiträge

Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	7,50 €
Erwachsene	14,50 €
Familien	28,50 €
Paare	27,00 €
Senioren 1 (65 – 74 Jahre)	10,50 €
Senioren 2 (ab 75 Jahre)	8,50 €
Ermäßigt	9,50 €

Monatliche Spartenbeiträge

zusätzlich zum Grundbeitrag	
Badminton	1,00 €
Ballett	13,00 €
Drachenboot	3,00 €
Faustball	1,00 €
Gesundheitssport (2x pro Woche)	
Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	5,50 €
Erwachsene	12,00 €
Fitness im MTV-Center	
Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahre	28,50 €
U25 16 bbis 25 Jahre	19,50 €
Aerobic für Kids	10,50 €
Fitness im MTV-action	
5. und 6. Klasse	4,50 €
7. bis 12. Kllasse	9,50 €
Handball	3,00 €
Ju-Jutsu	5,00 €
Judo	5,00 €
Karate	1,00 €
Tai Chi	10,00 €
Tanzen	3,00 €
Trampolin Breitensport	5,00 €
Trampolin Leistungssport	8,00 €
Yoga (1x pro Woche)	10,00 €

Kursgebühren

*Schwimmlernkurs Seepferdchen	80,00 €
*Schwimmlernkurs Bronze	40,00 €
*Schwimmlernkurs Silber	40,00 €

Besondere Regelungen

*Tageskarte: Fitness	10,50 €
*10er Karte: Fitness	95,00 €
*10er Karte MTV-action	
5. u. 6. Klasse	5,50 €
7. bis 13. Klasse	12,50 €
*Sauna Einzelkarte	5,50 €
*Sauna 10er Karte	44,00 €

*Voraussetzung ist die Mitgliedschaft im Verein

SPORTSTÄTTEN

ACT, MTV-action ▶ VO, Am grünen Jäger
ACT 1, MTV-action ▶ Entspannungsraum ▶ VO, Am grünen Jäger
ALT, Altstadtschule ▶ VO, Wolfsburger Str.
ASE, Allersee ▶ WOB, Allersee Südufer
BBS, Berufsbildende Schulen ▶ WOB, Dieselstr.
BDL, Badeland ▶ WOB, Allerpark
BRA, Turnhalle Brackstedt ▶ Brackstedt, Lange Trift 3-5
CEN, MTV-Center Vorsfelde ▶ VO, Carl-Grete-Str.
DFD, Dreifeldhalle Reislingen ▶ WOB, Lavinia-Fontana-Str.
EIG, Eichholz, große Halle ▶ VO, Am grünen Jäger
EIK, Eichholz, kleine Halle ▶ VO, Am grünen Jäger
EIP, Eichholz, Parkplatz ▶ VO, Am grünen Jäger
EDS, Eichendorfschule ▶ WOB Frauenteichstr. 4a
EIS, Eichholz, Sportplatz ▶ VO, Am grünen Jäger
EIT, Eichholz, Turnhalle ▶ VO, Am grünen Jäger
HDF, Schwimmhalle ▶ Heiligendorf, Neue Straße
HEG, Heidgarten, große Halle ▶ VO, Zum Heidgarten
HEK, Heidgarten, kleine Halle ▶ VO, Zum Heidgarten
KRZ, Kreuzheide, große Halle ▶ WOB, Franz-Marc-Str. 2
LDV, Leonardo Da Vinci Grundschule ▶ WOB, Teichbreite
MOR, Moorkämpeschule ▶ VO, Schlesierstr.
MGH, Mehrgenerationenhaus ▶ Hansaplatz, Nordstadt
PRS, Porsche Realschule ▶ WOB, Kettelerstr. 2
RNH, Vorsfelde ▶ Am Drömlingstadion 10
SCH, Schützenhaus Vorsfelde ▶ VO, Meinstr.
THG, Turnhalle Theodor-Heuss-Gymnasium ▶ WOB, Martin-Luther-Str.23
VWB, VW Bad ▶ WOB, Berliner Ring

MÄNNERTURNVEREIN MTV 1862 e.V. VORSFELDE

BEITRAGSORDNUNG

Die Beitragsordnung ist auf unserer Internetseite **www.mtv-vorsfelde.de/pdf-dokument/beitragsordnung** nachzulesen

Schwimmen und Corona eine harte Geduldsprobe

Kinder und Jugendschwimmen:
Montag 15.00 – 16.00 Uhr
Bronze-Silber-Kurse
Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr
Bronze-Silber-Kurse
Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr
Seepferdchen-Kurse
17.00 – 20.00 Uhr
Bronze – Silber – Gold – Kurse
Teilnahme ist nur möglich mit einer Anmeldung über den MTV (MTV–Center-Büro). Kursgebühr wird nach Teilnahmebestätigung an den MTV bezahlt.

Erwachsene:
Dienstag 18.00 – 20.00 Uhr
Donnerstag 20.00- 21.00 Uhr
Samstag 08.30 – 09.30 Uhr
Diese Schwimmzeiten müssen über die MTV App gebucht werden.

Alle Zeiten unterliegen der 2G Regel nach dem derzeitigen Standpunkt.
„Wenn etwas nicht mehr wie gewohnt ausgeübt werden darf, merken wir erst, wie gerne wir etwas ausgeübt haben." – So erlebten sicherlich viele aus der Schwimmsparte die letzten 1 ½ Jahren. Plötzlich gab es keine Schwimmbahnen mehr. Alle Schwimmeinrichtungen hatten geschlossen. Es war somit auch nicht möglich, auf eigene Initiative sportliches Schwimmen zu betreiben. Außer im Allersee. Im Sommer 2020 gab es ein sehr eingeschränktes Schwimmangebot in den Freibädern. Unterschiedliche Verwaltungsmaßnahmen von unterschiedlichen Verantwortlichen, machten uns den Start nicht einfach. Die Stadt, der Schwimmverband und die Schwimmmeister hatten unterschiedliche Auslegungen der Coronaregeln.
Schließlich konnten wir an 2 Abenden Schwimmen anbieten. Leider nur in den späten Abendstunden. Kinderschwimmen war somit nicht möglich.
Auf einer Bahn (50 m x 4 m - doppelte bisherige Bahnbreite) durften sich maximal 16 Teilnehmer tummeln.
Anfänglich sollten sogar nur Krauler überholen dürfen, da diese in das Wasser ausatmen … Es wurde sogar überlegt, nur in einer Richtung zu schwimmen, aus dem Becken auszusteigen, draußen zurückzulaufen und wieder in das Wasser zu steigen, um die nächste Bahn zu schwimmen …
Zum Glück hat dann doch die Vernunft gesiegt und wir konnten die Dämmerung im VWBad während der Sommerabende genießen. Es schlossen zum Saisonende die Freibäder und der Verein bekam 5 Schwimmeinheiten im Badeland (vor Corona 26 Schwimmeinheiten).
Puh, wie diese geringen Zeiten einigermaßen gerecht aufteilen? Die Erwachsenen bekamen die späten Abendstunden und die Kinder die 3 Stunden am Nachmittag. Gerade hatte sich wieder eine gewisse Routine bei Trainerinnen und Schwimmteilnehmern entwickelt … Mist! – Erneuter Lockdown.
Es folgte ein ½ Jahr keine Schwimmangebote. Für joggen, wandern und radeln bestand auch im Lockdown eine Möglichkeit aber in der Schwimmsparte konnten wir kaum Kontakt zu den Mitgliedern aufrechterhalten.
Dann: Zögerliche Angebote zur Saisonöffnung der Freibäder ab Mai 2021.
Wieder unbegreifliche Teilnehmerregeln.
1 Trainer + 2 Teilnehmer auf einer Bahn (50m x 4m). Hier sahen wir als Trainerinnen keine Möglichkeit dieses Angebot durchzuführen.
Die Stadt bot uns im Schwimmbad Sandkamp einen Nachmittag für Seepferdchen- und Bronze-Abzeichen an. Super - 3 Stunden mit anfänglich bis zu 20 Kindern pro Stunde, wurden durch den enormen persönlichen Einsatz von 4 Trainerinnen angeboten.
DANKE Carolina, DANKE Petra, DANKE Livia, DANKE Lenka.

Dieses Angebot endete und das Badeland öffnete für uns als Verein fast mit denselben Schwimmzeiten wie vor Corona. Aber nur fast! Von den 26 Schwimmeinheiten vor Corona stehen uns nun 21 Schwimmeinheiten zur Verfügung. Leider mit veränderten Schwimmbahnen. Es wurden teilweise aus ursprünglich 50 m Bahnen nur 25 m. Trainingsbahnen im Randbereich wurden in die Mitte verlegt und gestalten uns die Kontrolle und Begleitung der Kinder als schwierig. Neben dem veränderten Schwimmangebot ereilte uns das leider erwartete Problem der fehlenden Schwimmtrainer. Es fehlen Trainer mit C-Lizenz im Breiten- Kinder- oder Leistungssport. Auch Übungshelfer am Beckenrand waren dringend nötig. Carolina und Petra stellten sich mit hoher Motivation spontan bereit, fast alle Termine vom Seepferdchen- bis Goldkurs zu übernehmen. Aber alleine am Beckenrand mit ca. 15 Kindern …
Wie soll die nächste Gruppe hereingeholt werden? Wer steht in dieser Zeit am Beckenrand und beaufsichtig die Kinder im Wasser?
Wie kommen die Eltern mit herein? Wie klären und überprüfen wir die 3 G (jetzt 2G) Coronaregelung? Wie organisieren wir die Schwimmutensilien?
Glücklicherweise kam spontan Hilfe und wir konnten mit zusätzlichen Helfern am Beckenrand starten. Aber, aber! Auch diese geringeren Bahnzeiten können wir nicht alle abdecken. Es fehlen Trainer, mit der Aussicht, sich zum Trainer mit C-Lizenz weiterzubilden.
Die derzeitigen Trainerinnen bieten alles, was in ihren Rahmen möglich ist. Es macht uns auch glücklich, wieder einen Teil dazu beizutragen, gerade den Kindern und Jugendlichen, mehr Sicherheit im Schwimmen über unsere Schwimmkurse zu bieten. Auch den Erwachsenen wieder regelmäßige sportliche Betätigung im Wasser anbieten zu können erfreut uns. Leider merken wir, dass so einige Schwimmteilnehmer:innen im Erwachsenenbereich nicht mehr kommen.
Die Anmeldung über die MTV App und die Teilnahmebeschränkung lässt keine spontane Teilnahme zu. Diese Schwimmzeiten müssen wohl auch erst wieder einen geregelten und gewohnten Platz im sportlichen Alltag erlangen. Ab und zu entdecken wir neue „Gesichter"! Wenn wir dann sehen, dass alte und neue Teilnehmer:innen mit einem zufriedenen Lächeln aus dem Wasser steigen, motiviert es uns weiterhin am Beckenrand zu stehen.

Wie werde ich Helfer:in am Beckenrand?
- Selber Spaß an der Bewegung im Wasser
- Um die 16 Jahre alt sein
- Erste-Hilfe-Schein zeitnah machen und alle 2 Jahre erneuern
- Rettungsschwimmabzeichen Bronze und alle 2 Jahre erneuern
- Weiterbildung auf Landes – und Bezirksebene möglich
- Jeder Helfer bekommt eine Helfervergütung

Wie werde ich Trainer:in am Beckenrand?
- Selber Spaß an der Bewegung im Wasser
- Älter als 16 Jahre
- Erste-Hilfe-Nachweis und alle 2 Jahre erneuern
- Rettungsschwimmabzeichen in Bronze / Silber alle 2 Jahre erneuern
- Ausbildung zum Erhalt der Lizenz C beim Landesschwimmverband
- Vergütung für Trainer:innen

Handball – eine junge, aufstrebende Mannschaft

Genau wie bei den anderen Sparten im Verein liegt auch hinter den Handballern eine coronabedingte Zwangsauszeit. So musste die Spielzeit 2019/2020 der 1.Herrenmannschaft im März letzten Jahres sechs Partien vor Schluss abgebrochen werden, die im folgenden Oktober startende neue Spielserie wurde gar schon nach drei Spieltagen für beendet erklärt. Für die Jungs natürlich eine nervige und unbefriedigende Zeit nicht mehr ihrer Leidenschaft nachkommen zu können, unter den gesundheitlichen Aspekten aber natürlich unabdingbar!

Diese handballfreie Zeit scheint nun zum Glück vorüber und die „Razorbacks“ stecken seit Mitte September wieder mitten im Spielbetrieb der Oberliga Niedersachsen. In der überwiegend handballfreien Zeit der letzten zwei Jahre hat sich einiges getan, sowohl personeller Natur im Kader als auch in der Struktur rund um die Mannschaft.
So wurden insgesamt zehn Spieler verabschiedet, aber auch neun Neuzugänge im Team von Trainer Daniel Heimann begrüßt. Der Altersdurchschnitt des 16-köpfigen Kaders liegt bei 25,1 Jahren, was auf eine gesunde Mischung aus jungen Talenten sowie erfahrenen Spielern schließen lässt. Ziel für die nächsten Jahre wird es sein die Fluktuation so gering wie möglich zu halten, um der Mannschaft genügend Zeit zu geben sich weiterzuentwickeln. Wenn hier die Hausaufgaben gemacht werden, wird das Vorsfelder Umfeld mit Sicherheit viel Freude mit den Jungs haben.

Auch abseits der Platte gab es einige Veränderungen. Die ehrenamtliche Riege um Teammanager André Frerichs ist deutlich angewachsen, sodass die vielen Aufgaben und Herausforderungen auf verschiedene Schultern aufgeteilt werden können. Über weitere Unterstützung wird sich hier aber jederzeit gefreut, zumal verschiedene Schritte dann schneller angegangen und einige Bereiche besser abgedeckt werden könnten.

So darf man sich fortan zum Beispiel auf die Fahne schreiben, als einziger Oberligist einen Livestream aller 13 Heimspiele anbieten zu können. Zum einen natürlich, um den Partnern eine weitere Werbemöglichkeit zu bieten, aber auch, um in der immer noch angespannten Corona-Zeit den Zuschauern auch von zu Hause die Möglichkeit zu geben die Partien zu verfolgen.

Apropos Partner: Trotz der branchenübergreifenden Pandemieauswirkungen sind viele langjährige und sehr wichtige Sponsoren an Bord geblieben, die damit einen großen Beitrag leisten, weiterhin hochklassigen Handball in der Eberstadt zeigen zu können. Darüber hinaus ist es den Verantwortlichen gelungen weitere starke Partner von der Vision rund um die 1. Herren zu überzeugen, sodass der Sponsoren-Pool wächst und gedeiht.
An dieser Stelle also nochmal einen herzlichen Dank an alle Unterstützer und Sponsoren, die den Handball in Vorsfelde überhaupt ermöglichen und den eingeschlagenen Weg mitgehen!

Abwechslung, Dynamisch, Mitreißend – Die Gymnastiksparte weiß zu überzeugen

Die lange Zeit der Pandemie hat viele vor harte Herausforderungen gestellt. Vor allem diejenigen, die eines am Liebsten machen: Ihrem Sport in Gemeinschaft nachgehen. Die Gymnastiksparte gehört zu den Sparten, die sich mit ihren Übungsleiter`*innen wirklich was einfallen lassen hat. Sie haben während der Pandemie mit ihren Gruppen tolle Arbeit geleistet und immer neue Ideen gehabt, um ihren Teilnehmer*innen auch unter Corona Bedingungen abwechslungsreichen Sport zu bieten. Einige Übungsleiter*innen haben während der Pandemie, als es wieder im Freien losging mit ihren Gruppen auf Schulhöfen, auf dem Sportplatz oder im freien Gelände trainiert.

Auf Geräte aus den Hallen haben alle verzichtet, da der Aufwand - Geräte ins Freie zu bringen, zu desinfizieren und alles wieder rückwärts einfach nicht darstellbar gewesen wäre und vor allem wichtige gemeinsame Zeit zum Sport treiben gekostet hätte.

Alles hat sich im Freien abgespielt. Die Spartenmitglieder waren bei jedem Wetter draußen und haben ihr eigenes „Werkzeug“ mitgebracht, z. B. Therabänder, Wasserflaschen als Hanteln, Regenschirme als „Gerät“ (auch wenn es nicht regnete), denn sie waren auch von einem „kleinen“ Schauer nicht zu stoppen.

Eines kann man ganz klar festhalten, diese Sparte verfügt nicht nur über einfallsreiche Übungsleiter*innen, sondern auch über ein ganzes Repertoire an „Sportmaterial“, alles unter Einhaltung der Hygieneregeln.

Im Gegensatz zum Angebot im Center haben die Überleiter*innen im Freien mit Gruppen selbst organisiert. Viele Gruppen haben auch noch im Freien trainiert als die Hallen wieder freigegeben wurden. Das Herausragende an der Gymnastiksparte ist, dass sie aus 20 Gruppen und 10 Übungsleiter*innen besteht. Als Vorstand sind wir stolz, auf diese tollen Momente zurückblicken zu können und freuen uns eine so flexible und dynamische Gymnastiksparte in unseren Reihen zu wissen, Danke für eure Treue. Wer auch gerne ein Teil der Gymnastiksparte werden möchte, der soll einfach mal bei einem Training vorbeischauen.

Spiel läuft.
Mit Glasfaser

Auf geht’s MTV Vorsfelde!

Jetzt mit unseren Glasfaser-Tarifen
ab 19,95 € mtl.* ungebremst surfen.
*ab dem 4. Monat ab 29,95 € mtl.

Schließt euch an
wobcom.de
WOBCOM

Faustball

Dass das Coronavirus bzw. die Pandemie weiterhin große Auswirkungen auch auf unseren Sport hat, brauch ich wohl nicht zu sagen.

Gehofft, geplant, und abgesagt:
Die Hallensaison 2020/21 wurde nach vielen Planungsrunden seitens der Deutschen Faustballliga (DFBL) letztendlich doch abgesagt. Hygienekonzepte, Ersatzspielpläne wurden erstellt und laufend an die jeweils gültigen, aktuellen Verordnungen angepasst; am Ende sollte es doch nicht sein.

Die Sommersaison, die sich gerade dem Ende neigt, war genauso schwierig. Training nur unter Auflagen, Einschränkungen hier und da, ständig Testungen und Maske; der Start des Punktspielbetriebs wurde ständig verschoben, dann ein Notspielplan (einfache Punktrunde). Aber wir haben es geschafft.
Die 1. Herrenmannschaft hat in der 2. Bundesliga Nord den 4. Platz belegt.
Bei der 2. Mannschaft in der Bezirksoberliga kam aufgrund kurzfristiger Mannschaftsabsagen nur ein eingeschränkter Spielbetrieb zu Stande.

Am 12.09. findet in Gliesmarode wieder das Bezirksturnier statt, bei dem der MTV Vorsfelde als Pokalverteidiger antreten wird.

Schau mer mal wie die kommende Hallensaison 2021/22 sich entwickelt.
Ab 01.10. geht es wieder in die Halle.

Rückblickend auf die vergangene Coronazeit kann aus Sicht der Faustballsparte das Fazit gezogen werden: Soweit, so gut;
Die „kleine“ Faustballsparte gibt es noch. Während andere Vereine/Sparten in dieser Zeit Mitglieder verloren haben, konnte die MTV Faustballsparte sogar noch ein paar Mitglieder dazugewinnen. Alle Aktiven sind weiterhin hochmotoviert und haben Spaß am Sport und der Gemeinschaft.

Zum Schluss ist nur noch zu sagen: Bleibt gesund und passt auf euch und eure Mitmenschen auf.

Drachenwölfe – Aufgeben ist keine Option! Paddeln gegen den Corona-Blues.

Corona hat uns verändert. Besser gesagt die Einschränkungen, die mit dem Virus einher gingen.
Wir sind träge geworden. Haben keine Lust lange Texte zu lesen. Die Couch ist stärker als der Wille sich zu bewegen. Du willst was ändern? Du willst dich endlich wieder bewegen?
Du kannst es! Habe den Mut etwas zu verändern. Komm raus an die frische Luft und genieße den Sport mit tollen Menschen. Wir dürfen endlich wieder gemeinsam Sporttreiben! Nutzen wir es! Du schaffst das, wir unterstützen dich dabei!
Jeden Dienstag, Donnerstag und Sonntag findest du uns auf dem Allersee. (Im Winter nur sonntags). Der Campingplatz ist unser Heimathafen. Paddel gegen den inneren Schweinehund und tanze gegen den Corona-Blues.

Hobbykicker

Unser kleiner Pokal für den erfolgreichsten Spieler der Halbserie wird in Kürze volljährig – sprich 18 Jahre alt. Noch ist der Kampf eng, zwei Kicker haben noch Chancen auf den Titel. Im Winterhalbjahr hatte „Corinna“ leider den Titel eingeheimst, aber das bleibt uns in diesem Jahr hoffentlich erspart.
Denn bei den Hobbykickern treffen sich jede Woche Fußballbegeisterte zwischen 18 und 60 Jahren abseits des Ligabetriebs, um ihrem liebsten Hobby zu frönen und einfach Spaß zu haben. Ehrgeiz und Einsatz sind natürlich auch vorhanden, aber Fairness steht bei unserem Kräftemessen im Vordergrund. So bilden wir an jedem Spieltag neue Mannschaften, um ein ausgeglichenes Kräfteverhältnis und interessante Partien zu erreichen.
Ab Oktober starten wir nun also wieder in die Hallensaison, wo die technischen Fähigkeiten natürlich mehr gefragt sind als die Laufstärke auf dem Rasen.
Aber auch hier finden die unterschiedlichen Spielertypen ihren Platz, ob Knipser, Spielmacher oder Abwehrboss
Interesse geweckt? - Du wolltest schon immer mal wieder gegen den Ball treten oder suchst nach einer Gelegenheit das Trikot deines Lieblingsvereins zu präsentieren?
Einfach mal zum Spiel erscheinen und reinschnuppern, die Meisten hat's danach nicht mehr losgelassen.
Als kleine Sparte freuen wir uns besonders über Neuzugänge!

Spielzeiten:
Winter 2021/22 (ab 3.10.) - jeweils
So. 10-12 Uhr, kleine Halle Eichholz

Tai Chi

Mein Name ist Ruth Obst und ich bin für die Organisation der Tai Chi-Sparte zuständig. Heute möchte ich Euch Tai Chi näherbringen, denn kaum einer weiß, was sich dahinter verbirgt. Was ist Tai Chi? Wozu ist es gut? Was ist das für ein Sport? Kann das jeder lernen? Für wen ist er geeignet?

Tai Chi ist ein Sport der langsamen und exakten Bewegungen, der seinen Ursprung in der asiatischen Verteidigungskunst hat. Diese exakten Bewegungen werden im Stehen ausgeführt und entlasten das Skelett, so daß besonders Menschen mit Rücken- und Schulterproblemen profitieren. Durch Entspannung der Muskeln ist diese Sportart außerdem blutdrucksenkend und kann Kopfschmerzen mindern. Deshalb spreche ich die Gruppe ab etwa 45 Jahren an, für die dieser Sport besonders spürbar ist.

Unsere Übungen wiederholen wir immer wieder, so daß sie für das gemeinsame Trainieren von Anfängern und Fortgeschrittenen geeignet sind. Anfänger beginnen die Übungen einfach und vervollkommnen sie im Laufe der Zeit so, daß sie das Niveau der Fortgeschrittenen erreichen. Selbst der Meister des TaiChi, Cheng Man-Chíng, sagt in seinen klassischen Schriften, daß er noch in hohen Alter ein Übender war.
So gelassen sollen wir es sehen: unseren Körper dazu anzuhalten, sich gesund zu bewegen in immer besserer Formation, so daß wir eines Tages in einer fremden TaiChi-Gruppe mitmachen können, sei es in Deutschland, Singapur oder China.

In unseren drei Trainingsgruppen, die übrigens von ausgebildeten Trainern bzw. Trainerinnen geleitet werden, sind z. Zt. jeweils ca. 10 Teilnehmer, die mit der Hand (Tai Chiquan), mit dem Stock oder dem Schwert üben.

Lust bekommen?
Ihr braucht Vorkenntnisse, aber in diesem Sport sollte man diszipliniert und kontinuierlich zu den Trainingsstungen kommen; erst dann werdet ihr Erfolge spüren. Sprecht mich bei Interesse oder Fragen einfach an.

Ju-Jutsu

Die Ju-Jutsu Sparte konnte mit einem überzeugenden Hygienekonzept die Auflagen der Behörden erfüllen und den Sportlern ein umfangreiches Trainingsangebot zur Verfügung stellen.
Im Zeitraum von Januar bis März haben einige Ju-Jutsukas das Online- Trainingsangebot des Niedersächsischen Ju-Jutsu Verbandes angenommen und an verschiedenen Online-Lehrgängen teilgenommen (z.B: Grundlagen der Selbstvereidigung). Das Highlight war die Teilnahme an dem größten Online-Ju-Jutsu Lehrgang im März mit über 400 kampfsportbegeisterten Ju-Jutsukas aus dem ganz Deutschland.
Im April 2021 fand dann ein Online- Spartentreffen via Zoom statt. In diesem Meeting wurde u.a. der Trainingsbetrieb auf der Matte angekündigt und vorbereitet. Treu dem Slogan „Ju-Jutsu ist der Zehnkampf der Selbstverteidigungssportarten“ galt es, die langen nicht trainierten Themen wie z.B. Verteidigung gegen Stockangriffe, Wurftechniken, Verteidigung gegen Schlagangriffe, Hebeltechniken am Boden in das Trainingsprogramm einzuplanen und auf der Matte in die Tat umzusetzen.

Die Trainer für das Kindertraining Ronny Krone, Ralf Bahnmüller, Jörg Mayer und Nachwuchstrainer Lukas Sollors hatten sich für das Kindertraining ein bunt gemischtes Trainingsprogramm ausgedacht, um die Kinder auf die Vereinsprüfung im Dezember vorzubereiten. Mit lustigen Spielen und teils herausfordernden Übungsformen (z.B. Affenrolle) wurde die sportartspezifische Motorik der Kinder trainiert.

Die Jugendgruppe um Trainer Wladislaw Iltschuk (Wladi) freut sich ungebrochener Beliebtheit. Einige der Kinder aus dem Montagstraining sind aufgrund des Alters, des Leistungsstandes und der Körpergröße in die Trainingseinheit von Wladi gewechselt und dürfen sich jetzt im leichten Sparring miteinander messen und bei intensiven Schlag- und Tritt-Drills an der Pratze austoben.

Wolfgang Strohschein und Stefan Matthießen leiten das Training für die Erwachsenen. Auch hier kamen einige neue Interessenten hinzu. Mit teils schweißtreibenden Trainingseinheiten wurden die coronabedingten Trainingsausfälle fast kompensiert und die neuen Sportler gefordert.

Im September durfte die Ju-Jutsu Sparte einen Lehrgang im Brasilien Jiu-Jitsu (kurz BJJ) ausrichten. Eine hochqualifizierte Referentin stand dafür zu Verfügung. Mehr als 25 begeisterte BJJ Sportler aus den verschiedensten Vereinen der umliegenden Städte haben sich über 3h am Boden „gerollt“.
BJJ ist eine Abwandlung und Weiterentwicklung der japanischen Kampfkunst Judo und Jiu Jitsu, die den Schwerpunkt auf Bodenkampf legt. In Wettkämpfen gilt es durch Hebel-, Würge- oder Haltetechniken Punkte zu sammeln oder den Gegner zur Aufgabe zu zwingen.
Im Oktober fanden 2 Vorbereitungslehrgänge für die sogenannte Kyu-Prüfung auf Bezirksebene und die sogenannte Dan- Prüfung auf Landesebene statt. Unser Trainer und Spartenleiter Stefan Matthießen war als Referent dabei und hat Sportler aus ganz Niedersachsen fit für die Prüfungen gemacht. Die Prüfungen im November und Dezember richtet der MTV 1862e.V. Vorsfelde natürlich gerne aus und freut sich auf spektakulären Kombinationen der Prüflinge, bestehend aus Würfen, Schlägen und Tritten gegen die unterschiedlichsten Angriffe.
Parallel wirkt Stefan in einer ausgesuchten Arbeitsgruppe des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes (DJJV) mit und überarbeitet mit Fachleuten aus dem ganzen Bundesgebiet das Ju-Jutsu Prüfungsprogramm. In einer Vielzahl von Online-Termine via Zoom wird über Sinn und Unsinn von Würfen, Hebeln, Haltetechniken und Selbstverteidigungselementen diskutiert, Ergebnisse erarbeitet und neue Inhalte festgelegt. Das Überarbeitetet Prüfungsprogramm wird nach Freigabe durch den DJJV dann hoffentlich Ende 2022 zur Verfügung stehen.

Radsparte

Jedermänner

Trotz Corona ist bei einigen unserer Sparte wieder einmal ein anderes Virus ausgebrochen; das Reisefieber. 5 Mann zog es 4Tage, mal wieder, nach Bayern und hier über Kulmbach in die Landeshauptstadt München.

Dort haben wir ein recht schönes Hotel.im Bereich der Neuen Messe bezogen und konnten uns aufgrund einer tadellosen Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr mit einer preiswerten 3-Tages-Gruppenkarte in München ohne unser privates Fahrzeug, aber leider mit FFP2-Maske,recht gut bewegen.

Neben den kulinarischen Köstlichkeiten u.a. im Großmarkt,
Augustiner Bräu oder bei Mutter Bavaria im Biergarten am Nockerberg, haben wir auch eine Altstadtführung genossen. Leider teilweise im Regen.

Der Name soll aufgrund einer Schenk-ungsurkunde von 782 an ein Kloster beruhen. Er wird auf „bei den Mönchen/Münichen/Munichen“ zurückgeführt. Es ist die Stelle, wo 2 große Handelswege sich kreuzten und leider öfter als gedacht zog regelmäßig auch hier die Pest durch. Nach vielen Brauversuchen und einem gräßlichen Biergeschmack verpflichtete man einen Braumeister

aus Einbeck um das gute „böcksche“ Bier auch hier zu brauen. Teilweise so viel, daß man im eiskalten Winter schon mal einen Theaterbrand mit Bier löschte.
Am letzten Tag führte uns der Weg bei den Metzgern am Münchner Schlachthof vorbei, über Bayreuth wieder, Baustellen, Baustellen„ nach Hause.

Praxisgerechte Lösungen für
Sicherheit und Energieeinsparungen
in Ihrem Zuhause

Elektro Mothsche GmbH

- Elektroinstallationen aller Art
- E-Check • Überspannungsschutz
- LED-Technik • Beleuchtungsanlagen
- Kundendienst u. v. m.

Max-von-Laue-Weg 3 · 38448 Wolfsburg-Vorsfelde
Tel. 0 53 63 / 810 800 · www.mothsche.de

e-masters

Karate

Wir trainieren das traditionelle SHOTOKAN, SOK (Stiloffenes Karate) sowie die neue Stilrichtung KOSHINKAN (Ko (alte), shin (neue), kan (Schule), Do (Weg) und sind Mitglied im:
KVN Karate-Verband Niedersachsen e.V. und im DKV Deutschen Karate Verband e.V.

Karate ist für alle Altersgruppen geeignet. Die Altersstruktur bei uns im Dojo geht von 5-72 Jahre. Es gibt viele Menschen die trainieren um einfach fit zu bleiben, aber es gibt auch einige Menschen die an Wettkämpfen teilnehmen möchten, wiederum andere Menschen die reine Selbstverteidigung trainieren wollen. Das ganze Spektrum können wir gut abdecken, da unser Trainerteam qualifiziert ist und auf z.T. über 30 Jahre Kampfsporterfahrung zurückgreifen kann.
Karate ist „Anti-Aging“ auf Japanisch wie der Senioren-Ratgeber der Apotheken-Umschau titelt. Es ist genau wie in dem Artikel beschrieben:
Karate fördert Kraft, Koordination, Atmung, Konzentration und soziales Miteinander. Muskulatur und Gleichgewicht werden gestärkt, was Stürzen vorbeugt. Genau diese positiven Ergebnisse ergab eine Studie der Universität Regensburg. Und auch die ‚grauen Zellen‘ werden gefordert: durch die hohe koordinative Anforderung, die das Karate an die Übenden stellt, entsteht ein komplett neues Körpergefühl. Auch das Selbstbewusstsein wird gestärkt, wenn man so viele neue Seiten an sich selbst entdeckt.

Weitere Infos unter:
https://www.karate-bayern.de/karate/was-ist-karate.html

Wer Interesse an unserem Karatetraining hat, oder ein Probetraining mitmachen möchte kann sich gerne mit uns in Verbindung setzen.

Ansprechpartner/Spartenleiter:
H.-G. Weber
Mail-Adresse und/oder auch Mobil-Nr. finden Sie unter:
https://www.mtv-vorsfelde.de/karate/
Open Air Training der Karatesparte des MTV Vorsfelde im Sommer 2021
„Bevor du den Gegner besiegst, musst du dich selbst besiegen!“
Neben dem obligatorischen Karatetraining wurde in den Sommerferien auch intensiv ein sportliches Rahmenprogramm von konditionellen bis hin zu koordinativ anspruchsvollen Einheiten seitens des Trainerteams unter Leitung von Hans-Georg Weber (6. Dan) angeboten.
Motto: Wir werden uns herausfordern um unsere maximale mentale und körperliche Leistung zu erreichen.

Es ist wunderbar zu erfahren, dass der Körper Techniken ausführen kann, die vorher unmöglich erschienen. Durch das konzeptionelle Training entsteht eine bessere Motorik, körperliche Verfassung und eine größere Konzentrationsfähigkeit. Außerdem wird das Selbstvertrauen und –bewusstsein gesteigert.

Die Stimmung unter den Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen, sowie einigen Gästen war auch in diesem Jahr ganz hervorragend. Das Gefühl von starker Zusammengehörigkeit und Freundschaft ist sehr ausgeprägt, man half sich, man schaute, dass es dem anderen gut ging - eine wichtige Sache für das Training und einmal mehr bestätigte sich: die Stimmung im Team ist ausgezeichnet und wird vor allem von Teamgeist und Trainingsfleiß getragen. In den Ferien trainieren alle Gürtelguppen zusammen. Trainingsinhalte sind nicht vorgegeben und variieren dementsprechend.
Unser Motto lautet: Egal wie alt du bist, du wirst nie wieder so jung sein wie jetzt. Trainiere hart und regelmäßig um das Beste aus dieser Tatsache zu machen!
Karate ist für alle Altersgruppen geeignet. Es gibt Menschen die trainieren um fit zu bleiben, aber es gibt auch Menschen die an Wettkämpfen teilnehmen möchten.
Effektive Selbstverteidigung mit Karate
Da wir in unserem Dojo vorwiegend den Selbstverteidigungs- und Fitnessaspekt des Karate betonen, bewegen wir uns hier auf gewohntem Terrain.

Selbstverteidigung mit Karate-Techniken unterscheidet sich deutlich vom sportlichen Karate Wettkampf. Bei der Selbstverteidigung geht es ums nackte Überleben. Ein kurzes Zögern kann über Sieg oder Niederlage entscheiden. Jeder noch so kleine Vorteil muss genutzt werden. Denn ist man „Opfer“, hört die Gefahr leider nicht auf, wenn man wehrlos am Boden liegt.
Alle Karate-Techniken, die im Wettkampf wiederum untersagt sind, sind in der Selbstverteidigung sehr effektiv. Hier kommen Techniken und Strategien zum Einsatz, die mit Sport und Fairness nichts zu tun haben. Allein die Wirksamkeit zählt.

Trainerteam (v.l.): Ragnar, Hendrik, Robin, Hansi, Anna, Harry und Jonas

Kurzinterview mit Bianca Baumgärtner und ihrer Athletin Marrit Ramacher

Zunächst einmal wie ist es als Trainerin, wenn die Sportlerin solch einen Erfolg einfährt und zur WM fahren darf?
Für mich als Trainerin ist es kein Neuland. Bereits 2017,2018 und 2019 war meine Sportlerin Nina Pape bei den Jugendweltmeisterschaften vertreten. Aber natürlich ist es für mich ein tolles Gefühl, dass ich auch eine weitere Turnerin soweit bringen konnte. Nina und Marrit sind sehr unterschiedliche Sportler und auch unterschiedliche Typen, sodass das Training von und mit Marrit in den letzten Jahren ganz anders ablief, als es bei Nina der Fall war. Ich bin unglaublich stolz auf Marrit und sie hat es mehr als verdient, denn sie hat einen bemerkenswerten Willen und höchste Disziplin und hat sich ihren Platz im Turn-Team von Deutschland mehr als verdient.

Wie bewertest Du den Erfolg auch in Hinblick auf die vergangenen eineinhalb Jahre und die Rückkehr in den Präsenzwettkampfsport?
Es war für alle Athleten und auch für mich als Trainerin eine sehr ungewohnte Situation, normalerweise fahren wir fast jedes Wochenende zu Wettkämpfen und können dort unsere Erfahrungen sammeln und auch mental stärker werden. Im Endeffekt war ich aber einfach nur froh und dankbar darüber, dass wir zu mindestens trainieren konnten, denn die Sprünge und Bewegungsabläufe als auch die Sprungkraft wäre bei einem längeren Trainingsausfall nicht mehr aufzuholen gewesen. Wir haben diese Zeit für neue Elemente genutzt, da wir nicht ständig die Wettkampfvorbereitungen und Übungen im Ganzen trainieren musste. Das war ein großer Vorteil. Ich habe im Training auch oft versucht, Wettkampfsituationen zu schaffen, um vor allem Marrit besser vorzubereiten. Die Rückkehr in die Präsenzwettkämpfe lief besser als gedacht. Marrit ist äußerst fokussiert und sehr weit für ihr Alter. Sie hatte in allen Wettkämpfen lediglich einen Übungsabbruch und turnte ihre Wettkämpfe am konstantesten.

Du begleitest Marrit schon lange, wie lange genau? Was sind Marrits Stärken?
Marrit hat 2016 bei mir im Alter von 9 Jahren angefangen, also seit 5 Jahren trainieren wir zusammen. Marrits Talent fiel mir bei ihrer ersten Schnupperstunde auf und ich habe sie direkt in die Leistungsgruppe aufgenommen. 9 Jahre ist eigentlich sehr spät, um mit Deutschlands Spitze mithalten zu können, aber sie hat ein unglaubliches Körpergefühl, was ich in der Form noch nie bei einem Athleten gesehen habe. Sie weiß immer ganz genau was sie machen muss und merkt, wenn etwas falsch und setzt meine Anweisungen im Training immer. Außerdem arbeitet sie an den Dingen, die besser werden müssen, auch wenn es Klimmzüge oder Liegestütze für die Kaderaufnahme sind, die nicht unbedingt Freude bereiten. Sie will bei allen Dingen überzeugen, nicht nur auf dem Trampolin. Sie arbeitet an ihrer Kraft und an ihrer Beweglichkeit jeden Tag genauso hart und mit eiserner Disziplin und zeigt mir jedes Training, was sie Neues geschafft und auch zu Hause trainiert hat. Marrit ist ein Ausnahmetalent und mit Abstand unsere stärkste Athletin. Trotzdem hilft sie beim Nachwuchs und gibt den anderen Tipps. Sie ist total auf dem Boden geblieben und steht nicht gerne im Mittelpunkt, ich kann wirklich mit voller Überzeugung sagen, dass mich dieses Kind jedes Training aufs Neue begeistert und es einfach Spaß macht, sie auf ihrem Weg zu begleiten.

Wie sieht nun die Vorbereitung auf Baku hier vor Ort aus?
Marrit fährt in den Ferien nach Frankfurt zu einem Lehrgang unter der Leitung der Bundestrainerin. Weiterhin trainiert sie 4-mal wöchentlich bei mir und ein 5. mal in Salzgitter am Landesstützpunkt bei ihrem Landestrainer. Wir konzentrieren uns im Training auf die Pflicht und Kür-Übungen und werden noch an Feinheiten und an der Höhe arbeiten. Ihre Übungen bleiben so bestehen, wie sie sie jetzt auch geturnt hat.

Ein Blick zurück sei auch noch gewagt in puncto Genesung, als Corona ausbrach ging Marrit gerade an Gehhilfen. Ist sie nach der Verletzung stärker zurückgekommen als sie vorher war?
Das war eine sehr schwere Zeit für Marrit und mit vielen Tränen verbunden. Insgesamt musste sie 7 Monate pausieren. Sie war aber sehr fleißig und hat in dieser Zeit viel Krafttraining gemacht und ich habe ihr Trainingspläne zusammengestellt, solange es noch nicht auf das Trampolin ging. Zum Zeitpunkt ihrer Verletzung war sie gut in Form, aber die Rückkehr lief besser als erwartet. Marrit war innerhalb von 3 Monaten wieder auf ihrem alten Leistungsstand. Dafür hatte ich eigentlich mindestens 6 Monate eingeplant. Danach konnten wir genau an dem Punkt weitermachen, an dem wir aufgehört hatten. Sie ist bis heute hochmotiviert, immer besser zu werden.

Marrit, was ist für dich das Spannende am Trampolin?
Das Spannendste für mich ist das Gefühl vom Fliegen und die Höhe.

Auf was verzichtest Du alles um Deine sportlichen Ziele zu erreichen?
Ich kann mich wegen des Trainings und der Wettkämpfe nicht so oft mit Freunden treffen und meine Verwandtschaft kann ich auch nicht so oft sehen, weil sie weit von uns weg wohnen.

Wie groß ist die Freude über die Qualifikation zur WM?
ich habe mich sehr gefreut, weil das schon länger ein Traum von mir war.

Mit welchen Erwartungen fährst Du nach Baku?
Ich möchte gute Übungen zeigen und neue Erfahrungen sammeln.

Was kommt bei der WM auf Dich zu? Wie läuft der Wettkampf ab und wann geht es los?
Mitte November gehe ich mit der deutschen Delegation ins Trainingslager nach Frankfurt und von dort aus fliegen wir dann nach Baku. Insgesamt werde ich dann 2 Wochen unterwegs sein. Ich starte für Deutschland in der Altersklasse 15/16 weiblich im Einzel, als auch im Synchron mit meiner Partnerin Bettina Wöll aus München. Im Einzel werde ich eine Pflicht und eine Kür-Übung turnen. Wenn ich das Finale der besten 8 erreiche, turne ich im Finale auch nochmal eine Kür. Im Synchronturnen gibt es keine Pflichtübungen. Dort turnen wir nur Kürübungen und hoffen auf den Finaleinzug der besten 8.

Hast Du ein Ritual vor jedem Wettkampf?
Bevor ich meinen Wettkampf turne, gehe ich meine Übung immer ganz genau Sprung für Sprung in meinem Kopf durch. Und kurz bevor ich auf das Gerät gehe, spanne ich meinen ganzen Körper komplett an.

Tischtennis

„Früh übt sich, was ein Meister werden will“. Dieses Motto hat sich Tischtennis-Spartenleiterin Hellen Niemann zu Herzen genommen. Daher bietet der MTV seit Mai neue Trainingszeiten für die Anfänger (Mädchen und Jungen) beim MTV Vorsfelde an.
Jeweils am Samstag von 10 Uhr bis 11.30 Uhr betreuen die erfahrenen Übungsleiter Frederik Brun, Niklas Beliaev und Hellen Niemann selbst das Training der Anfängergruppe. Bis zu 12 Teilnehmer im Alter von 4 bis 10 Jahre sind derzeit an bis zu 4 Tischen aktiv. Auch Mädchen werden selbstverständlich ins Training der Jüngsten aufgenommen. Das Ziel bei den Kleinen liegt zunächst darin, durch koordinative Übungen mit Hand, Tischtennisschläger und Ball erste positive Bewegungserfahrungen zu sammeln. Neben zahlreichen Lauf- und Spielformen werden erste Ansätze von Tischtennis-Techniktraining (auf Grundniveau) vermittelt. Hellen Niemann beschreibt die Zielsetzung so: „Wir vermitteln spielerisch Kindern den Spaß an Bewegung und versuchen sie auf diese Weise für Tischtennis zu begeistern. Während der Coronazeit mangelte es an Bewegungsangeboten. Das muss unbedingt ausgeglichen werden und dafür stehen wir auch am Samstagmorgen früher auf. Und letztlich können wir durch eine frühzeitige und intensive Schüler- und Jugendarbeit auch spätere Mitglieder für unsere Erwachsenenmannschaften gewinnen.“
Interessierte Kinder können jederzeit am Samstag zu den oben genannten Zeiten dazukommen und mitspielen. Ein Tischtennisschläger wird vom Verein zunächst gestellt, sodass die Kinder nur ihre Sportkleidung benötigen..

Trampolin

Das vergangene Jahr war für uns geprägt von Online-Wettkämpfen und Qualifikationen für den Landes- und Bundeskader sowie für die die Europa- und Weltmeisterschaften. Der Umstieg auf Online-Wettkämpfe war zunächst ungewohnt, aber ermöglichte unseren Turnerinnen weiterhin wettkampforientiert zu trainieren sowie sich mit nationaler und internationaler Konkurrenz zu messen. Gleich drei Mal starteten wir beim internationalen Hessen Cup. Die Ergebnisse konnten sich sehen lassen:

Louisa Redecke 1x Gold
Sophia Redecke 1x Silber
Anna Sauermann 1x Gold, 1x Silber
Marrit Ramacher 2x Gold
Amelie Blaut 1x Gold, 1x Bronze
Nina Pape 1x Silber, 1x Bronze

Beim Online-Wettkampf des Niedersächsischen Turnerbundes schnitten unsere Leistungsturner überragend ab. Mit Konkurrenz aus ganz Niedersachsen holten Emma Schubert, Marrit Ramacher und Nina Pape Gold. Die Silbermedaille sicherten sich Marie Schmidt und Kiana Katzenberger. Bronze ging an Viktoria Krabath.
Nach einer gefühlten Ewigkeit fand der erste Präsenzwettkampf für 29 Turnerinnen aus unserer Turntalentschule und der Leistungsgruppe in Barnstorf statt. Für viele Kinder der Turntalentschule war es Corona bedingt der erste Wettkampf überhaupt. Mit der Bilanz sind wir sehr zufrieden. Bei den Bezirksmeisterschaften im Einzel und in der Mannschaft holten wir insgesamt sieben Mal Gold, acht Mal Silber und vier Mal Bronze. Für unser aktuell größtes Nachwuchstalent Marrit Ramacher ging es in diesem Jahr zudem erstmals um die Qualifikation für die Jugendeuropa- und Jugendweltmeisterschaft. Bei der Qualifikation um die Jugendeuropameisterschaft hat sie tolle Übungen gezeigt. Letztendlich hat es nicht für die Qualifikation gereicht, dennoch konnte sie mit Konkurrenz aus ganz Deutschland mithalten.
Aktuell wird hart für die Qualifikation zur Teilnahme an der Jugendweltmeisterschaft in Azerbaijan dieses Jahr trainiert. Die Quali-Wettkämpfe hierfür folgen noch, wir bleiben sehr zuversichtlich und halten Marrits Teilnahme durchaus für möglich. Sie bewies ihr können bereits im Sommer bei dem Leistungsvoraussetzungstest für den Bundeskader. Hier schnitt sie als beste deutsche Turnerin in ihrer Altersklasse ab und hat somit sehr gute Chancen auf eine Aufnahme in den Bundeskader 2022. Vier weitere Turnerinnen von uns trainieren aktuell für die Aufnahme in den Landeskader Niedersachsens. Darüber hinaus absolviert unsere Abteilungsleiterin Bianca Baumgärtner nebenberuflich aktuell ein Studium zur Nachwuchsleistungstrainerin, um unsere Athleten bestmöglich fördern zu können. Als Abschluss dieses Jahres planen wir im Dezember wieder unser jährliches Weihnachtsturnen und hoffen sehr, dass dieses stattfinden kann.

Der Gesundheitssport im personellen Wandel

Sabine, Du zählst als Urgestein, wie lange bist Du beim MTV und machst den Gesundheitssport beim MTV für Dich aus?
Seit 1999 bin ich Hauptamtlich beim MTV Vorsfelde tätig und seit 2006 bin ich Spartenleiterin des Gesundheitssports. Ich bin gerne unter Menschen und helfe gern. Durch meine Arbeit beim MTV habe ich beides und es macht mich glücklich, wenn unsere Mitglieder mit dem vielfältigen Angebot im GS auch zufrieden sind.

Sabine, am Ende des Jahres endet Deine Zeit, was waren für Dich die prägendsten und schönsten Momente während Deiner letzten Jahre? Was sind Deine Ziele, nachdem Du in den Ruhestand gehst?
Schöne Momente gibt es sehr viele. Sei es, wenn man Mitgliedern bei organisatorischen Fragen helfen kann oder natürlich in den Kursen, wenn die TN nach ein paar Kurseinheiten merken, dass es ihnen durch den Sport besser geht.
Ich bin sehr froh, dass wir durchweg großartige und hochqualifizierte ÜbungsleiterInnen haben. Prägend war für mich schon die Aufgabe vor ca. 7 Jahren, das Angebot „Bewegung und Demenz“ zu organisieren, welches mit sehr viel Arbeit verbunden war - aber es hat sich gelohnt. Nicht zuletzt waren wir sogar im NDR-Fernsehen, um das Angebot vorzustellen. Das zeigt, wie wichtig die Arbeit mit Demenzkranken ist.

Sabine, Du wirst den MTV ja nicht ganz verlassen. Welche schöne Aufgabe bekleidest du, seitdem Dich die Delegiertenversammlung dafür gewählt hat?
Ja, ich bin in den Ehrenrat des MTV Vorsfelde gewählt worden, was mich schon ein wenig stolz macht. Mein größtes Ziel ist es gesund und fit zu bleiben. Natürlich möchte ich auch zukünftig noch ein paar Kurse im GS leiten und dem MTV dadurch treu bleiben. Die Arbeit in den Kursen macht mir sehr viel Spaß. Eine Woche ohne Kurse, kann ich mir noch lange nicht vorstellen. Vielleicht bieten sich noch weitere Möglichkeiten im Bereich Demenz ehrenamtlich tätig zu sein. Da gibt es viel zu tun!
Nebenbei möchte ich noch sehr viel Reisen.

Du übergibst den Gesundheitssport an Vanessa, was kommt auf Vanessa zu?
Auf Vanessa wartet die spannende Aufgabe den GS-Sport mit genauso viel Enthusiasmus und Liebe weiterzuführen, immer eine präsente Ansprechpartnerin zu sein, auf die Bedürfnisse der TN einzugehen und für möglichst alle Anforderungen eine passende Lösung zu finden.

Vanessa, was können alte und neue Mitglieder vom Gesundheitssport erwarten? Vanessa, wie überzeugst Du Skeptiker, die eigentlich Gesundheitssport machen müssten, aber dann doch zweifeln, aktiv zu werden?
Durch unsere Vielfalt an Reha- und Funktionstrainingskursen können wir auf viele einzelne Bedürfnisse der TN eingehen. Der Skeptiker wird sehr bald merken, dass er bei unserem qualifizierten Personal in guten Händen ist und es ihm durch den GS Sport sehr bald besser geht.

Vanessa welche Ziele verfolgst Du mit dem Gesundheitssport?
Mein Ziel ist es, den Maßstab, den Sabine im GS Sport gesetzt hat, weiterhin genauso gut zu halten. Ich freue mich sehr auf meine neue Aufgabe und wenn Menschen wieder aktiv etwas für ihre Gesund tun.

Eure letzten Worte:
Wir wünschen uns sehr, dass die Menschen wieder mit Freude und Antrieb den Weg zu uns ins MTV Center finden.
Vanessa: Ich freue mich sehr auf meine neue Aufgabe und wünsche mir, dass viele Menschen wieder aktiv werden und etwas für ihre Gesundheit tun.
Sabine: Ich freue mich sehr auf meinen neuen Lebensabschnitt und wünsche mir, dass ich für alle Dinge, die ich mir vorgenommen habe, genug Zeit und Muße finde.