

Jahresberichte 2018



MTV Embsen

*Lindenstr. 11
21409 Embsen
04134- 90 66 88*

Wir bewegen Jung und Alt

Einladung

zur

Jahreshauptversammlung

**Mittwoch, den 21. März 2019 um 19.30 Uhr
im Foyer der Friedhelm-Koch-Sporthalle Embsen**

Tagesordnung:

- Top 1: Begrüßung
- Top 2: Feststellung der ordnungsgemäßen Einberufung und der
Beschlussfähigkeit der Mitgliederversammlung
- Top 3: Anträge zur Änderung der Tagesordnung
- Top 4: Genehmigung des Protokolls der JHV 2018 (liegt zur Einsicht aus)
- Top 5: Bericht des Vorstands über das Geschäftsjahr 2018
- Top 6: Bericht des Kassenwartes
- Top 7: Bericht der Kassenprüfer
- Top 8: Entlastung des Vorstands
- Top 9: Berichte der Spartenleitungen (liegen zur Einsicht aus)
- Top 10: Wahlen: 2. Kassenprüfer / in
- Top 11: Satzungsänderungen:
 - Neutralität
 - Zweck, Ziele und Gemeinnützigkeit
 - Datenschutz
- Top 12: Ehrung langjähriger Mitglieder
- Top 13: Beschlussfassung vorliegender Anträge
- Top 14: Verschiedenes

Anträge zur Jahreshauptversammlung sind schriftlich zu stellen und müssen mind. 8 Tage vor der Versammlung bei dem 1. Vorsitzenden Erich Thießen, Steinstr. 3 in 21409 Embsen oder in der Geschäftsstelle, Lindenstr. 11, 21409 Embsen eingegangen sein.

Für den Gesamtvorstand des MTV Embsen

**Erich Thießen
1. Vorsitzender**

**Hans Schöfisch
2. Vorsitzender**

Inhaltsverzeichnis

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2019.....	1
Kinderturnen Kindergartenalter	3
Eltern-Kind-Turnen	3
Kinderturnen Schulkinder	4
Frauenfit	5
Seniorengymnastik	5
Wirbelsäulengymnastik präventiv	6
Walking.....	7
Sportabzeichen	8
Rehabilitationssport	9
Tischtennis	12
Tanzabteilung	13
Pilates	15
Seniorentanz	16
Auf einen Blick	17
100 Jahre Jubiläum	19
Kursprogramm.....	20
Handball.....	21
Kanu	24
Volleyball	25
Badminton	26
Leichtkontaktboxen	27
Kung Fu	28
Vorstand 2018	29
Fasching 2018	30
Laterne 2018	31
Übersicht Kursprogramm Lindenstr	32
Hallenbelegung	33
Eintrittserklärung	35

Kinderturnen & Eltern-Kind-Turnen

Kinderturnen (3 - 6 Jahre)

Dienstag 15.15 – 16.20 Uhr

Am Anfang der Turnstunde setzen wir uns in einem großen Kreis zusammen. Es geht los mit Bewegungen zur Musik oder kleinen Geräten zur spielerischen Erwärmung. Der Hauptteil besteht aus einer Großgerätelandschaft, die zuverlässig von meinem treuen Helferteam (Petra Jakat, Emma Breithaupt und Malin Thielen) aufgebaut wird.

Die Kinder laufen, springen, klettern, hangeln, balancieren und toben dabei über Mattenberge, Abgründe, schmale Stege, Leitern und Ringe. Sie lernen dabei an verschiedenen Stationen auf spielerische Weise turnerische Übungen. Am Ende der Sportstunde kommt noch ein Abschlussspiel und was auch ein „spielerischer Rausschmiss“ ist.

Eltern-Kind-Turnen (10 Monate - 3 Jahre) Dienstag 16.25 – 17.30 Uhr

Zu Beginn jeder unserer Turnstunde wärmen wir uns mit zwei Tanzliedern auf. Danach kommen kleine Fingerspiele und Kleinstgeräte zur Auflockerung der Stunde. Im Hauptteil klettern, krabbeln, kriechen, balancieren, hüpfen, kullern, schaukeln, hängen, rutschen und rollen die Kinder über, unter und durch einen Parcours aus großen Turngeräten. Beim Abbauen helfen alle mit, zum Abschluss kommt noch ein Wettrennen durch die ganze Halle, dieses ist für unsere jüngsten Mitglieder ein riesiger Spaß.

Christiane Kröger



Schulkinderturnen

Montag 16.00 - 17.30 Uhr

Zur Zeit betreuen wir eine sehr harmonische „Truppe“ von - 10 Kindern, die mit uns zur Zeit Geräte wie den Barren, das Minitrampolin und den Bock turnend erobern. Egal welches Gerät aufgebaut ist, sie sind mit Feuereifer und Ehrgeiz dabei um die Übungen möglichst fehlerfrei zu turnen. Vorab gibt es zwecks Ausdauertrainings ein leichtes Lauftraining zum Aufwärmen und ein Spielchen zum Ankommen.

Kleine Spiele am Stundenende sind bei den Kindern gerne gesehen und von den Kindern kommen auch viele Vorschläge für neue Spiele, die wir dann auch gleich in die Tat umsetzen. Nach wie vor ist aber Brennball der große Klassiker.

Grete Wortmann und Christiane Kröger



Frauenfit

Mittwoch 19.00 - 20.00 Uhr

Formgebend
Randvoll mit Inputs
Ausschüttung von Hormonen
Undendlich motivierend
Energievoll
Nostalgisch (Musik)
Fröhlich, fantasievoll
Immer offen für neues
Trinkfest

Hier einige Stimmen von Teilnehmerinnen:

„Ich gehe gerne in Vera's Sportgruppe, weil es nie langweilig ist und ich meine Kondition aufrecht erhalten kann.“

„Mir macht es hier viel Spaß, alle sind nett. Bewegung tut allen gut. Bauch, Beine, Po machen alle Frauen froh.“

„Es herrscht immer eine tolle Atmosphäre, die Damen sind alle nett.“

Unsere Truppe trifft sich immer mittwochs von 19.00 - 20.00 in der Hälfte der kleinen Halle. Die uns zur Verfügung stehenden Sportgeräte, nutzen wir sehr häufig, besonders beliebt sind die Indiakas. Spiele zum Aufwärmen und Spaß haben sind stets Bestandteil der Stunde. Das 3. Mal haben wir an der Weinprobe im Foftein teilgenommen. Den Hin - und Rückweg sind wir jedes Mal gewalkt, somit haben wir unsere Sporteinheit absolviert. Einen Ausflug zur Krokusblüte nach Husum haben 10 Damen unternommen. Sie haben einen netten Tag verbracht. Mal schauen, was dieses Jahr so ansteht.

Vera Lilienthal

Seniorengymnastik

Montag 15.10 – 16.10 Uhr



Die Seniorensportgruppe wurde 1982 von Renate Bellmund gegründet und 25 Jahre von ihr geleitet. Ich habe die Gruppe 2008 übernommen. Die Gruppe umfasste am Jahresende 2018 18 Teilnehmer, darunter 5 Bewohner aus dem Wohnheim der Lebenshilfe. Im Durchschnitt waren ca. 13-16

Teilnehmer anwesend. Die Aufwärmphase beträgt ca. 15 min. Dann folgen gymnastische Übungen zur Kräftigung, Koordination und auch Konzentration. Hier kommen zum Teil Handgeräte, wie Bälle, Thera-Bänder, Stäbe oder Reifen, zum Einsatz. Wie immer gestalte ich die zweite Stundenhälfte mit Gymnastik im Sitzen. Zum Abschluss einer Übungsstunde gibt es gelegentlich Gedächtnisraing, einen leichten Tanz, einen Tanz im Sitzen oder auch mal eine Entspannungsübung. Unseren Jahresabschluss hatten wir mit unserer alljährliche Weihnachtsfeier am 17. 12.18 nach der Gymnastik im Foyer.

Barbara Radtke

Wirbelsäulengymnastik präventiv

Montag 16.15 – 17.30 Uhr

Die Wirbelsäulengruppe wurde 1991 von Renate Bellmund gegründet und bis 2007 geleitet. Ich habe die Gruppe im Sept 2010 von Vera Lilienthal übernommen. In 2018 ist 1 Teilnehmer aus gesundheitlichen Gründen ausgeschieden. Somit umfasste die Wirbelsäulengruppe am Jahresende 14 Teilnehmer.

In der Aufwärmphase, die ca. 15 Min. dauert, mache ich gelegentlich Gedächtnis-training oder ein Spiel. Dann folgen allgemeine Übungen zur Kräftigung und Beweglichkeit. Der Schwerpunkt dieser Stunde liegt auf der Gymnastik auf der Matte zur Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur.

Eine Entspannungsübung, eine Atemübung, eine Körperreise, Progressive Muskelentspannung nach Jakobsen oder eine Phantasiereise, runden jede Übungsstunde ab. Unseren Jahresabschluss mit unserer alljährlichen Weihnachtsfeier fand am 10. Dezember 18 nach der Gymnastik im Vereinsraum statt.

Barbara Radtke

Dienstag 19.00 - 20.15 Uhr

Seit 12 Jahren leite ich diese Gruppe, die ich damals von Renate Bellmund übernommen habe. Nach der Schnatter- und Aufwärmphase werden rückengerecht unsere Übungen mit unterschiedlichen Geräten und Hilfsmitteln wie Bällen, Handtüchern, Reifen usw. ausgeführt. Hierbei werden die Wirbelsäule, aber auch die Bauch-, Bein und Armmuskulatur gekräftigt und mobilisiert. Koordinations- und Gleichgewichtsübungen runden das Programm ab.

An den Übungsstunden nehmen etwa 10 Teilnehmerinnen und Teilnehmer teil.

Grete Wortmann

Walking

– in Variationen und Nordic-Walking -

Dienstag/Donnerstag 18.00 Uhr

Treffpunkt Hallen

Mittwoch 8.30 Uhr

Treffpunkt Koppelweg/Buchenwald

Im Jahr 2018 trafen sich regelmäßig die Walkingteilnehmer, mit unserer ÜL Diana Brötzmann, am Dienstag/ Donnerstag, mit ca. 5 bis 10 TN, vor den Sport-hallen in Embsen.

In den Wintermonaten reduzierte sich die TN – Beteiligung geringfügig, wie auch in den vergangenen Jahren.

Mittwochs waren es meistens 5 bis 8 TN, die regelmäßig ab 8.30 Uhr, Ende Koppelweg / Buchenwald walkten.

Bei den morgendlichen Mittwochswalkern walkten weibliche und männliche TN. Bei den Abendwalkern waren es leider nur weibliche TN.

Wir walkten im Nordic -Walk- oder im klassischen Fitness-Walk-Stil.

Auch wurde wieder das Nordic Walken in Variation angeboten, wobei die Stöcke noch effektiver zum Einsatz gebracht wurden.

Die Walkingdistanzen betrugen zwischen 6 und 7 Kilometer, die wir in einer Zeit von ca. 45 bis 60 Minuten absolvierten, je nach Alter und Fitness.

Ein herzliches Danke !!! an alle Teilnehmer !!!

Ein herzliches Danke !!! dem Vorstand für die gute Zusammenarbeit !!!

Mit sportlichen und freundlichen Grüßen

wünsche ich allen Gesundheit, Freude am Sport und eine gute, sportliche Saison 2019

Eure Diana und Silvia



Sportabzeichen

**Donnerstag 17.30 - 19.00 Uhr
(Mai bis September)**

Abnehmer: Grete Wortmann, Vera Lilienthal, Ronny von Bresinski
(MTV Embsen)
Sandra Rolack, Meike Kahle, Cornelia Binder, Anna Binder
(SV Ilmenau)

Die Sportabzeichenverleihung 2018 der Vereine MTV Embsen, SV Ilmenau und SV Barnstedt fand zum zweiten Mal im Vereinsheim des SVI in Melbeck statt.

Auf dem Sportplatz in Embsen wurde nun schon das 54. Mal die „Olympiade des kleinen Mannes“ durchgeführt, mit insgesamt 4.508 Absolventen in all den Jahren.

Glücklicherweise ist die Zahl der Absolventen endlich wieder gestiegen.

Bei den Erwachsenen von 41 auf 66 und bei der Jugend von 53 auf 83 verliehene Sportabzeichen. Es wurden auch wieder mehr Familiensportabzeichenurkunden überreicht.

Außerdem wurden wieder etliche Minisportabzeichen verliehen.

Bei den Absolventen im Bereich Jugend wurde Savannah Jankowski als Jüngste und Jan Niklas Rolack mit 9 Verleihungen geehrt.

Bei den Erwachsenen sicherte sich, wie in den Vorjahren, Hans Georg von Kowalkowski mit 54 Verleihungen den Rekord und Manfred Kügler als ältester Absolvent.

Bedankt wurde sich bei den vielen helfenden Händen auf dem Sportplatz und bei den Abnehmern für ihr Engagement.

Die neue Abnahmesaison startet am **02. Mai**, wie immer donnerstags von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr, außer in den Ferien und bei schlechtem Wetter, auf dem Sportplatz in Embsen.

Auch Interessierte, die keinem der Vereine angehören, sind herzlich willkommen.



Machen Sie mit!



Grete Wortmann

Reha-Wirbelsäulensport

Stabilisationsgruppe



Reha-Gruppe Wirbelsäule
Montag Gruppe I 9.00 - 10.15 Uhr,
Montag Gruppe II 10.30 - 11.45 Uhr,
Freitag Gruppe III 9.00 - 10.15 Uhr
sowie
Reha-Osteoporose-Gruppe
Dienstag 8.30 - 9.45 Uhr

Die Wirbelsäulen-Gruppe I am Montag besteht nunmehr schon seit über 8 Jahren, nämlich seit Januar 2011, die Gruppe II am Montag seit Juni 2015, die Gruppe III am Freitag besteht seit Mitte Juli 2014 und die Osteoporose-Gruppe besteht seit Juni 2012.

Wir starten wie immer mit einer Übung aus dem Bereich „Brainfitness“. Danach stehen Übungen zur Mobilisierung, Kräftigung, Stabilisation und Dehnung auf dem Programm. Abgerundet wird es noch durch Koordinations- und Gleichgewichtsübungen.

Am Ende der Stunde begeben sich die Teilnehmer auf eine Reise ins Land der Phantasie, die für einige oft viel zu kurz ist.

Bei allen Teilnehmern sind gute Fortschritte zu erkennen. Die Gruppen sind gut zusammengewachsen und neue Teilnehmer werden freundlich von den anderen aufgenommen.

Grete Wortmann



Reha-Wirbelsäulensport

Stabilisationsgruppe

Montag 19.15 - 20.30 Uhr
Mittwoch 17.00 - 18.15 Uhr

Die Teilnehmer/innen der beiden Rehagruppen treffen sich montags um 19:15 Uhr und mittwochs um 17:00 Uhr.

Aktuell sind 16 TN in der Mittwochsgruppe und 13 TN in der Montagsgruppe gelistet.



Schwerpunkte der Stunden sind verschiedene Themenbereiche rund um den Bewegungsapparat, gezielte Übungen für die Körperfazien, aber auch Koordinationsübungen, Körperwahrnehmung, Sturzprophylaxe, neuromuskuläres Training, Brain-Gym, spezielle Dehnübungen, Meridianaktivierung, Übungen aus der Yoga-Therapie, Kinesiologie, Atem- und Entspannungsübungen, Feldenkrais, Pilates, uvm.

Die Übungen werden so gut wie möglich dem Befinden und den individuellen Bedürfnissen der TN angepasst um das Reha-Ziel, in vielen Fällen Schmerzfreiheit, zu erreichen.

Erfreulich ist, dass viele TN Freude an Bewegung und eine Verbesserung der Körperwahrnehmung entwickeln, und die meisten ihren Gruppen treu bleiben, auch wenn einige Krankenkassen leider nicht immer Folgeverordnungen genehmigen.



Ursula Faber

Reha-Wirbelsäulensport

Stabilisationsgruppe

Mittwoch 20.00 - 21.00 Uhr

Viele Vereine des Deutschen Turnerbundes haben mittlerweile Rehasport als gut besuchte Sparte integriert. Hierbei übernehmen die Krankenkassen ca. 50 Kursstunden, die innerhalb von 18 Monaten besucht werden sollen. Dies ist besonders interessant für alle, die sich im Moment nicht fit genug für das reguläre Sportprogramm fühlen. Der Hausarzt kann in dieser Situation nach Verletzungen des Knöchelsystems, LWS/HWS-Syndrome, Osteoporose und in der Krebsnachsorge ganz unproblematisch die Verordnung für Rehabilitationssport verschreiben. Da dies nicht auf das Budget des Arztes angerechnet wird, ist diese Verordnung leicht zu bekommen. Teilnehmer können so zu Bewegung motiviert werden. Die Wirksamkeit von Bewegung und Kräftigung zum Aufbau des Körpers ist mittlerweile durch Studien belegt und auch in den Medien entsprechend vertreten. In Konkurrenz steht der Rehasport in Vereinen mit Physiotherapiepraxen, die extra Sportvereine gründen und ihre Therapeuten in einer verkürzten Ausbildung zu Übungsleitern qualifizieren. Damit gewinnen sie sicher Kunden für Anwendungen und Massagen. Vereine haben hier jedoch den Vorteil, dass sie ein Folgeangebot im Sportprogramm bieten. Grundsätzlich ist es Ziel der Rehasportkurse, Teilnehmer nach

Ablauf der Verordnung zu dauerhaften Mitgliedern des Vereins zu gewinnen.

Die Übungsleiterinnen sind Ursula Faber, Grete Wortmann und Ulrike Salamé. Diese sind begeistert von der Vielfalt der Sportgeräte, die ein abwechslungsreiches Training ermöglichen. Gewichtsmanschetten wäre noch ein Wunsch. Die Stimmung in den Kursen ist hochmotiviert und mit Spaß an (wieder möglicher) Bewegung und ein wenig Dorfchat garniert.

Als Angebot für Berufstätige wurde im November ein Spätabendkurs Mittwoch 20 Uhr für Orthopädie Teilnehmer gestartet. Dieser hat sich innerhalb von 3 Monaten gefüllt. Hier stehen z. Z. nur noch 4 Plätze zur Verfügung, bis die ersten Verordnungen wieder ausgelaufen sind. Die Bezeichnung Wirbelsäulensport sollte gemäß der neuen Übungsleiterzertifikate „Übungsleiter B Rehabilitationssport Profil Orthopädie“ verändert werden. Damit z.B. auch Teilnehmer mit Gelenkerkrankungen oder Unfallfolgen angesprochen werden. Vorschläge: Sport für Wirbelsäule und Gelenke..... Insgesamt gibt es eine steigende Tendenz im Rehabilitationssport.



Ulrike Salamé

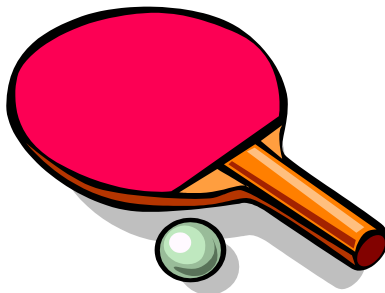
Tischtennis

Mittwoch 20.00 - 22.00 Uhr

Nachdem die Herrenmannschaft in der Saison 2016/2017 als Tabellenerster in die 2. Kreisklasse aufgestiegen ist, konnte die erste Saison in der 2. Kreisklasse als Tabellendritter abgeschlossen werden. Der Abstand zum Ersten und Zweiten betrug dabei nur 1 Punkt. Da die Mannschaft aber nicht in die 1. Kreisklasse aufsteigen wollte, war der 3. Platz ein sehr guter Erfolg. In der Hinserie der Saison 2018/2019 lief es nicht so gut, sodass ein Platz im Mittelfeld erreicht werden konnte.

Im Jahr 2018 konnten wir zwei Spieler und eine Spielerin neu aufnehmen, sodass wie an den Trainingstagen besser besetzt sind. Ein Spieler davon hat den Stamm der Mannschaft ergänzt.

Dieter Schmidt-Russnak



Tanzabteilung

Freitag 6 - 9 Jahre 15.15 - 16.00 Uhr

Freitag 3 - 5 Jahre 16.00 - 16.45 Uhr



Kindertanz:

Wie jedes Jahr war auch die Kindertanztruppe im MTV recht stabil. Ab einem Alter von 2-5 Jahren tummeln sich die Kleinen in verschiedenen Gruppen und lernen sich auf Musik zu bewegen, den Umgang miteinander und das lernen von ersten Schritten. Eine Masse an Temperament, Freude und Bewegungsdrang. Manche möchten nur rumrennen und toben, andere finden das Lernen von kleinen Choreographien ganz toll. Kinder halt.

Und doch haben wir immer noch etwas Platz für neue Interessierte Kinder. Also, falls Euch Eltern über den Weg laufen, die hin und wieder mal eine Pause von ihren Kleinen brauchen.....

Tanz-AG an der IGS Embsen:

Auch 2018 konnte das Projekt „Tanz-AG“ nicht weiter verfolgt werden. Teils aus Interesse der IGS, teils aus gesundheitlichen und teils aus anderen Gründen.

Das Engagement im Bereich Ganztagsprogramm ist darüber hinaus ein sehr heikles Thema und wird von immer mehr Vereinen gemieden. Auf der einen Seite tun wir Trainer den Schulen etwas Gutes, auf der anderen Seite machen wir damit den Verein kaputt. Die Kinder werden den ganzen Tag betreut und bekommen da die gleichen Leistungen, die sie auch im Verein bei uns haben. Und da kommen wir zu dem Problem. Die Eltern sagen sich natürlich (mit Recht): „Wenn mein Kind in der Schule die „Vereinsaktivitäten“ kostenlos bekommt, warum soll ich dann dafür im Verein was bezahlen?“. Ergebnis: Wir Trainer behalten zwar in der Regel unsere ganzen Kinder, der Verein jedoch verliert sie zu großen Teilen. Grund: Eltern melden die Kinder vom Verein ab.

Ein anderes Thema: Das Schul-Klima der IGS. Lehrer, die mit den größeren Schülern nicht fertig werden, Schüler, die den Lehrern Prügel androhen, sie verbal angreifen, größere Schüler, die den Kleineren so Angst machen und dominieren, dass diese gar nicht mehr in die Schule oder zu uns in das Kindertanzen kommen wollen. Einige der kleinen Kinder haben Angst in die Sporthalle zu gehen, da sie auf dem Weg dahin von größeren Schülern „angemacht“ werden. Auch vor der Trainerin wird dabei kein Halt gemacht...

Ob wir 2019 daher dieses Thema noch einmal angehen werden...

Erwachsenentanz:

Unsere Anfänger- und Gesellschaftsgruppen am Sonntag wachsen weiter. Es macht Spaß zu sehen, wie sich alle weiter tänzerisch entwickeln und mittlerweile auch fordern. Den Unterricht müssen wir mit zwei Trainern durchführen, da wir zu unterschiedliche Niveaus haben und keine Möglichkeit für mehr Aufteilung. Es tanzen Anfängerpaare bis zu Paare, die schon von dem Können her in Richtung Breitensport-Wettbewerb gehen, alle in einer Gruppe. Extremist schwierig.

Da wir aufgrund der anderen Sparten und derer Events oft flexibel sein müssen (wir müssen uns ja mit allen anderen Sparten zwei Hallen teilen), tanzen wir mittlerweile in bis zu 4 verschiedenen Hallen und Orte. Unsere Gruppen müssen daher zeitlich wie auch örtlich sehr flexibel sein. Manchmal kommen wir normal zum Training und sehen dann, dass die Halle belegt ist. Dann müssen wir in eine der anderen Hallen fahren oder den Unterricht auf Spätnachmittag oder gar abends verschieben. Zum Glück machen das aber alle Paare ohne zu murren immer mit.

Ebenso besteht weiterhin unsere Leistungs- und Turniergruppen in Standard und Latein, in der fleißig getanzt wird.



Fasching 2018:

Unsere ganze Kinderschar mitsamt den ganzen Familien trafen wir dann auch alle auf unserem traditionellen und mit ca. 100 Kindern gut besuchten Faschingsfeier wieder, bei der unsere Tanzsparte und Mitarbeiter der Tanzakademie maßgeblich das altbewährte Team in der Planung und Durchführung unterstützte. Es waren diesmal etwas weniger Kinder und Erwachsene als im Vorjahr, das tat der guten Stimmung aber kein Abbruch. Es wurde getobt, gespielt, getanzt und gelacht und alle Kinder, Eltern und Helfer hatten auch 2018 wieder richtig Spaß.

Dr. Rainer R. Winter
Spartenleiter "Tanz"
MTV Embsen v. 1919 e.V

Pilates

Dienstag 17.30-18.30 Uhr

18.30-19.30 Uhr

19.30-20.30 Uhr

Das Pilates auch Spaß machen kann, beweisen wir jede Woche auf's neue. Jeden Dienstag ab 17:30 Uhr trainieren wir in drei Kursen unsere stabile Körpermitte. Daneben wird das Gleichgewicht trainiert und auch das eine oder andere Gehirnjogging ist dabei.

Doch im Vordergrund steht eine gute und gestärkte Rumpfmuskulatur, die uns durch den Alltag trägt.

Mit den entsprechenden Pilates-Übungen kräftigen wir unseren Körper und verschaffen ihm dabei aber auch gleichzeitig Länge und Geschmeidigkeit. Manchmal nehmen wir Kleingeräte, wie die Pilates-Rolle oder den Redondo-Ball zur Unterstützung dazu.

Und ganz wichtig ist die Entspannung am Ende. Und für einen entspannten Beckenbogen darf zwischendurch auch gerne mal gelacht werden.

Ivonne Knoblich



Seniorentanz

Donnerstag 15.10 – 16.40 Uhr

Die Seniorentanzgruppe besteht seit 2003.

Tanzen fördert die Koordination, Kondition, Konzentration und die Beweglichkeit.

Seniorentanz ist eine eigenständige Tanzart ohne festen Partner. Die Teilnehmer verzichten hierbei auf schwierige Drehungen und auf Hüpf Schritte, wie sie im Volkstanz üblich sind.

Die Gruppe umfasste am Jahresende 20 Teilnehmer, im Durchschnitt waren 16 Teilnehmer anwesend.

Unser Repertoire besteht aus Block-, Gassen- und Kreistänzen, sowie aus Squares Formationstänzen, Linedance und Rounds.

Den Jahresabschluss gestalteten wir am 20. Dezember 2018 nach dem Tanzen mit unserer Weihnachtsfeier im Foyer.

Barbara Radtke



Auf einen Blick

Badminton

Unter der Leitung von Vera Lilienthal betreibt der MTV seit 30 Jahren eine Badminton Sparte. Diese Sparte nimmt z.Zt. nicht am Punktspielbetrieb teil.

Kontaktadresse:

Vera Lilienthal, Parkstr. 19, 21409 Embsen Telefon: 04134-2130757

Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Handball

Ralf Rüdiger Nowak hat in nunmehr 15 Jahren eine sehr erfolgreiche Handballsparte aufgebaut. In fast jeder Altersgruppe kann beim MTV Handball gespielt werden.

Kontaktadresse:

Ralf Rüdiger Nowak, Papendoren 8, 21409 Embsen Telefon: 04134/7869

Email: Nowak.ralf@mtv-embsen.de

Leichtkontaktboxen / Kung Fu

Ab 2015 neu beim MTV Embsen. Unter der Leitung von Helmut Jung können Kinder/Jugendliche und Erwachsene Leichtkontakt Boxen erlernen. Neu dazugekommen ab 2018 Kung Fu für Kinder/Jugendliche und Erwachsene unter der Leitung von Stefan Görting.

Kontaktadresse:

Geschäftsstelle, Lindenstr. 11, 21409 Embsen Telefon: 04134/90 6688

Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Rehabilitationssport

Seit 2008 kann auch Reha-Sport im Bereich Wirbelsäule durchgeführt werden. Dafür sind wir mit dem PlusPunktGesundheit.DTB ausgezeichnet worden.

Kontaktadresse:

Geschäftsstelle, Lindenstr. 11, 21409 Embsen Telefon: 04134/90 6688

Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Gesundheit

Präventionssport, Walking. Auch in diesem Bereich sind wir mit dem PlusPunktGesundheit.DTB ausgezeichnet worden.

Kontaktadresse:

Grete Wortmann, Papendoren 2, 21409 Embsen Telefon: 04134/90 66 88

Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Turnen

Unter dem Begriff Turnen sind beim MTV mehrere Sportarten zusammengefasst. Die Turnabteilung ist die weitaus größte Abteilung unseres Vereins. Etwa 420 Turner sind in den Bereichen Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen, Seniorenturnen, Fitnessgymnastik, Pilates, Stepp-Aerobic, Kindertanz und Seniorentanz aktiv.

Kontaktadresse:

Barbara Radtke, Moortalsheide 281, 21406 Melbeck Telefon: 04134-9097219
Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Volleyball

Die Volleyballsparte hat sich in den letzten Jahren enorm vergrößert. In allen Altersbereichen betreiben 120 Sportler Volleyball auf Kreis- und Bezirksebene.

Kontaktadresse:

Waldemar Milberger, Im Westerfelde 2c, 21391 Reppenstedt Telefon: 0171/7446753
Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

Outdoor - Sportarten

- Walking mit Silvia Niesler
- Sportabzeichen unter der Leitung von Grete Wortmann (in Kooperation mit dem SV Ilmenau, SV Barnstedt)
- Kanu fahren auf der Ilmenau mit Helmut Wedemann und Christian Logemann



Tanzsport

Erst im Jahr 2010 gegründet und somit eine unsere jüngsten Abteilungen, dennoch erlangt das Tanzen immer mehr an Beliebtheit. Anfänger und Fortgeschrittenen Gruppen tanzen an verschiedenen Orten, auch außerhalb von Embsen. Es wird an Wettkämpfen teilgenommen oder einfach nur als Freizeitsport getanzt.

Kontaktadresse:

Rainer Winter, Telefon: 0178-5834942
Email: geschaeftsstelle@mtv-embsen.de

SAVE THE DATE

24.August 2019

10:00 Uhr Empfang

12:00 Uhr Mach Turnen zum Vergnügen

Probier Dich aus – Mitmachen erwünscht

20:00 Uhr Party

das Mega Tanz Vergnügen – mit DJ Kai

Dazu brauchen wir viele fleißige Hände.

Bist Du dabei? Bitte in der Geschäftsstelle melden 04134 -99 66 88



Kursprogramm



Im Jahr 2018 sind die Kurse gut angenommen worden. Nicht alle konnten stattfinden, wie sie geplant waren.

Die Klassiker wie Qi Gong und Yoga liefen hervorragend. Und haben sogar Wartelisten.

Es haben 6 Qi Gong Kurse, 8 Yoga Kurse und leider nur 1 Workshop Bauchtanz stattgefunden.

Zwei Erste-Hilfe-Kurse für Erwachsene und ein Erste-Hilfe-Kurs für Kinder in Zusammenarbeit mit dem ASB konnten ebenfalls gestartet werden.

Insgesamt haben 150 Teilnehmer in 196 Stunden und 18 Kursen teilgenommen.

Durch regelmäßige Berichterstattung auf Homepage und SG Blatt spricht es sich langsam rum, dass in Embsen nicht nur Wert auf gute Ballsportarten gelegt wird, sondern auch ein super Angebot im Bereich Gesundheitsvorsorge angeboten wird.

Ich bin immer auf der Suche nach neuen Angeboten. Wenn Ihr jemanden kennt, der einen Kurs anbieten möchte, kann sich gerne bei mir melden.

Petra Jühlke-Thielen

Handball

Die Handballabteilung umfasst z.Zt., lt. Mitgliederliste der Abteilung, 151 Mitglieder, davon 33 Jugendliche. Entspricht einem Zugang von 7 Mitgliedern. Am laufenden Spielbetrieb nehmen 6 Mannschaften teil, abgelaufene Serie 6 Mannschaften. 7 Übungsleiter, davon 3 mit Übungsleiterschein. 10 Schiedsrichter mit Lizenz. Der Handballförderverein stellte 2018 seinen Vereinsbus der Handballabteilung kostenlos zur Verfügung.

Erfolge:

Frauen: Landesliga 3. Platz
Männer I: Verbandsliga 14. Platz und Abstieg in die Landesliga
Männer II: Regionsliga Meister und Aufstieg in die Regionsoberliga
Männer III: Regionsklasse 2 Meister (Verlustpunktfrei) und Aufstieg in die Regionsklasse 1
Gem. Jugend: Regionsoberliga 5. Platz

Aktuelle Spielserie:

Frauen: Landesliga 3. Platz
Männer I: Landesliga 2. Platz
Männer II: Regionsoberliga 11. Platz
Männer III: Regionsklasse 1 1. Platz
w Jugend D: 4. Platz (Stand 19.02.2019)

Veranstaltungen:

- Teilnahme an diversen Handballturnieren
- Saisonabschlussfeiern mit Fans der Landesliga Damen und Landesliga Männer, sowie der Regionsklasse Männer.

Geplante Veranstaltungen 2019:

- Besuch von diversen Handballturnieren

Für die Handballabteilung des MTV Embsen ist es weiterhin unmöglich, die entsprechenden Mannschaften im Juniorenbereich zusammen zu bekommen. So konnten wir für die Saison 18/19 außer der weibl. Jugend D (JMSG mit Eyendorf und Gellersen) und den Minis keine Jugendmannschaft mehr melden. Weiter spielen einige männliche Jugendspieler als Gastspieler beim MTV Eyendorf.

Die Spieler sind weiter Mitglied im MTV Embsen und werden jeden Montag von Helmut Sartisohn mit dem Vereinsbus nach Eyendorf zum Training gefahren. Dafür herzlichen Dank von der Handballabteilung.

Handballjugend

Erfreulich ist, dass Astrid Kaps sich weiterhin mit Unterstützung von Nele Jakat um die Mini-Abteilung sowie um die JMSG WD mit Eyendorf kümmert. Astrid fährt weiterhin 1x pro Woche mit den Embsener Kindern nach Eyendorf und trainiert dort zusammen mit einem Eyendorfer Trainer die Mannschaft.

Wir haben zurzeit 2 weibliche Jugendmannschaften, die am Spielbetrieb teilnehmen. Diese Mannschaften sind Spielgemeinschaften, bestehend aus dem MTV Embsen, MTV Eyendorf und TSV Gellersen.

In der D-Jugend (JG 2006 +2007) spielen 5 Mädchen aus Embsen mit und in der E-Jugend (JG 2008+2009) sind es 4 Mädchen. Des Weiteren spielen 5 Jungen als Gastspieler beim MTV Eyendorf.

Weiterhing gibt es unsere Minis (JG 2010+2011): dort nehmen 17 Kinder an Turnieren teil; und die Superminis (JG 2012 und jünger): dort nehmen 9 Kinder an Turnieren teil.

Senioren

Überraschend gut sieht es im Seniorenbereich aus. Nachdem die **Damenmannschaft** im letzten Jahr 3. in der Landesliga wurde, sollte in diesem Jahr der 3.- 5. Platz auch möglich sein.

Unser neuer Trainer Volker Schäfer leistet hier eine hervorragende Arbeit.



Durch den Abstieg aus der Verbandsliga spielt unsere

1. Männermannschaft wieder in der Landesliga. Torsten Doberass erwartet einen Platz zwischen 2-4.

Mit dem Zuschauerzuspruch ist die Handballabteilung sehr zufrieden. Bei den Damen haben wir im Durchschnitt 40 zahlende Besucher, bei den Männern 60 Besucher. Den stärksten Besuch hatten wir beim Punktspiel der Frauen gegen den HV Lüneburg mit über 200. Wir würden uns natürlich über weiteren Zuspruch zur Unterstützung unserer Mannschaften freuen.

Die **2. Männermannschaft** steht nach der Meisterschaft 2018 in der Regionalliga und dem Aufstieg in die Regionsoberliga auf einem Abstiegsplatz. Trainer Kai Kröger versucht alles um den Abstieg zu verhindern. Leider wird er uns zum Saisonende verlassen.

Zur Saison 2017/18 meldeten wir erstmals eine **3. Männermannschaft**. Hier spielen ehemalige Landesligaspieler mit Freizeithandballern, ehemaligen Handballern und Anfängern zusammen. Nach dem Aufstieg 2018 in die Regionsklasse 1 wird die Mannschaft am Saisonende wohl den nächsten Aufstieg in die Regionalliga feiern. Weiter steht die Mannschaft auch im Finale des Handballregionpokal. Harald Kätker (ehemaliger Landesligaspieler) kümmert sich um die Truppe und macht das weiter sehr gut.

Bei den Minis/Superminis trainieren zur Zeit 25 Kinder der Jahrgänge 2009 – 2012, die auch erfolgreich an Turnieren teilnehmen. Astrid Kaps und Nele Jakat kümmern sich liebevoll um die Kleinen.

Ein besonderer Dank geht auch an Schiedsrichterwart Kevin Kortz-Bruns (Spieler 2. Herren) sowie sämtlichen Schiedsrichter des MTV Embsen.

Bedanken möchte sich die Handballabteilung beim Vorstand des MTV Embsen für die gute Zusammenarbeit im zurückliegenden Jahr und beim Förderverein Handballfreunde Embsen sowie bei allen Sponsoren für die vorgenommenen Unterstützungen.

Ralf-Rüdiger Nowak
Handballabteilungsleiter

Kanu

**Freitag ab 17.00 Uhr
(April bis Oktober)**

Am 28. April ging es freitags um 17:00 Uhr wieder los.

Das anfängliche Hochwasser hatte sich schnell aufgelöst und ist später in Niedrigwasser umgeschlagen. Die umgestürzten Bäume aus 2017 konnten wegen der nassen Böden erst ab Frühjahr 2018 vom Wasserwirtschaftsverband nach und nach beseitigt werden. Das führte auf der Ilmenau zu einigen Behinderungen und brachte uns auch ungeplante Tourenänderungen.

Einen Samstag haben wir in einer Gemeinschaftsaktion die Boote gereinigt, ausgebessert und auch ein neuer Anstrich war fällig, s. Fotos.

Am 24.10. mussten die Boote, auf Grund von Erdbauarbeiten auf dem Sportplatz Melbeck, wieder in das Winterlager.

Bedanken möchten wir uns bei Frau Hagelberg für die Möglichkeit die Boote unterzustellen und bei Grete und Lars Wortmann für die Spende zweier neuer Schwimmwesten. Als neues Mitglied in der Kanuabteilung begrüßen wir Paul Zobel, ausgeschieden ist Jörg-Holger Otte.

Wer Interesse hat kann gerne mal eine „Schnuppertour“ mitfahren, Paddel und auch Schwimmwesten sind vorhanden. Schwimmkenntnisse sind erforderlich.

Anmeldung bitte bei:

Christian Logemann, Tel.: 04134/906941

Helmut Wedemann, Tel.: 04134/8804



Volleyball

Der MTV Embsen hat weiterhin eine solide Volleyballabteilung. Angeführt wird diese von der 1. Herren, die in der Bezirksliga spielen. Trainiert wird die Mannschaft von Viktor Schwindt. Des Weiteren hat der MTV Embsen drei Mixmannschaften, bei denen vor allem der Spaß im Vordergrund steht. Die Ü40 trainiert montags und wird von Susanne Schmidt-Russnak betreut. Am Freitag um 19 Uhr trainiert die zweite Mixmannschaft, zu der Frauen und Männer im Alter von 15-60 Jahren angehören. Die dritte Mixmannschaft trainiert weiterhin sonntags und bildet zusammen mit der zweiten Mixmannschaft ein Team, welches seit der Saison 14/15 in der Hobbymix-Liga angemeldet ist. Betreut werden beide Mixmannschaften von Artur Weber, der auch unsere Jüngsten trainiert. Unsere weibliche U14 trainiert freitags und hat schon reichlich Spielpraxis gesammelt, da sie an einigen Freundschaftsspielen und Turnieren teilgenommen haben. Was dem MTV Embsen jedoch immer noch fehlt ist eine Damen-Mannschaft, um die Volleyballabteilung zu komplettieren.

Waldemar Milberger



Badminton

Montag 17.30 - 19.00 Uhr

Kinder und Jugend

Montag 19.00 - 20.30 Uhr

Erwachsene



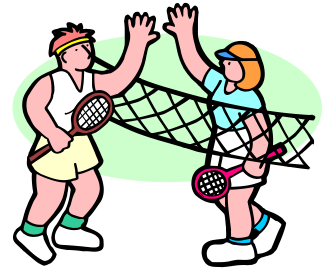
Im Jahr 2018 wenig verändert. Auf der Spartenversammlung kurz vor Weihnachten wurden die Funktionäre in ihren Ämtern bestätigt:

- Vera Lilienthal als Spartenleiterin und Übungsleiterin für die Kinder und Jugendlichen, sowie für die Erwachsenen
- Margina Mekelburg als Übungsleiterhelfer bei den Kinder und Jugendlichen
- Markus Kohlke als Aushilfe
- Margina Mekelburg ist neuer Spielbetriebswart

Wir konnten unsere Jugendsparte stabilisieren. Wir haben ca. 20 Kinder die regelmäßig am Training teilnehmen.

Nachdem die Erwachsenenpartei zuletzt an Mitgliedern verloren hat, starteten wir einen Presseaufruf, der gute Resonanzen zeigt.

Wir haben derzeit ca. 35 aktive Spieler, die regelmäßig am Training teilnehmen.



Aktivitäten in 2018

Erneute Teilnahme an der Hobbyliga 2017/2018. Die Hobbyliga-Saison 2018/2019 läuft aktuell. Weiterhin hatten wir kleinere Feierlichkeiten wie Sommerabschluß und Weihnachtsfeier.

Margina Mekelburg

Light-Contact Boxing



Mittwoch 16.15 – 18.00 Uhr
Kinder

Mittwoch 18.00 – 19.15 Uhr
Erwachsene

Light-Contact Boxing ist eine neue Variante des olympischen Boxens:
Der Unterschied und unser Anspruch ist, dass in den Kämpfen stets der oder die „Bessere“ gewinnt - und nicht der oder die "Stärkere".
Der Deutsche Boxverband führt unsere eigenständige Boxvariante seit 2016 unter dem Namen Leichtkontaktboxen als offiziellen Breitensport, als "Boxtraining für alle".



Die gesündeste Art, modern zu boxen!

Gesund heißt: harte Schläge sind verboten und werden mit Strafpunkten belegt. Es darf nur touchiert werden (wie das etwa bei Karate oder Light-Contact Kickboxen zu den Bedingungen gehört. Beim Light Contact Boxing gibt es daher auch keine K.O.-Entscheidungen.

Modern ist unser LC-Boxen, weil Frauen und Männer sowie Mädchen und Jungen miteinander kämpfen dürfen: die Einteilung erfolgt nicht nach Gewicht, sondern nach Größenklassen (in ca. 10cm-Größenschritten). Auch das lästige "Gewichtmachen" für einen Kampf in Form von Zu- oder Abnehmen entfällt komplett. Zudem gibt keine Altersbegrenzung: Ob 10 oder 50 und älter - jeder kann diese Art des Boxens noch gut erlernen, trainieren und sogar öffentlich boxen.



Genug der Worte: Komm in Bewegung, probiere dich bei uns aus und wir lernen uns kennen: "Ring frei!"

Helmut Jung

Trainer LC-Boxing und Light-Contact Kickboxing

Kung Fu

Montag 17.30 – 19.00 Uhr

Jugendliche / Erwachsene

Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr

Kinder

Donnerstag 20.30 – 22.00 Uhr

Jugendliche / Erwachsene

Kung-Fu (*gong fu* - 功夫) bedeutet Zeit, Mühe, harte Arbeit oder Kraft, die zum Erlernen einer besonderen Fähigkeit eingesetzt wird. Kung Fu ist erst im Februar 2018 gestartet und daher eine sehr junge Sparte im Verein. Schnell haben sich drei Gruppen gebildet. Dreimal wöchentlich findet Training im klassischen vietnamesischen Kung Fu statt. Montags von 17.30-19.00 Uhr ist es meist eine kleine Gruppe von 3-6 Teilnehmern (variiert) in der Altersgruppe von 13-45 Jahren, sowohl männlich als auch weiblich. Dienstags findet von 18.00-19.00 Uhr ein Training für Kinder statt mit zur Zeit 12 aktiven Teilnehmern zwischen 6 und 10 Jahren. Donnerstags findet das Training von 20.30-22.00 statt mit einer gemischten Gruppe von bis zu 12 Teilnehmern (variiert) wiederum zwischen 13-45 Jahren statt. In der Kindergruppe befinden sich deutlich mehr weibliche als männliche Teilnehmer, in der Jugend- und Erwachsenenengruppe besteht ein Verhältnis von 1:3 zugunsten der männlichen Teilnehmer. Trainiert wird klassisches Kung Fu, Kraft- und Ausdauertraining, Selbstverteidigung und auch die inneren Kampfkünste (Tai Chi).



Stefan Görting

Der Vorstand 2018



Die Jahreshauptversammlung des MTV Embsen verlief wie immer ruhig und harmonisch. Der Höhepunkt auf der Tagesordnung waren die Neuwahlen. Nach dem detaillierten und aufschlussreichen Kassenbericht von Petra Jühlke-Thielen und dem Bericht der Kassenprüfer, wurde der Vorstand von der Versammlung entlastet. Sodass Neuwahlen nichts entgegenstand.

Einstimmig wurde der bisherige Vorstand wiedergewählt. Der bewährte Vorstand bestehend aus Erich Thießen (1. Vorsitz), Hans Schöfisch (2. Vorsitz), Petra Jühlke-Thielen (Kassenwart) und Jan Dau (Sportwart) steht im nächsten Jahr einer großen Herausforderung entgegen. Der MTV Embsen feiert sein 100 jähriges Bestehen. Ebenso haben sich die Spartenleiter wie folgt wiederwählen lassen: Ralf-Rüdiger Nowak (Handball), Grete Wortmann (Gesundheit), Vera Lilienthal (Badminton), Barbara Radtke (Turnen), Rainer Winter (Tanzen), Waldemar Milberger (Volleyball) und Helmut Wedemann (Kanu). Für die Tischtennis Abteilung konnte nun auch ein Spartenleiter gefunden werden. Dieter Schmidt-Russnak stellt sich zur Verfügung. Als Ansprechperson für die jungen Gruppen Boxen und Kung Fu wird Helmut Jung kommissarisch eingesetzt.

Zum neuen 2. Kassenprüfer wurde Margina Mekelburg gewählt. Ihr zur Seite steht Vera Lilienthal, die im nächsten Jahr nochmals die Kasse prüfen darf.

Fasching 2018

Das war eine riesen Sause: Fasching feiern beim MTV Embsen. 120 Kinder und deren Eltern oder Großeltern fanden den Weg in die kleine Turnhalle. Nicht nur die Kinder waren wieder einfallsreich verkleidet, auch viele Erwachsenen haben es sich nicht nehmen lassen „unerkannt“ zu bleiben. Viele Helfer aus unserem Verein zauberten einen traumhaften Nachmittag für die Kinder und deren Begleitungen. Wie schon in der Vergangenheit heizte DJ Peter den Kinder heftig ein. Die Stimmung war am brodeln.



Tanzen, Toben, Spiele und jede Menge Spaß

Mit leuchtenden Augen tanzten und tobten unsere Kleinen im Alter von 0 bis 10 Jahren durch die Halle. Viele versuchten sich an der "Schaumkuss-Wurfmaschine". Nur wer richtig getroffen hat, bekam einen Schaumkuss zugeworfen. Getroffen wurde fast immer, das Fangen war das Problem. Einige ver-

wandelten sich selbst in einen Schaumkuss. Attraktion war natürlich die Seifenblasenmaschine. Die herunterfallenden Seifenblasen wurden mit großem Elan gefangen. Mit ein bisschen Nachhilfe konnten auch die Luftballons aus dem Tuch befreit werden. Als Abschluss fand das traditionelle „Bergsteigen“ statt. Von schwindelnden Höhen sprangen dann alle mutig herunter um anschließend ihre Belohnung zu erhalten, wie in jedem Jahr eine leckere Brezel.

Brezelspende Bäckerei Kruse Barnstedt

Der Dank gilt nicht nur den unzähligen Helfern aus unserem Verein, ohne die die ganze Veranstaltung nicht funktioniert hätte. Viele Kinder erfordern viele Helfer und Aufpasser. Jung und Alt engagierte sich. Auch unserem fleißigen Brezelspender „Bäckerei Kruse“ gilt ein großer Dank. Ohne die traditionellen Brezeln aus Barnstedt wäre die Abschluss-Bergbesteigung nur halb so schön.

Kaffee, Waffelteig und Kuchenspenden

Ebenso möchten wir den Eltern danken, die Kuchen, und Kaffee satt gestiftet haben und sich auch hinter die Theke gestellt haben, um ihre Leckereien zu verkaufen und immer wieder zu verschwinden, um Geschirr, Gläser und Besteck zu spülen. Unser Kuchen wurde nur noch von den selbst gebackenen Waffeln getoppt. Die Damen arbeiteten im Akkord. Ruck zuck waren alle Schüsseln leer.

„Ich geh mit meiner Laterne“



Höhepunkt im Vereinsleben ist nach wie vor der Laternenumzug des MTV Embsen. Am Freitag, 26.10.2018, diesmal war uns der Wettergott nicht gerade gnädig gestimmt. Leider hatten wir das Pech echt norddeutsches Schietwetter zu genießen. Dennoch hat es die Besucher nicht abgehalten den Umzug zu starten. Um 18.30 Uhr fanden ca. 250 große und kleine Besucher den Weg zu den Turnhallen, dort war Start und Ziel des Umzuges. Unter der Begleitung des Jugendspielmannszuges der Gemeinde Melbeck wurde auf Embsens Straßen gesungen und getanzt. Ein Platzkonzert rundet den Umzug ab. Zum Abschluss gab es für die fleißigen kleinen Mitläufer eine Belohnung für das Durchhalten.

Geschichten vorlesen mit Iris

Nach dem Umzug konnten sich die Besucher noch bei Punsch und Bratwurst stärken. Der Waffelgeruch lockte Groß und Klein in das Foyer der Halle. Für die Kleinen war ein Vorleseraum eingerichtet. Iris Eberhard las spannende und packende Geschichten vor.

Hüpfburg mit Mareike

In der Sporthalle gab es unter Aufsicht von Mareike Thielen, die beliebte Hüpfburg für unsere Kleinsten. Einmal sich noch mal so richtig nach Herzenslust austoben war hier das Motto.



Fleißige Helfer und freudige Spender

Vielen Dank an die Helfer, die unermüdlich an der Planung und Durchführung mitgeholfen haben. Vielen Dank an die Jugendfeuerwehr Embsen, die uns den Weg mit Fackeln leuchteten. Vielen Dank an den Jugendspielmannszug der Gemeinde Melbeck für die professionelle Begleitung des Umzuges. Schon zur Tradition geworden, versorgten uns die Grillmeister der Freiwilligen Feuerwehr Embsen mit Bratwurst und Pommes. Auch großes Dankeschön geht an die Sparkasse Lüneburg für die finanzielle Unterstützung unseres Umzuges.

Im Namen der zufriedenen und glücklichen Kinder vielen, vielen Dank an Euch alle. Zufriedene, müde aber leuchtende Augen traten die Heimreise an.

Kursprogramm Lindenstraße 11			Stand: 26.02.19	
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00-10:15	8:30-9:45	9:30-10:45	8:45 - 9:45	9:00-10:15
Reha Wirbelsäulen- sport Grete Wortmann	Reha Schwerpunkt Osteoporose Grete Wortmann	Beckenboden- schule Juliette Peters	Fit & Gesund Ivonne Knoblich	Reha Wirbelsäulen- sport Grete Wortmann
10:30-11:45	10:00-11:30	11:00-12:15	10:00-11:15	10:30-11:30
Reha Wirbelsäulen- sport Grete Wortmann	Qi Gong Christine Mönkemann		Yoga Ursula Faber	Kopfsport Training für die Gehirnzellen Cornelia Sensenhauser
15:30-17.00	15:00-16:00	14:00-15:15	18:00-19:30	17:30-18.30
		Reha Krebs- nachsorge Renate Martens		
17.45 - 19.00	17:30-18:30	17:00-18:15	18:00-19:30	
ab 08/2018 Reha Wirbelsäulen- sport	Pilates Ivonne Knoblich	Reha Wirbelsäulen- sport Ursula Faber	Qi Gong Christine Mönkemann	
19:15-20:30	18:30-19:30	18:30 - 19:45	19:45-21:15	19:00-20:30
Reha Wirbelsäulen- sport Ursula Faber	Pilates Ivonne Knoblich	Yoga mit Vorkenntnissen Ursula Faber	Qi Gong Christine Mönkemann	Bauchtanz Tanja Rose
20:30-22:00	19:30-20:30	20:00-21:15	21:15-22:00	20:30-22:00
	Pilates Ivonne Knoblich	Reha Wirbelsäulen- Sport Ulrike Salamé		

Kleine Sporthalle			Stand 26.02.19	
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:10-16:10	15:15-16:20	14:30-15:30	15:10-16:40	15:15-16:00
Seniorenturnen ÜL: Barbara Radtke	Kinderturnen Kindergartenalter ÜL: Christiane Kröger	Schul AG	Seniorentanzen ÜL: Barbara Radtke	Tanzen Youngsters 6 - 9 Jahre ÜL: Jaek / Winter
16:15-17:30	16:25-17:30	16:15 -18:00		16:00-16:45
Wirbelsäulen- gymnastik ÜL: Barbara Radtke	Eltern-Kind Turnen ÜL: Christiane Kröger	Leichtkontakt Boxen ab 3. Klasse ÜL: Helmut Jung		Tanzzwerg 3 - 5 Jahre ÜL: Jaek / Winter
17:30-19:00	18:00-19:00	18:00-19:15	17:00 – 19:00	17:30-18:30
Kung Fu Jugendliche Erwachsene ÜL: Stefan Görting	Kung Fu Ab 6 Jahre ÜL: Stefan Görting	Leichtkontakt Boxen Erwachsene ÜL: Helmut Jung	Badminton Erwachsene ÜL: Vera Lilienthal	Stepaerobic ÜL: Schmidt- Rusnak
19:00-20:00	19:00-20:15	19:00-20:00	19:00 – 20:30	18:00-20:00
Fitness- gymnastik ÜL: Schmidt- Rusnak	Wirbelsäulen- gymnastik ÜL: Grete Wortmann	Fitness- gymnastik ÜL: Vera Lilienthal	Handball Hobby Damen ÜL: Kaps / Malec	Tischtennis Fortgeschrittene ÜL: n.n.
20:15-22:00	20:15-22:00	20:00-22:00	20:30-22:00	20:00-22:00
Volleyball Freizeitgruppe ÜL: Schmidt- Rusnak	Handball ÜL: Martin Schoppe	Tischtennis Senioren ÜL: n.n.	Kung Fu Erwachsene Stefan Görting	Tischtennis Senioren ÜL: n.n.

Friedhelm-Koch-Sporthalle			Stand:	26.02.19
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
15:15-15:30	14:30-15:30	15:00-16:00	15:00-16:00	15:15-16:00
Schul AG	Schul AG		Schul AG	Fußball SV Ilmenau
16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:30	16:00-17:00	16:00-17:30
Schulkinderturnen ab 1. Schuljahr ÜL: Grete Wortmann	Handball männliche C ÜL: n.n.	Fußball SV Ilmenau	Handball Super Minis 5 – 7 Jahre ÜL: Astrid Kaps	Fußball SV Ilmenau
17:30-19:00	17:30-19:30	17:30-19:00	17:00 – 18:30	17:30-19:00
Badminton Kinder ÜL: Vera Lilienthal	Handball weibliche B ÜL: n.n.	Handball wE Jugend ÜL: Astrid Kaps	Handball Minis 8 – 9 Jahre ÜL: Astrid Kaps	Volleyball weibliche U16 (12-16 Jahre) ÜL: Artur Weber
19:00-20:30	18:30-20:15	19:00-20:30	18:30 – 20:15	19:00-20:30
Badminton Erwachsene ÜL: Vera Lilienthal	Handball Damen I ÜL: Volker Schäfer	Handball Herren III ÜL: Harald Kätker	Handball Herren I ÜL: Torsten Doberass	Volleyball Mixed I ÜL: Dittmann / Weber
20:30-22:00	20:15-22:00	20:30-22:00	20:15 - 22:00	20:30-22:00
Handball Herren II ÜL: Kay Kröger	Handball Herren I ÜL: Torsten Doberass	Handball Herren II ÜL: Kay Kröger	Handball Damen I ÜL: Volker Schäfer	Volleyball Herren ÜL: Viktor Schwindt

MTV "Deutsche Eiche" Embsen von 1919 e.V.

Geschäftsstelle: Lindenstrasse 11 - 21409 Embsen / Tel.: 04134-90 66 88 / geschaeftsstelle@mtv-embesen.de



Hiermit beantrage ich die Mitgliedschaft im Sportverein MTV "Deutsche Eiche" Embsen. Die Satzung und Ordnungen des MTV "Deutsche Eiche" Embsen e.V. sind mir bekannt (*) und ich erkenne diese für den Zeitraum meiner Mitgliedschaft an.

Angaben zur Person: (Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen)		Mitglieds-Nr.:	
Name		Geburtsdatum	
Vorname		Telefon	
Geburtsname		Mobiltelefon	
PLZ / Wohnort		eMail	
Strasse		Eintrittsdatum	

In nachfolgenden Sparten möchte ich sportlich aktiv werden: (Bitte ankreuzen)		
☐ Badminton	☐ Kanu	☐ Tischtennis
☐ Fitness-/Rückengymn.	☐ Kinderturnen	☐ Volleyball
☐ Handball	☐ Kindertanzen	☐ Walking
☐ Leichtkontakt Boxen	☐ Seniorenturnen	☐ Tanzen
☐ Stepaerobic	☐ Eltern/Kind-Turnen	☐ Sonstiges:

Mitgliedsbeiträge: (Aufnahmegebühr = Ein Monatsbeitrag)			
Unbefristet (pro Monat)		Kurzmitgliedschaften	
☐ 6,50 € Kinder	☐	3 Monate	6 Monate
☐ 12,50 € Erwachsener	☐	☐ 31,50 € Kinder	☐ 54,00 € Kinder
☐ 20,00 € Familie **	☐	☐ 58,50 € Erwachsene	☐ 99,00 € Erwachsene
☐ 7,50 € Student / Azubi ***	☐	☐ 84,00 € Familie **	☐ 150,00 € Familie **
☐ 3,00 € Passiv	☐	☐ 43,50 € Student / Azubi ***	☐ 75,00 € Student / Azubi ***

SEPA-Lastschrift-Mandat		☒ Einmalige Zahlungen	☒ Wiederkehrende Zahlungen
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE10ZZZ00000320665		Mandatsreferenz: MTV-	
Ich ermächtige den MTV Embsen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom MTV Embsen auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.			
Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belastenden Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.			
Bank/Sparkasse		BIC: _____	
		IBAN: DE _____	
Ort / Datum		Unterschrift Kontoinhaber X	

Die Abbuchungen erfolgen zum 01.01. + 01.04. + 01.07. + 01.10. des jeweiligen Jahres.

Antrag Unterschrift	
Ort / Datum	Unterschrift Antragssteller X
Ort / Datum	Unterschrift Erziehungsberechtigter X
Die gesetzlichen Vertreter haften für die Beitragsrückstände minderjähriger Mitglieder.	

* Die Satzung und Ordnungen können außerdem heruntergeladen werden von: <http://www.mtv-embesen.de/downloads.php>

** Bitte füllen Sie für jedes Familienmitglied einen separaten Antrag aus und heften Sie diese zusammen.

*** Studenten- oder Auszubildendenbeitrag nur gegen Vorlage einer gültigen Bescheinigung.

A:\Daten\Excel\MTV Embsen\Druckvorlagen\MTV\Eintritt 2019-1.xls

Einwilligung in die Datenverarbeitung
Die Informationspflichten gemäß Artikel 13 und 14 DSGVO habe ich gelesen und zur Kenntnis genommen.
(Homepage: [www.mtv-embesen.de/downloads/Informationspflichten DSGVO](http://www.mtv-embesen.de/downloads/Informationspflichten_DSGVO)). Mir ist bekannt, dass die Einwilligung in die Datenverarbeitung freiwillig erfolgt und jederzeit durch mich ganz oder teilweise mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden kann. Ich bin damit einverstanden, dass meine Kontaktdaten zu Vereinszwecken durch den MTV Embsen genutzt werden dürfen.

X

Ort, Datum

Unterschrift (bei minderjährigen Mitgliedern: Unterschrift der gesetzlichen Vertreter)