Heesseler Sportverein von 1973 e.V.

Thomas Deicke und Wolfgang Sauer

## Ohne sie läuft nichts!
### Die guten Seelen unserer Anlage

# HSV - ECHO

Nr. 56 / September 2015

# Sportfest

## Samstag, 12. September 2015 &
## Sonntag, 13. September 2015

Samstag: 14.00 Uhr: Niedersachsenliga A-Junioren HSV gegen Eintracht Braunschweig
16.00 Uhr: Landesliga 1. Herren HSV gegen TUS Sulingen
Herbstzauber mit Tanz im Kerzenschein, DJ & Cocktails ab 21:00 Uhr
mit Karaokeevent

Sonntag: Luftballonweitflugwettbewerb
**Spektakuläre Dorfparade mit diversen Gefährten oder laufend durch das Dorf um 11:11 Uhr mit dem Fanfarencorps „Die Wikinger“, mit anschl. Konzert**
**Erbsensuppe von „Suppen-Fred“**

Kaffee & Kuchen, Eiswagen,
Vorführungen Radball um 14:00 Uhr
Mitmach-Aktion der Sparten ab 14:30 Uhr
Mitmach-Aktion „Bogenschießen“
und andere Aktionen
Kinderspiele ohne Grenzen
Kinderschminken
Hüpfburg
Tennis mit Tennisclub Grün-Gelb

## Gutes Leben

Was ein gutes Leben ist, das muss jeder für sich selbst entscheiden. Darüber lässt sich nichts Verallgemeinerbares sagen. Wirklich nicht? Als mein Großvater im Sterben lag und gefragt wurde, was er in seinem Leben anders machen würde, wenn er es noch einmal leben könnte, meinte er: Nicht viel. Aber er hätte nicht mehr so viel Angst. Diese Aussage ist erstaunlich verallgemeinerbar: Sich weniger gesorgt und mehr um die Freunde gekümmert zu haben ist ein Wunsch, den viele Menschen rückblickend für ihr Leben haben. Angst haben aber ist eine Weise der Weltbeziehung. Welche Alternativen gibt es? Wir sind für unsere Lebensqualität selbst verantwortlich.

Gut leben in unserem Verein, das tun wir Mitglieder. Die Übungsleiterinnen und Übungsleiter denken sich immer wieder neue Angebote aus, um uns Mitglieder bei Laune zu halten. Das tun sie sehr engagiert und mit Freude. Fortbildungen werden regelmäßig besucht und die Ergebnisse gleich in die einzelnen Stunden eingebaut. So ist es möglich, dass keine Stunde der anderen gleicht und keine Langeweile aufkommt.

Gut leben in Burgdorf, das ist auch der Name eines Infotages im StadtHaus Burgdorf, bei dem es um die Lebensqualität in unserer Stadt geht. Unser Verein wird sich dort präsentieren. Denn auch wenn eine Vereinszugehörigkeit aus der Mode gekommen scheint, gibt mir der Verein Halt und ein sportliches Zuhause, eine Gemeinschaft und Freundschaften. Ich weiß, dass das bei vielen anderen auch so ist und so hoffe ich, dass wir weiter wachsen und die Heesseler Familie größer wird. Ein Stück Lebensqualität ist für mich der Verein, die ich immer dann empfinde, wenn ich die wunderbar gepflegte Anlage unseres Vereins betrete.

Vom guten Leben ist derzeit oft die Rede. Es klingt nach Livemusik und Spaß. Keine Sorgen. Was genau das ist, muss jeder für sich entscheiden. „Gut“ ist nicht einfach ein harmloses, Gefallen signalisierendes Adjektiv, „gut“ ist eine moralische Kategorie. Wer mit dieser hantiert, sollte sich bewusst sein, was er tut. Einen bestimmten Lebensstil als gut zu bezeichnen, erhebt ihn automatisch über andere.

Möge jeder für sich sein gutes Leben finden. Das wünsche ich für jeden Einzelnen.

Imke

**Impressum**

| | |
|---|---|
| HERAUSGEBER | Heesseler SV e.V. |
| PRESSERECHTLICHE VERANTWORTUNG | M. Winkelmann |
| REDAKTION | Imke Fronia<br>H. Hartmann<br>M. Winkelmann |
| DRUCK | Cewe-Print |
| ANZEIGEN | K.-U. Wächter<br>AUTOCOM |
| ERSCHEINUNGSWEISE | 3 x jährlich |


## HSV - AKTUELL

| | |
|---|---|
| **Sportfest:** | **12. / 13. September 2015** |
| **Redaktionsschluss nächstes Echo:** | **25. Oktober 2015** |
| **Dorfball:** | **7. November 2015** |
| **Weihnachtsfeier Trainer/Betreuer:** | **27. November 2015** |

# Willkommen im Verein

## Integration der Flüchtlinge wird gelebt

Lange geredet haben wir nicht. Überlegungen gab es auch nur in Bezug auf Satzungsfragen. Um Flüchtlingen den Einstieg in den Sportverein zu erleichtern, haben viele ÜbungsleiterInnen der Sparten an einem verregneten Frühlingstag ein buntes Sportprogramm in der vereinseigenen Halle angeboten. Zusammen mit unserem Kooperationspartner, dem Burgdorfer Mehrgenerationenhaus, kamen viele von den Burgdorfer Flüchtlingen in die Halle und betrieben, angespornt von einem Lächeln, gemeinsam mit Mitgliedern des Vereins Sport. Taten statt Worte. Und um mangelnde Emphatie brauchten wir uns keine Sorgen machen.

Auch wenn die Aufnahme von Flüchtlingen eine der derzeit wichtigsten Aufgaben in der Politik ist, sehen wir es als eine unserer wichtigsten Aufgaben, für einen ersten Kontakt mit den Übungsleitern zu sorgen, um den Zugang in die einzelnen, bestehenden Gruppen zu erleichtern. Diese Idee, Miteinander nicht Nebeneinander, ging voll auf. Mitlerweile fanden auch nach dem Auftakttag viele Flüchtlinge ihren Weg in die Gruppen.

„Sport hat die Kraft, Menschen auch über kulturelle Unterschiede hinweg zusammenzubringen und so den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken. Er fördert die Begegnung, schafft Verständigung und baut wechselseitige Vorurteile im gemeinsamen Erleben ab“, sagt die Staatsministerin bei der Bundeskanzlerin Aydan Özoguz, die Beauftragte der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration.

Dieser Meinung schließt sich unser Verein an und so freuten wir uns auch, als beim Pfingstturnier unser 1. Vorsitzender Rüdiger Zach und unser Spartenleiter Fußball, Wilfried Schattschneider, einen Scheck in Höhe von 500,00 Euro der Aegidius-Braun-Stiftung durch den NFV-Vertreter Herrn Wacker entgegen nehmen dürfen. Dieses Geld ist für Mitgliedsbeiträge der Flüchtlinge bestimmt.

# DANKE für Engagement

## Kathrin und Gerd Wadewitz

Katrin Wadewitz (Sportplatzkassiererin) und ihr Mann Gerd (Ordnungsdienst) sind bereits seit vielen Jahren ehrenamtlich für den HSV im Einsatz.

Der HSV sagt an dieser Stelle einfach mal: **DANKE**





# Pfingstturnier

## Buntes Getummel, viele Erfolge

Bei schönstem Wetter, wenn auch stürmisch, tummelten sich die G, F, E, D und C-Mannschaften verschiedener Vereine auf unserem Gelände. Familie Sauer vom Vereinsheim übernahm die Bewirtung mit Eis und den beliebten Pommes mit Bratwurst und Schinkengriller.

Im Minutentakt gab es Tore und gewonnen haben alle Beteiligten. Viele Familien waren vor Ort und auch Picknickdecken wurden auf der Wiese verteilt. Manne Sturm hatte alle Spiele im Griff und wenn auch manche Kinder enttäuscht waren, weil sie nicht gewannen, gab es im Anschluss für jedes Kind eine Medaille.

**ÖFFNUNGSZEITEN**
Stadtwerke Burgdorf

Montag und Mittwoch
9 bis 15 Uhr

Dienstag und Donnerstag
9 bis 17 Uhr

Freitag
9 bis 12 Uhr

Telefon 05136-9714-0
Fax 05136-9714-100

Email
info@stadtwerke-burgdorf.de

STADTWERKE BURGDORF
Wir sorgen für Sie.

Wir sorgen für Energie

Sie haben Fragen zu Ihrer Abrechnung, Ihrem Vertrag, zu Produkten, Preisen oder zum Energiesparen? Genia Stenzel, Carolin Pasemann und Marcel Maluck sind Ihre Ansprechpartner, wenn Sie in Burgdorf Strom, Gas oder Wasser beziehen. Telefon: 05136 9714-0, E-Mail: info@stadtwerke-burgdorf.de

www.stadtwerke-burgdorf.de

STADTWERKE BURGDORF

# Jahreshauptversammlung

## ein mehrheitliches „Grün“ stimmt für den Zusammenschluss

Ein volles Vereinsheim, bewegte Gespräche und Abstimmungskarten in grün/rot ließen erahnen, dass es eine nicht ganz übliche Jahreshauptversammlung für uns werden würde.

Burgdorfs Bürgermeister Alfred Baxmann brachte es auf den Punkt: „Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus!“ In seinem Grußwort bedankte er sich, bei dieser „historischen Stunde“ dabei sein zu dürfen und machte unmissverständlich klar, „was hier passiert, ist eine gute Sache!“.

Bereits am Vorabend hatte die TSV auf ihrer Jahreshauptversammlung gezeigt, wohin die Reise gehen könnte. Auch der 1. Vorsitzende Rüdiger Zach würdigte den Mut des HSV, sich „immer eine Menge getraut zu haben, ohne dabei die Bodenhaftung zu verlieren“. Er machte bereits in seiner Rede am Vorabend als Gast bei der TSV klar, dass er „bereit ist, gemeinsam etwas Neues zu schaffen, um Oberliganiveau zu erreichen und im Stadion wieder attraktive Spiele zu bieten.“
Natürlich gibt es bis zur Umsetzung noch Fragen, die geklärt werden müssen.

Der neue Verein muss die Tradition der TSV genau so wiederspiegeln wie die Lebendigkeit des HSV. „Doch man muss erkennen, es gibt mehr Möglichkeiten, nicht weniger“, so Zach. „Die Anforderungen an Vereine, ob personell oder finanziell, sind gestiegen. Daher wird es nötig, über neue Formen von Kooperationen nachzudenken, um sportliche Infrastrukturen optimal nutzen zu können“, ergänzte Baxmann.
Zur Abstimmung wurde es in den Räumlichkeiten noch einmal etwas voller. Denn die 1. Herren, die bis dahin noch im Training waren, kamen mit dazu. Mit nur einer Gegenstimme zeigte der HSV, genau wie die TSV am Vortag, sein deutliches Votum für einen gemeinsamen Verein. Rüdiger Zach war nicht verwundert, dass gerade die jungen Spieler von den Herren dafür stimmen: „Die Spieler haben die Qualität und auch den Tatendrang, auf eine höhere Leistungsebene zu steigen.“

Ansonsten würde man beim HSV weiterhin auf sein Erfolgskonzept von „Spitze und Breite“ setzen. Dafür garantieren die Spartenleiter sowie der neu gewählte Vorstand. Weiterhin als Vorsitzender im Amt ist Rüdiger Zach, der sein „Team“ leidenschaftlich vorstellte und dafür plädierte, „nur mit diesen fähigen und motivierten Partnern weiterhin als Vorsitzender antreten zu wollen“. Und somit wurde Heiko Hartmann wieder sein Stellvertreter, Lutz Klinkmann bleibt 1. Kassenwart, Les Blanchard bleibt Sportwart, Michael Winkelmann bleibt weiterhin für die Presse als Ansprechpartner und Imke Fronia im erweiterten Vorstand. Als 2. Finanzwart agiert Rolf- Peter Schmidtmann, als Controller Horst Schulz und als 1. Mitgliedswart Andreas Kanth sowie Uwe Hartwich als 2. Mitgliedswart. Neu im Team sind Birgit Wilz als Jugendwartin und Stephan Tingler als Schriftwart.

Die Spartenleiter präsentierten ihre kurzen Jahresberichte. Wie gehabt, waren Fitness und natürlich Fußball weiterhin die Sportarten mit dem meisten Zulauf. Doch auch die neu gegründete Leichtathletikgruppe

für Kinder entwickelt sich gut und die Einradgruppe verzeichnet große Erfolge.

Die jüngsten HSV-Mitglieder können gerade krabbeln und der älteste ist bereits 85 Jahre und im Fitnessbereich aktiv. „Bei uns kann man von der Wiege bis zur Bahre trainieren“, fasst Rüdiger Zach schmunzelnd zusammen. *(Dana Noll, Marktspiegel)*

# Aus dem Vorstand verabschiedet

## Norman Busch & Dirk Böttcher

Danke an die ausscheidenden Vorstandsmitglieder Dirk Böttcher & Norman Busch, die viele Jahre im Vorstand mitgearbeitet haben.

Beide erhielten als Dankeschön durch den 1. Vorsitzenden Rüdiger Zach eine Fußball-Dauerkarte geschenkt.





# Vorstand stellt sich vor

## Grün-Weiß Burgdorf-Heeßel ist gegründet

Walter Eckhoff, Helmut Eysser, Heiko Nebel, Rüdiger Zach, Markus Wzietek und Lutz Klinkmann zeichnen verantwortlich für die Geschicke des neuen Fußballvereins in Burgdorf und Heeßel.

Und so läuft die Fusion: In der Fußballsaison 2015/2016 bleiben die TSV Burgdorf und der Heesseler SV noch selbstständig, es gibt lediglich eine Kooperationsvereinbarung. „Und in den Derbys geht es ohne Absprachen mit Schmackes zur Sache“, sagt Heeßels Clubchef Rüdiger Zach.

HSV: Umzug ins TSV-Stadion bereits 2015/16

Bereits in der neuen Saison wird die erste Mannschaft des Heesseler SV ihre Punktspiele in der Landesliga nicht mehr in Heeßel, sondern in Burgdorf im TSV-Stadion austragen. „Das ist praktisch die Verlobung“, sagt Heeßels Pressesprecher Michael Winkelmann, „erst in der Saison darauf kommt dann die Ehe.“

Zur Saison 2016/17 wird der Herrenbereich des HSV und der TSV und eine Jugendmannschaft ausgegliedert werden.

# Vereinsheim

## Marianne, Franziska, Wolle und Philipp Sauer

Seit Anfang des Jahres weht ein anderer Wind im Vereinsheim. Familie Sauer sorgt für eine großartige Verköstigung und für gute Laune.

In schöner und naturnaher Umgebung, direkt an den Sportplätzen gelegen, freuen sie sich auf zahlreiche Besucher. Auf der Terrasse findet sich ein schönes Plätzchen zum Verweilen, ein kaltes, frisch gezapftes Pils und eine leckere Bratwurst - und das alles zu moderaten Preisen. An kälteren Tagen geht es in die Innenräume, die frisch renoviert in neuem Glanz einladen. Ob nun ein Cappuccino oder ein Glas Wein - Gespräche sind in ruhiger Atmosphäre möglich. Und auch die gesamte rauchfreie Umgebung machten die Veränderung aus.

Außerdem kann man alle Bundesligaspiele live, Konferenz auf zwei Bildschirmen und andere Fußballspiele via Sky gemeinsam anschauen. Das gesamte Vereinsheim kann für die eigene Feier oder Veranstaltung gebucht werden.

Die Öffnungszeiten, Catering und Service können nach vorheriger Absprache den Wünschen einzelner Gruppen oder Sparten angepasst werden.

*Kontakt Vereinsheim:*

Familie Sauer
Dorfstraße 44
31303 Burgdorf
Telefon (0 51 36) 8 35 45
eMail: Vereinsheim@heesseler-sv.de

# Wir gratulieren

## 80 Jahre

Ursula Kunert
Erwin Sacher

## 75 Jahre

Elfriede Schultz
Harry Neumann

## 70 Jahre

Günter Tempelmann
Burghard Schwoll
Hans-Jürgen Jetten
Bärbel Brings

## 65 Jahre

Peter Anders
Hans-Joachim Speith

## 60 Jahre

Gabriele Gruber

## 50 Jahre

Ralf Schwung
Holger Wißmer

## Jubiläum

40

Kirsten Schultz
Günter Sölter
Franz Kronimus

25

Kai-Uwe Wächter
Detlef Oppermann
Josef Diekmann
Stefan Bittner
Alexander Eysser

hagebau

Willkommen in Burgdorf

hagebau

BIENVENUE WELCOME VÄLKOMMEN WILLKOMMEN BENVENUTO BIENVENIDO WELKOM

HEESSELER SPORTVEREIN HSV 1973

*bei uns im Verein!*

Siyar Agirmann
Hasan Alabas
Lilith Albert
Mirja Altdörfer
Larina Asshauer
Henri Barysch
Nastja Beimler
Lilly Bens
Karl-Heinz Borgwardt
Justus Brandes
Marie Buchholz
Tilmann Budde
Nele Busch
Yilmaz Dag
Liam Deicke
Dejan Demir
Pierre Denter
Leonie Dietl
Naltor Dragusha
Martin Eckert
Heinz-Dieter Eggers
Nico Engelke
Klara Fehling
Maja Franzkowiak
Neo Lucas Freund
David Frommelt
Mats Hugo Gehring
Annika Geisler
Alexandar Gellert
Fabienne Hagemann
Mats Hanekopf
Norbert Hardt
Jarno Hartmann
Mina Hartmann
Wolfgang Heidefuß
Sabine Hein
Björn Hellmund
Nala Maleen Herbold
Charlotte Hoffmann
Alexander Julian Holz
Robin Holzapfel
Elisabeth Israel
Anton Jesche
Finn Kieselbach
Elias-Nikita Klatt
Jonas Köneke
Hans-Dieter Kremer
Amelie Kunze
Connor Lohrfink
Sarah Lorenc
Werner Lutterloh
Manfred Mackel
Marvin Maczuga
Jon Maison
Fabrice Moderlak
Maleen Moses
Anna Mühlhausen
Alexandra Neiß
Ingeborg Neubeck
Josephine Penther
Carla-Marie Pernice
Rolf-Dieter Peter
Jan Peters
Lina Philipp
Amelie Pirsch
Ines Post
Johann Rheinhardt
André Ritter
Theresa Ruben
Stefan Rujanski
Marvin Sauerland
Arnas Saulys
Philipp Schappet
Robin Schmezko
Niklas Schöning
Friedrich Schumacher
Charlotte Sichart
Noah Laurin Skrobek
Aaron Stein
Katharina Thalemann
Vivian Thieleking
Niklas Leif Thienel
Melia Tolun
Lya Coleen Töteberg
Phuong Thanh Van
Lisa Wachsmuth
Benedikt Wiese
Theodor Windolph
Erik Winkelmann
Fritz Maximilian Woick
Bela Zetzsch
Mareike Zimmermann

# Willkommen im Mannschaftsbus!

www.regiobus.de

*Vereinsreisen mit der RegioBus.*

Unsere modernen Busse bringen Ihr Team sicher und komfortabel nicht nur zu Veranstaltungen und Turnieren: Wählen Sie aus unserer Vielzahl an individuellen Reiseangeboten (Tagesfahrten, Vereinstouren, Kurzreisen oder Städtetrips) das Passende für Sie und Ihr Team. Schon steht Ihrer Auswärtsfahrt nichts mehr im Weg!

**Reise-Infos erhalten Sie hier:**
RegioBus Hannover GmbH
Georgstraße 54
30159 Hannover
Tel. (FreeCall) 0800-4183000
www.regiobus.de/reisen

RegioBusReisen

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

# Platzwarte/Hausmeister

## ohne sie läuft nichts...

Jeder von uns nimmt die gepflegte Anlage unseres Vereins wahr - ob bewusst oder unbewusst. Große grüne Flächen, deren gepflegtes Äußeres als Einladung für alle Besucher und Besucherinnen der Anlage als erstes ins Auge springen und dafür sorgen, dass unser Ansehen bei den Gastvereinen hoch ist, denn die Anlage ist schön.

Thomas Deicke, Wolfgang Sauer und Kalle Zaton sind unsere Platzwarte. Ihre Arbeit wird hoch geschätzt. Sie sind mit der Erhaltung und Pflege unserer Halle und Plätze reichlich und viele Stunden beschäftigt - und das tun sie aus Überzeugung und teilweise im ehrenamtlichen Einsatz. Bezahlen kann der Verein diese Pflege in dem Stundenumfang sicher nicht. Aber würdigen. Sie pflegen die Rasenflächen, bewässern und mähen diese in regelmäßigen Abständen, halten Kabinen, Sporthalle und Vereinsheim instand. Bei ihrer Arbeit teilen sie ihre handwerklichen Kräfte und ihr Wissen ein und koordinieren die Arbeiten von Auftragsunternehmen. Auch Bäume und Sträucher werden durch sie gepflegt.Hin und wieder weisen sie Parkplätze zu, organisieren das Reinigungspersonal für die Sanitäranlagen und achten darauf, dass diese immer sauber und hygienisch sind.

Unersetzlich für den Verein.
Unersetzlich für jedes aktive Mitglied.

Umso ärgerlicher, dass wenn schon Termine für Arbeitsstunden für die Mitglieder angeboten werden, diese eher durch Abals denn durch Anwesenheit glänzen. So bleibt noch mehr Arbeit bei den Platzwarten. Und auch Arbeitsstunden zur Hallenreinigung sind durch den Hallenausschuss fast immer im Alleingang durchgeführt worden und die Nutzer der eigenen Sporthalle sind den Terminen nicht anwesend.

Vielleicht können alle Mitglieder mit dafür Sorge tragen, die Arbeit unseres Teams entsprechend zu würdigen und dann zu unterstützen, wenn dieses angefragt wird.

Es ist eben nicht so selbstverständlich, dass sie einen Großteil der Arbeiten ohne Mitglieder erledigen, die die Flächen und die Sporthalle nutzen.

Wir sagen Euch jedenfalls DANKE für die großartige Arbeit rund um die Anlage.

# Abschied bei den 1. Herren

## Spartenleitung dankt für viele Jahre Einsatz

…die Spartenleitung verabschiedete folgende Spieler, die aus beruflichen Gründen eine Pause einlegen oder den Verein verlassen. Der jahrelange Co-Trainer, Armin Peithmann, tritt aus gesundheitlichen Gründen etwas kürzer.

Der HSV sagt allen für Ihr Engagement vielen, vielen Dank.

*auf dem Foto von links:*

*Thomas Deicke, Julian Rackl, Christoph Baumann, Armin Peithmann. Nick Poelmeyer, Fabian Hellberg und Wilfried Schattschneider*

hagebau

Fussball ist wie Schach. Nur ohne Würfel.

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

Ihr Fachmann für umweltbewußtes Heizen
Sanitär- und Heizungsbau
Thomas Nuhn
Gas- und Wasserinstallationsmeister in Burgdorf
82091
Heisterkampsweg 20 · 31303 Burgdorf
Fax (0 51 36) 89 52 52

# 1. Herren

## mit Jung und Alt ans sportliche Ziel

Die 1. Herren des Heesseler SV setzt auch in dieser Saison wieder einmal auf eine gute Mischung zwischen erfahrenen Spielern und frischem Wind aus der eigenen Jugend.

„Es hat uns in der vergangenen Saison auch an Routine gefehlt, um den Aufstieg zu schaffen“, erklärt Trainer Niklas Mohs, der mit neuen, erfahrenen Spielern in dieser Saison genau dies erreichen möchte: Routine.
Verpflichtet wurden der 33-jährige Yilmaz Dag (RSE) und der 26-jährige Patrick Schuder (HSC). Ebenfalls neu im Kader sind Marvin Maczuga (23, FC Lehrte) und Aleksandar Gellert (24, TSV Pattensen). Aus der eigenen Jugend wird die Mannschaft von Serhat Ediz, Rezzan Bilmez, Sahin Caran und Henrik Franke erweitert. „Wir sind für die kommende Saison ganz gut aufgestellt“, berichtet Mohs.

Wo die Reise allerdings hingehen soll, ist dem 44-jährigen Trainer nicht zu entlocken. „Wir wollen nach den vergangenen beiden Jahren wieder oben mitspielen. Mir ist es wichtig, dass unsere Spieler etwas lernen, sich weiterentwickeln und ihre eigenen sportlichen Ziele verwirklichen, das ist besonders für meine jungen Spieler wichtig. Wenn wir dann noch als Mannschaft harmonieren ist vieles machbar.“

Die Vorbereitungen für eine sportlich erfolgreiche Saison sind bereits gestartet. So trainieren die 25 Sportler seit dem 28. Juni fast täglich, um ihre Ziele zu erreichen.

Neben regulären Trainingseinheiten, die gemeinsam mit dem neuen Co-Trainer Simon Kirsch geleitet werden, gab es bereits 7 Laufeinheiten mit dem ehemaligen Spieler und heutigen Marathonläufer Christian Wiese. „Die Jungs sind nach Christians Einheiten ziemlich kaputt, aber wer etwas erreichen will, muss hart arbeiten.“ Und das macht die Mannschaft des Heesseler SV, mal schauen, wo die Reise in dieser Saison hinführt.

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

Autoteile DÖRNER
KFZ-Ersatzteile - KFZ-Pflegemittel - Fachmännische Beratung
Schillerslager Straße 20/21 - 31303 Burgdorf
Telefon (05136) 25 88 - Telefax (05136) 58 81
Email Hartmut@Autoteile-Doerner.de
www.Autoteile-Doerner.de

Bauspar- und Finanzierungskaufmann
Versicherungsfachmann
**Jörg Fechner**
Bezirksleiter

**LBS-Beratungszentrum**
Marktstraße 41/Eingang Minnenstraße
31303 Burgdorf
Telefon: 05136 89160
Mobil: 0162 1647580
E-Mail: joerg.fechner@lbs-nord.de

**Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.**
Wir. **In der LBS Nord.**



baumgarten büromarkt
BÜRORING
Baumgarten Büromarkt - Vor dem Celler Tor 97 - 31303 Burgdorf - 05136-88370 - Fax: 05136-883759 - shop@baumgarten-bueromarkt.de

Bei uns finden Sie alles für Ihr Büro!
Seit vielen Jahren sind wir ein Garant für Service und Stabiliät in unserer Stadt.

Gerne begrüßen wir Sie bei uns im Geschäft,
aber auch über unseren Onlineshop stehen wir Ihnen zur Verfügung.

Vom Bleistift bis zur Aktentasche,
vom Heft bis zum kompletten Schulranzen. Alles was Sie für Ihre Arbeit
oder Ihre Kinder für die Schule brauchen, finden Sie in unserem umfangreichen
Sortiment mit jedem namenhaften Markenhersteller, aber auch mit Alternativen.

Wir sind Ihr zuverlässiger Servicepartner, wenn es um EDV-Zubehör,
Büroausstattung und Schulbedarf geht. Bei uns bekommen Sie alle Büroartikel
oder wir beschaffen Ihre gewünschten Artikel in kurzer Zeit.

Unser geschultes Serviceteam berät Sie freundlich und kompetent vor Ort.

Parken können Sie bequem auf dem Parkplatz neben dem Geschäft.

**Baumgarten - Büromarkt**
**Vor dem Celler Tor 97, 31303 Burgdorf**
**Telefon (0 51 36) 88 37 20**

# 2. Herren

## wittert Außenseiterchancen

Nach dem 7. Platz in der letzten Saison, in der wir mit Abstiegskampf und Aufstiegsrennen nichts zu tun hatten, wurde bei der 2. Herrenmannschaft vom Heesseler SV ein personeller Umbruch eingeleitet.

Besonders schmerzhaft ist der Abgang unseres besten Torschützen. Jan Henties erzielte 14 Tore und trug maßgeblich zu unserer Positionierung bei. Außerdem verließen uns Martin Drießlein und Sven Rathmann in Richtung Alte Herren von Heeßel. Der langjährige Torwart der 3. und 2. Herren Christian Bösch wechselte zur Reserve von Engensen. Zusätzlich verließ uns Yannic Knabenschuh aufgrund seines Studienwechsels nach Braunschweig. Sascha Walther ging schon in der Winterpause zurück zu seinem alten Verein SSV Havelwinkel Warnau. Julian Thrien (verletzungsbedingt) und Steffen Tietze (private Gründe) verließen uns ebenfalls in der Winterpause.

Auf der anderen Seite bekommen wir in dieser Saison mit Torben Mokwa (zuletzt TSV Katensen), Dogan Toprak (TSV Burgdorf), André Ritter (SC Lohnde 96) und Yannick Bauer (zuletzt SV Ramlingen/Ehlershausen) gutes Personal dazu. Zusätzlich tritt Marius Gogol aus beruflichen Gründen in der 1. Herren kürzer und wird dadurch häufiger zur Verfügung stehen. An weiteren Verpflichtungen wird intensiv gearbeitet. Weiterhin hoffen wir auf eine gute Zusammenarbeit mit der A-Jugend und 1. Herren des Vereins.

Zur anstehenden Saison erhoffen wir uns nach intensiver Vorbereitung ein besseres Abschneiden als im Vorjahr. Wenn die Verletzungssorgen ausbleiben und die Truppe zusammengehalten wird, dann kann die junge Mannschaft von dem Trainerduo Denis Strauch und Julian Schmidtmann für eine Überraschung sorgen.

Die Saison 2015/16 beginnt am 23. August um 15 Uhr mit einem Heimspiel gegen den FSC Bolzum-Wehmingen.

*Sascha Trauthwein und Julius Bielmann*

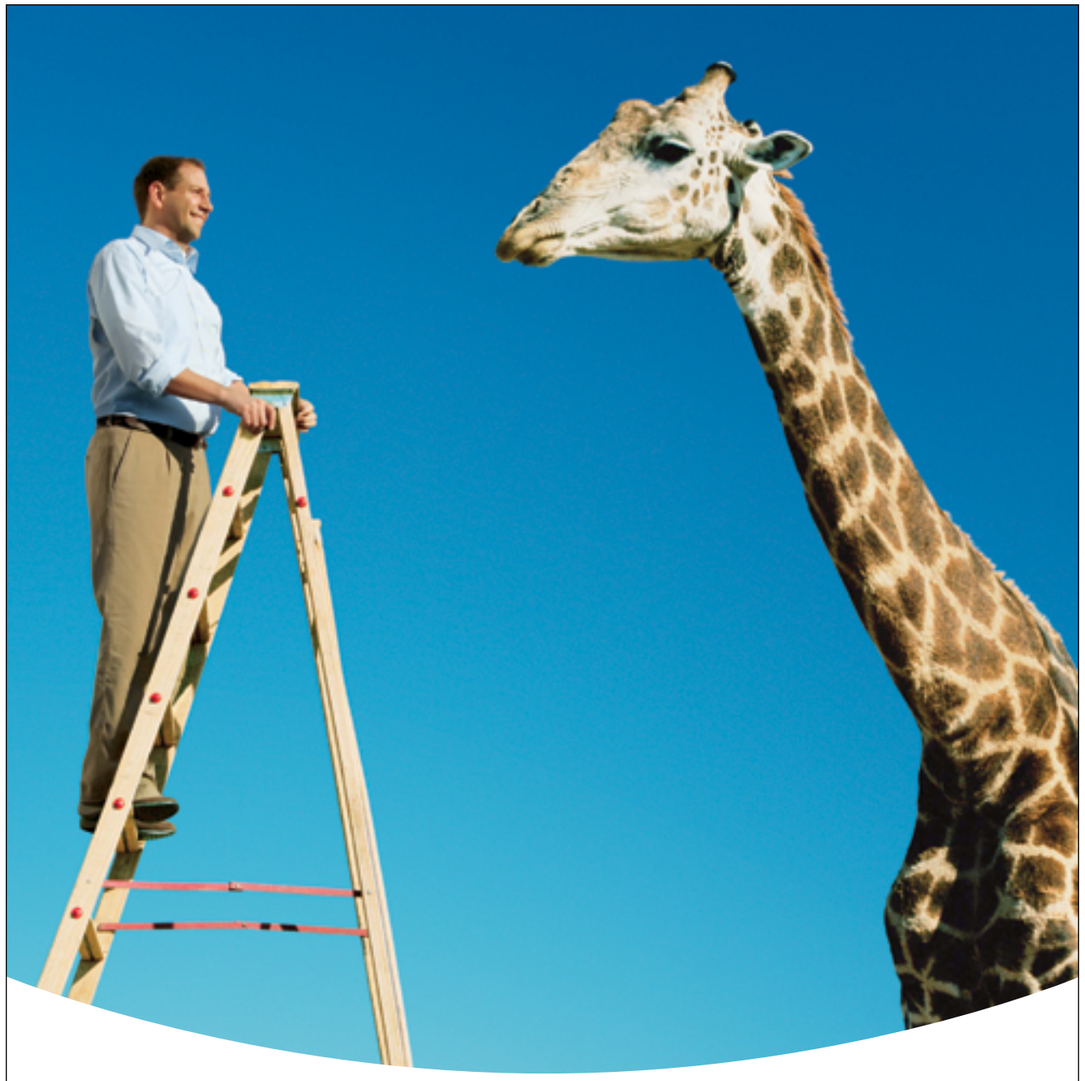
RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

Sebastian Raida
Montageservice + Fertigelemente
Liegnitzer Straße 5c
30916 Isernhagen
Telefon (05 11) 56 86 76 57
Mobil 01 70 / 9 62 29 45
eMail *sebastianraida@arcor.de*

Mailand oder Madrid, Hauptsache Italien!
Andy Müller

DEMIRBAU
www.demirbau.de





Wir nennen es Beratung auf Augenhöhe

Unsere partnerschaftliche Beratung ist der erste Schritt für Ihre individuelle Absicherung, Vorsorge oder Zukunftsplanung. Ihre persönlichen Wünsche und Bedürfnisse analysieren wir, um eine Lösung für Ihren Bedarf zu entwickeln: exakt ihr individueller Versicherungsschutz in jeder Lebenssituation. Nicht mehr und nicht weniger. Zurich HelpPoint. Weil Sie uns wichtig sind.

Geschäftsstelle Andreas Kanth e.K.

Marktstraße 2
31303 Burgdorf
Telefon 05136 893030
kanth@zuerich.de

Partner der Deutschen Olympiamannschaft
Offizieller Versicherer

ZURICH®

## Beiträge

| | |
|---|---|
| Familien<br>**€ 32,- / Monat** | Jugendliche<br>**€ 10,- / Monat** |
| Erwachsene<br>**€ 16,- / Monat** | fördernde Mitglieder<br>**€ 3,50 / Monat** |

## Arbeitsstunden

**alle aktiven Mitglieder zwischen 18 und 65 Jahren:**

5 Stunden oder als Ausgleichszahlung:

**€ 8,00 pro Stunde**

Bei den genannten Beiträgen handelt es sich um Monatsbeiträge. Bei Vereinseintritt wird eine einmalige Bearbeitungsgebühr in Höhe eines Monatsbeitrags und die ggf. anfallende Passgebühr erhoben.

Uwe Hartwich, Mitgliedswart 2

## ANSPRECH-PARTNER

1. Vorsitzender:
Rüdiger Zach, Tel. 881955
Dorfstr 2A, 31303 Burgdorf

Stellv. Vorsitzender:
Heiko Hartmann, Tel. 81182
Lippoldstr. 40, 31303 Burgdorf

Mitgliedswart 1:
Andreas Kanth, Tel.893030
Marktstr. 2, 31303 Burgdorf

Mitgliedswart 2:
Uwe Hartwich, Tel. 9202057
Moormühlenweg 23, 31303 Burgdorf

Controller:
Dirk Böttcher, Tel. 86119
Sprengelstr. 8, 31303 Burgdorf

Sportwart:
Les Blanchard, Tel. 4570
Obershagener Str. 8, 31303 Burgdorf

Jugendwart:
Rolf-Peter Schmidtmann, Tel. 874112
Dorfstr. 4A, 31303 Burgdorf

Finanzen 1:
Lutz Klinkmann, Tel. 1325
Borkumweg 16, 31303 Burgdorf

Finanzen 2:
Norman Busch, Tel. 82279
Eickhoop 4, 31303 Burgdorf

Schriftführer:
Horst Schulz, Tel. 9723016
Burgweg 14, 31303 Burgdorf

Vereinsheim:
Tel. 83545
E-Mail:
Vereinsheim@heesseler-sv.de

Spartenleitung/
Fußball:
Wilfried Schattschneider, Tel. 83951
Moormühlenweg 31, 31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Basketball:
Barbara Kunze, Tel. 873321
Peterstr. 7, 31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Gesundheitssport:
Ulrike Kadatz, Tel. 82255
Weferlingser Weg 27,
31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Tischtennis:
Jürgen Albrecht, Tel. 892287
Rhedener Str. 25, 31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Radsport:
Otfried Plumhoff, Tel. 05085 / 289
Eichhornstr. 9, 31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Badminton:
Elke Kistner, Tel. 3717
Am Dorfe 18, 31303 Burgdorf

Spartenleitung/
Fitness:
Regina Jacob, Tel. 85856
Delpstr. 51, 31303 Burgdorf

# D1

## zum Saisonabschlussfahrt an die Nordseeküste nach Norden

Unsere letztjährige D1 ist nach 2014 zum zweiten Mal am 3. Juli zu einem Turnier nach Norden aufgebrochen. Mit dabei waren 10 Eltern, 15 Spieler und ein Geschwisterkind sowie Trainer Manne Sturm. Das Wetter meinte es sehr gut mit uns, so gut, dass das für Samstag geplante Turnier aufgrund der Hitze vom Kreis abgesagt wurde. Die Jungs waren natürlich enttäuscht, trotzdem verlebte die Gruppe zwei angenehme Tage auf dem direkt neben einem Kunstrasenplatz gelegenem Zeltlager. Ein großes Gemeinschaftszeit der Jugendfeuerwehr Heeßel / Schillerslage sowie Grill, kleiner Kühlschrank und Bierzeltgarnituren sorgten für das notwendige Equipment. Strom wurde vom FC Norden kostengünstig bereitgestellt.

Im Vorfeld hatte man bereits mit dem Jahrgang 2001/2002 des FC Norden ein Testspiel für Freitagabend abgesprochen, dieses ging mit 13:3 an uns. Als man bereits 10:0 führte, traf Fam. Derichs auf dem Gelände ein. Dieses wurde von unserem Team besonders gewürdigt, so konnte der Gegner diese kleine Schwächephase zu den drei Gegentoren nutzen. Danach wurde der 3 Tore Abstand wieder hergestellt. Samstag machten sich diverse Kids auf den Weg zum Nordseestrand. Nur teilweise ohne T-Shirts, Schuhe und ohne einen Tropfen zu trinken oder Handy war der Ausflug bei den Temperaturen und einer Entfernung von über 6 Kilometern schon sehr anspruchsvoll. Die mitgereisten Eltern waren entsprechend begeistert. Den Sonntagmorgen nutzen wir für ein Spiel Eltern gegen Kids, hier mussten die Oldies richtig kämpfen, um ein Remis zu erzielen.

Alles in allem ein netter Ausflug, danach startete man sofort in die Vorbereitung für die neue Saison auf Großfeld zu elft. Nach den Testspielen gegen Lehrte, Godshorn und Allertal standen drei Siege auf dem Zettel der neuen Trainerin Ann-Kathrin Jansen. Da viele der alten C1 Spieler Jahrgang 2001 den Heesseler SV verlassen haben, sind nun sehr viele unserer 2002er in den Kader der C1 aufgerückt. Johannes Herrmann versucht ab sofort, sein Erlerntes beim HSC Hannover zu vervollständigen.

*Manne Sturm*

# D Juniorinnen

## eine Saison zum Genießen

Die Voraussetzungen für die Saison 2014/15 der D-Juniorinnen waren sehr gemischt. Die Mannschaft bestand einerseits mit Sabine Engler und Caroline Peter lediglich aus zwei Spielerinnen, die bereits Erfahrungen in der D-Jugend hatten. Hinzu kamen mit Lana Kronisch und Lisa Mollenhauer zwei Mädchen, die noch in der E-Jugend spielberechtigt gewesen wären (gegen Ende der Saison stieß mit Charlotte Könnecke sogar noch eine dritte E-Jugendliche dazu). Wir würden folglich zu den jüngsten Teams gehören.

Andererseits kamen mit Leonie Heidig, Jule Neuß, Greta Nolte, Lily Schröder, Jacoba Schwung, Nina Stommel und Kimberly Tonnemacher (und den beiden E-Jugendlichen) immerhin neun Spielerinnen ins Team, die in der letzten Saison Meister geworden waren. Nele Carstens und Jil Kroell komplettierten eine Mannschaft, die somit eine interessante Saison versprach.

Die Hinrunde war famos: In acht Spielen in der Liga sowie zwei Pokalrunden blieben wir unbesiegt und konnten achtmal den Platz als Sieger verlassen. Höhepunkt dabei war der verdiente 1:0 Heimsieg gegen den bis dahin ungeschlagenen Tabellenführer von der JFV Hannover United, die auch danach alle Punkte holen konnten.

Die Hallenrunde wurde nicht unbedingt von allen herbeigesehnt, aber auch dort schlugen wir uns sehr erfolgreich und verpassten nur aufgrund des schlechteren Torverhältnisses die Finalrunde der besten Sechs.

Das Highlight in der Winterrunde war aber kein direkt sportliches, sondern ein ästhetisches: Spätestens durch die neuen Trikots, die von einem Sponsor (Catharina Nolte möchte übrigens nicht namentlich genannt werden) gestiftet wurden, waren wir mit Abstand die am besten aussehende Mannschaft.

Auch wenn wir in der Rückrunde zwei Niederlagen hinnehmen mussten (eine unverdiente und eine verdiente), ist diese Saison für uns überragend gut gelaufen. Wir haben sie als Tabellendritter beendet und sind erst im Pokalhalbfinale am späteren Sieger gescheitert. Viel besser hätte es also kaum laufen können.

Der größte Erfolg ist aber ein ganz anderer: Bis zum letzten Spieltag waren vierzehn motivierte und zuverlässige Mädchen mit Spaß am Ball und haben sich auch noch allesamt gesteigert. Dass wir jetzt drei Spielerinnen an die C-Jugend verlieren, tut uns zwar weh, aber die Mannschaft ist ein so festes Gefüge, dass sie im dann folgenden Jahr bestimmt wieder vereint sein wird.

Auf dem Foto fehlt: Charlotte Könnecke

Sönke Neuß

PEBO
Recycling GmbH

PEBO RECYCLING

Borsigstraße 8a
30916 Isernhagen

Tel. (0511) 96 93 99-20 Ernst Borchert
Tel. (0511) 96 93 99-30 Carola Fried
Fax (0511) 96 93 99-33
Mobil (0171) 6 98 91 11 Ernst Borchert

E-Mail: info@pebogmbh.de · Internet: www.pebogmbh.de





# F1/F2

## erfolgreiche Saison mit Martin & Sebastian

Die Jungs der F-Jugend, begleitet und trainiert durch Martin Drießlein und Sebastian Schmidt, konnten auf eine erfolgreiche Saison zurückblicken.

Zur Belohnung gab es für die Kinder in Begleitung der Eltern und das Trainerteam ein Abschlussgrillen und eine naturkundliche Wanderung in Grafhorn. Die Eltern bedankten sich für das letzte Jahr mit einem Geschenk an die Trainer und die Trainer bedankten sich bei den Kindern, in dem sie mit allen Interressierten zum H96 Spiel gegen Mallorca nach Ilten fuhren. DIe Kinder bekamen noch jeder ein T-Shirt geschenkt und holten sich im Anschluss an das Spiel die Unterschriften der H96-Mannschaft.

Wir freuen uns auf eine erfolgreiche kommende Saison, die dann in der E-Jugend bestritten wird.

Wir können so was nicht trainieren, sondern nur üben.
Michael Ballack

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

hagebau

Ralf Damker GmbH
Heizung · Sanitär · Solartechnik
Staatl. gepr. Versorgungstechniker
Gas- und Wasser Installateurmeister
Heizungsbaumeister
Eickhoop 23 • 31303 Burgdorf
Telefon (0 51 36) 46 72, Fax (0 51 36) 9 74 63 50, Mobil 01 71 / 4 13 03 02
eMail *ralfdamker@t-online.de*

Sebastian Raida
Montageservice + Fertigelemente
Liegnitzer Straße 5c
30916 Isernhagen
Telefon (05 11) 56 86 76 57
Mobil 01 70 / 9 62 29 45
eMail *sebastianraida@arcor.de*

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

# G1

## MEICO sponert neue Trainingsanzüge

Die G-Jugend bedankt bei der Firma MEICO für die neuen Trainingsanzüge. Dank des Sponsoring können wir nun einheitlich und in einem tollen Outfit zu unseren Spielen reisen.

Das Pfingstturnier war auch wieder ein tolles Ereignis. Nach einem durchwachsen Start hatte die Mannschaft genügend Luft, um sich in den letzten Spielen noch einen tollen 4. Platz zu erkämpfen.

Nun geht es wieder in normale Saison und wir werden mal schauen, wie gut die Kinder spielen.

*Niklas Fuhrberg und*
*Sven Utermark*

Malermeister Wißmer GbR
Heisterkampsweg 12
31303 Burgdorf-Hoefeld
Fax: 05136 / 97 06 82
Mobil: 0171/ 1 70 77 18
05136/3811
Ausführung sämtlicher Maler-, Fliesen- und Teppicharbeiten

STADTWERKE BURGDORF
Wir sorgen für Sie.

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

# G2

## erst Lehrgeld zahlen und dann abräumen gegen Lehrte 06

Nachdem wir am Anfang der Saison noch Lehrgeld mit zweistelligen Ergebnissen zahlen durften, wurden die Ergebnisse in der Halle schon viel viel besser. Draußen gelang der Mannschaft das nicht für möglich gehaltene.

Die Mannschaft von Lehrte 06 (ja o.k. - die zweite) wurde in einem faszinierenden Spiel mit 9:6 geschlagen. Die Kinder waren nach zuvor gefühlt unendlich vielen Niederlagen völlig fertig (bei um die 30 Grad Celsius und strahlendem Sonnenschein) und aus dem Häuschen. Der Wassereimer wurde vielfältig genutzt, nur mit Mühe konnte der Trainer der „Dusche“ entkommen.

Training macht allen weiterhin sehr viel Spaß, so dass fast immer fast alle Spieler beim Taining sind, was ich für diese Altersklasse gar nicht erwarten würde. Alle Kinder freuen sich wahnsinnig auf das Abschlussspiel im Training (was selbstverständlich jedes Mal einen großen Teil des Trainings einnimmt) und auf das abschließende Elfmeterschießen. Die Position des Torwartes ist immer noch sehr beliebt, so dass eine Rotation auch während einer Halbzeit nichts ungewöhnliches ist. Der Mädchenanteil in der Mannschaft ist nahe 50 %, zudem sind sie für den Großteil der Tore verantwortlich. Es ist schön zu sehen, wie gut die Kinder miteinander umgehen. Die Eltern ziehen alle mit (inkl. wunderschönem Saisonabschlussgrillen), so dass wir viele positive Erlebnisse aus unserer ersten Saision in die neue mitnehmen.

Ich freue mich schon auf die neue Saison mit hochmotivierten Kindern, die sich darauf freuen, dann mal öfter auf der Siegerseite zu stehen (versprochen).

*Euer Dominik Nolte,*

Trainer der unteren G-Jugend Jahrgang 2009 / Mädchen auch 2008.





# Uni Xplosion

## International unterwegs: Weltgymnaestrada in Helsinki

Am 11.07.2015 machten sich morgens gegen 6:00 Uhr zunächst 14 Personen auf den Weg nach Helsinki. Tatsächlich kamen nur 7 Personen pünktlich in Helsinki an. Die anderen wurden auf dem Flughafen Berlin in „stand by“ gesetzt, da der Flug völlig überbucht war. Sie konnten ihre Reise erst am Abend fortsetzen. Gegen 23.00 Uhr war dann die Gruppe im Hotel komplett. Ein anstrengender und aufregender Tag lag hinter uns.

Der nächste Tag war geprägt von den Fragen: wo sind die Einräder gelagert, wann und wo finden die Generalproben statt, wo ist das Messegelände und wie kommen wir dort hin? Als das alles geklärt war, genossen wir den farbenfrohen Einmarsch ins Olympiastadion und eine grandiose Eröffnungsfeier.

Am Montag sollte unser erster gemeinsamer Auftritt mit unserer Partnergruppe, der Rollstuhltanzsportgruppe des USC aus München, stattfinden. Einen Riesenschreck bekamen wir, als Theresa sich beim Warm up derart verletzte, dass sie zur Behandlung ins Krankenhaus musste. Nach einiger Überlegung entschlossen wir uns, den Auftritt dennoch durchzuführen. In kurzer Zeit wurde die Choreografie von ursprünglich zwölf auf acht Teilnehmer umgeändert. Es hat sich gelohnt. Die Zuschauer spendeten großen Applaus, auch wenn wir einige Teile nicht zeigen konnten.

Ein Aufatmen ging durch die Gruppe, als Theresa am Abend wieder bei uns war. Passend zu den Showfarben zierte ein Gipsverband in rot-weiß ihre verletzte Hand. Beim 2. Auftritt am Dienstag war Theresa noch nicht mit dabei. Elf Einradfahrer standen auf der Bühne und präsentierten eine perfekte Show.

Der Mittwoch stand ganz im Zeichen des Nationalen Deutschen Nachmittags. Schon früh ging es in die Amfi-Hall zur Generalprobe. Licht- und Tontechnik musste eingestellt werden und um 14.00 Uhr war es dann endlich so weit. Für den Zuschauer folgte ein Bilderrausch mit fließenden Übergängen und hochkarätigen Darbietungen, unterstützt von Videoprojektionen aus der Gastgeberstadt. Alle zwölf Einrad Akteure waren auf der Bühne. Auch hier lief nicht alles glatt, da Geräte und Menschen auf der Bühne standen, die so nicht eingeplant waren. Souverän und professionell suchten sich meine Mädels und Jungs ihren Weg, um ihre Figuren und Formationen zu zeigen.
Ein dickes Lob gab es später vom Regieteam. Durch ihr konsequentes Fahren haben sie diese Shownummer gerettet. So etwas kann nicht jede Gruppe.

Am Donnerstag war für uns „Ruhetag“. In kleinen Gruppen machten wir uns auf den Weg, Helsinki per Straßenbahn, Schiff oder mit dem Fahrrad zu erkunden. Diese Pause tat uns allen gut, denn am Freitag stand noch ein letzter Auftritt an. Als Abschiedsgruß an Finnland wurde kurzerhand die Deutschlandflagge in die große Pyramide mit eingebaut.

Die Abschlussfeier im Olympiastadion kam schneller als uns lieb war. Jetzt hieß es endgültig Abschied zu nehmen. Ein letztes Mal genossen wir die faszinierenden Großgruppenvorführungen mit teilweise über 500 Teilnehmern auf der Rasenfläche, die internationale Atmosphäre, das ausgelassene Treiben der über 21.000 Teilnehmer aus 54 Nationen.

Wir haben uns in Helsinki sehr wohl gefühlt. Überall trafen wir auf hilfsbereite und freundliche Menschen. Die finnische Hauptstadt war ein perfekter Gastgeber. Der Austragungsort für die 16. Weltgymnestrada in 4 Jahren steht auch schon fest. Es ist Dornbirn in Österreich.

Autoteile DÖRNER
Schillerslager Straße 20/21 - 31303 Burgdorf
Telefon (05136) 25 88 - Telefax (05136) 58 81
Email Hartmut@Autoteile-Doerner.de
www.Autoteile-Doerner.de
KFZ-Ersatzteile - KFZ-Pflegemittel - Fachmännische Beratung

# Unsere Basketballer

## beenden erfolgreiche Saison

Für die U10 Basketballer des Heesseler SV ist die Saison durch die Feier mit Eltern und Kindern beendet. Zum ersten Mal seit vielen Jahren wurde die Berechtigung für die Teilnahme an die Landesmeisterschaft Niedersachsen/Bremen durch einen ausgezeichneten zweiten Platz hinter TK Hannover im Bezirk Hannover geschafft.

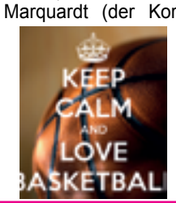
Die 2-tägige Meisterschaft in Scheeßel/Rotenburg mit elf Mannschaften wurde zum großartigen Turnier für die jungen Heeßeler, denn sie schafften es nach einer Auftaktniederlage gegen den Oldenburger TB, wo die Aufregung eine deutliche Rolle gespielt hat, mit einem hohen Sieg über die Mädchen des MTV Wölfenbüttel in die Zwischenrunde zu kommen. Gegen den späteren Meister ASC Göttingen nach intensivem Spiel gab es eine Niederlage, sodass sie nun am Sonntag um die Plätze 5-8 spielten. In den beiden Spielen zuerst gegen TV Scheeßel recht klar und dann gegen Rasta Vechta mit sehr viel Einsatz und Willen waren sie erfolgreich. Damit wurde die Mannschaft um Trainer Les Blanchard und Betreuerinnen Julika Behrens und Sophie Kießling fünfte und konnte sogar in der Endabrechnung vor TK Hannover(7.Platz) stehen.

In dem Meisterschaftsteam spielten Hauke Könecke (der Mannschaftführer), Jan-Louis Marquardt (der Korbleger-König), Hennig Steineke (der Verteidiger), Max Hills (der „most improved“ Spieler), Gerrit Röhrlich (der Techniker), Christopher Behrens (der „Goal-Getter“), Constantin Borsette (der Kämpfer) und Mathis Steineke (der Weitwerfer). Zur Mannschaft gehören Justin Gregor, Anton Bartsch und Simon Kromm.

Bei der Übergabe der Auszeichnungen lobte Trainer Les Blanchard die geschlossene Mannschaftsleistung vor allem in der Verteidigung. Der Anfang wurde von Dennis Aust vor zwei Jahren gemacht, als er die Mannschaft neu gründete, mit dem Ziel Landesmeister zu werden. Nun haben die Spieler einen großen Schritt gemacht, vielleicht schaffen sie es in der nächsten Zukunft.

Für die kommende Saison sucht die U10 noch Verstärkung. Mädchen und Jungen (Jahrgang 2006 und jünger) sind herzlich eingeladen, vorbei zu schauen.

***Kontakt: Les Blanchard (0 51 36) 45 70 oder Barbara Kunze (0 51 36) 87 33 21.***



Autoteile DÖRNER
KFZ-Ersatzteile - KFZ-Pflegemittel - Fachmännische Beratung
Schillerslager Straße 20/21 - 31303 Burgdorf
Telefon (05136) 25 88 - Telefax (05136) 58 81
Email Hartmut@Autoteile-Doerner.de
www.Autoteile-Doerner.de





# Radtouren-Veranstaltung

## HELFER dringend gesucht

Die kleinste Sparte in unserem Verein ist die Radsportsparte.
Seit fast 30 Jahren wird einmal im Jahr eine Radtourenfahrt (RTF) veranstaltet. **Diese ist nun in Gefahr, auszufallen!**

Um in den kommenden Jahren diese überaus beliebte Veranstaltung weiterhin durchführen zu können, braucht die Sparte für das RTF-Wochenende Helferinnen oder Helfer.

***Unterstützt werden kann:***

- Samstag für das Ausschildern der zufahrenden Strecken (Zeitaufwand ca. 5 Stunden)
- Sonntag für die drei Kontrollstellen und Organisation (Zeitaufwand ca. 6 Stunden)

Am 17. April 2016 ist der nächste Veranstaltungstermin. Die aufgewendeten Hilfestunden können für die jährlich zu leistenden Arbeitsstunden angerechnet werden.

Damit also diese schöne Veranstaltung auch nächstes Jahr Bestandteil des Heeßeler Vereinsleben ist, bitten wir Euch um Unterstützung.

***Bitte melden bei Otfried Plumhoff, Telefon (0 50 85) 2 89.***

• Ausführung sämtlicher Maurerarbeiten
• Schlüsselfertiges Bauen
Am Kienmoor 1
31311 Uetze / Hänigsen
Fax 73 98 · Telefon (0 51 47) 18 66
BERTRAM
BAUGESELLSCHAFT mbH
Hänigsen

# Morton Mehmert

## wird Junior Trainer

Morten Mehmert, der uns beim Schülertraining schon eine ganze Weile unterstützt, hat vom Niedersächsischen Badmintonverband die Möglichkeit erhalten, die Ausbildung Juniortrainer zu absolvieren.

Der Lehrgang unter der Leitung von Heinz Kelzenberg (bundesweit bekannter Jugendtrainer) findet erstmalig seit 2011 wieder statt und ist schon deshalb etwas Besonderes. Eine ganze Woche dauert die Ausbildung und findet in den Ferien statt. Die Lerninhalte in Theorie und Praxis haben schon viel Ähnlichkeit mit der Ausbildung zum C-Trainer im Erwachsenenbereich, sind aber speziell auf die jugendlichen Teilnehmer ausgerichtet.

Wir freuen uns sehr, dass Morten an diesem Lehrgang teilnehmen und sein sportliches Können nach den Ferien dann auch als Trainer fundiert weitergeben kann.

Viel Erfolg und natürlich auch Spaß

*Elke, Peter und Katrin*

## Sportliche Erfolge

### Morten immer unter den Besten

Das besondere Highlight in diesem Jahr war aber sicher der große Erfolg mit seiner Mannschaft SG Pennigsehl/Liebenau: nach dem Sieg bei der Norddeutschen Mannschaftsmeisterschaft U15 ging es dann zur Deutschen Mannschaftsmeisterschaft im Mai nach Mühlheim. Zu den 8 besten Mannschaften auf Deutschlandebene zu gehören ist schon Superklasse.

Mortens Schwester Floriane ist inzwischen auch erfolgreich. Auf Landesebene in der Altersklasse U11 immer vorn mit dabei, muss Floriane sich nun in der höheren Altersklasse als Jahrgangsjüngere noch durchboxen.

Beide sind für das NBV-Kadertraining nominiert.

## Es geht voran

In der neuen Saison gehen wir leider nur mit 2 Mannschaften an den Start, da die Besetzung von 3 Mannschaften vergangenen Saison schon recht knapp war.
Insgesamt aber sehen wir positiv nach vorn, denn es sind einige neue Spieler/innen dazu gekommen, die sich bei uns auch sehr wohl fühlen. Besonders erfreulich ist es, dass im Jugendbereich gleich sechs Spieler dazu gekommen sind. So geht es, wenn auch langsam, wieder voran.

BADMINTON
GERMAN U11 MASTERS

## SPORT für die ganze Familie

Badminton, das ist die etwas sportlichere Variante vom Federball (die sicher vielen schon aus Kinderzeiten bekannt ist).

Das Besondere an unserem Sport ist es, dass er für die ganze Familie, also für Jung und „Alt“, Kinder, Frauen und Männer geeignet ist. Hinzu kommt, dass Männer und Frauen gemeinsam spielen/trainieren, da die Mannschaften im Badminton immer aus vier Herren und zwei Damen bestehen.

Es ist auch kein Hindernis, erst später mit diesem Sport zu beginnen, denn wer Spaß an Bewegung hat und den Federball über das Netz spielen will, ist bei uns immer richtig. Die Spielstärke spielt dabei keine Rolle, wichtig ist die Freude am Sport und der Gemeinschaft, denn jeder spielt mit jedem und bei Fragen stehen immer Trainer zur Verfügung. Wie groß die Altersspanne ist, zeigt sich darin, dass unser jüngster Spieler gerade 6 Jahre alt ist und der älteste Aktive über 70.

Seit gut einem Jahr besteht auch eine Ü60 Gruppe, die sich regelmäßig freitags um 10.00 Uhr in der Heeßeler Halle trifft. Neben lockerem Spiel sind auch immer (Trink)-Pausen dabei, und bei der Gelegenheit wird dann gern mal geklönt.

Bei Interesse einfach vorbeikommen (Schläger und Bälle stellen wir zur Verfügung).
***Informationen bei: Elke Kistner (0 51 36) 37 17 oder elke.kistner@htp-tel.de***





# Lebensqualität neu entdecken

## am 11. Oktober 2015 im StadtHaus Burgdorf

Der neue Infotag „gut.leben.in.burgdorf – die Lebensqualität neu entdecken“, den Stadtmarketing Burgdorf (SMB) am 11. Oktober in und am Veranstaltungszentrum StadtHaus (Sorgenser Straße 31) veranstaltet, ist mittlerweile ausgebucht. 30 Aussteller präsentieren sich von 11.00 bis 16.00 Uhr. Dazu kommen Aktionen (vom Schaukochen bis zum Segway-Parcour), Vorträge, ein attraktives Bühnenprogramm und interessante Angebote für Kinder.

Ziel der Spezialmesse ist es, den Menschen über 40 zu zeigen, was Burgdorf zu bieten hat, wenn es um Themen wie Lebensqualität, Fitness, Reisen, Finanzen, Vorsorge, Lifestyle, neue Medien, aktive Freizeitgestaltung, Kultur, Essen mit Genuss, Mobilität und Wellness geht.

„Oft ist es den Menschen gar nicht bewusst, welch vielfältiges Angebot sie direkt vor der eigenen Haustür erwartet“, betont SMB-Projektleiterin Gebkea Nieter.

Auch unser Verein wird sich dort präsentieren - denn in allen Sparten gibt es Angebote für Menschen ab 40 Jahren. Auf den folgenden Seiten stellen wir eine Auswahl des Angebots vor.

*Weitere Informationen finden Sie auf unserer homepage: www.heesseler-sv.de, dort sind auch alle Trainingszeiten- und orte zu finden.*

Diakonie
Hannover-Land

HEESSELER SPORTVEREIN HSV 1973

Jetzt zur BARMER GEK wechseln!
Dann treffen Sie immer ins Tor!

Wenn Ihnen Ihre Gesundheit mal die gelbe Karte zeigt, sind wir für Sie da!

› Ihre BARMER GEK
- wir sind dort, wo Sie uns brauchen!
- erfolgreiche Bonusprogramme
- attraktive Wahltarife
- exklusive Zusatzversicherungen

BARMER GEK Burgdorf
› Ihr Ansprechpartner:
Wilfried Schattschneider
Marktstraße 41
31303 Burgdorf
Tel. 0800 332060 56-6102*
Fax 0800 332060 56-6149*
wilfried.schattschneider@barmer-gek.de

› Infos unter www.barmer-gek.de oder in den mehr als 800 Geschäftsstellen

*Anrufe aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz sind für Sie kostenfrei!

BARMER GEK die gesund experten

# Lungen- und Asthmasport

Kennen Sie das auch? Oft ist der Weg, den Sie gehen müssen, zu weit, die Tasche, die Sie tragen, zu schwer und die Treppe zu hoch und zu steil. Allzu schnell ist man außer Atem, muss stehen bleiben und erst einmal Luft schöpfen. Vieles wird beschwerlich, man versucht, Anstrengungen zu vermeiden und wird darüber immer weniger belastbar. Soweit muss es nicht kommen. Zeigen sich Beschwerden dieser Art, muss man erst recht etwas dagegen tun. Lungensport ist deshalb eine gute Möglichkeit, aktiv zu werden und aus der eingeschränkten Beweglichkeit herauszufinden.

Mit diesen Symptomen sind Sie nicht allein. Weit mehr als 15 % der deutschen Bevölkerung leiden an den Volkskrankheiten Asthma bronchiale, chronische Bronchitis und Lungenemphysem. Vielen Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen kann nach dem heutigen Stand der medizinischen Wissenschaft durch angepasste sportliche Betätigung und körperliches Training wesentlich geholfen werden.

Patienten mit Asthma, chronischer Bronchitis oder Lungenemphysem glauben, dass sie sich nicht belasten dürfen. Ihre Erkrankung veranlasst sie oftmals völlig unberechtigt zur starken Zurückhaltung gegenüber körperlicher Bewegung und ihrer Krankheit angepasster sportlicher Betätigung. Andererseits können Sport und körperliche Bewegung zu einer Besserung der körperlichen Belastbarkeit und auch der Lebensqualität bei diesen Patienten führen.

Was soll mit Lungensport erreicht werden?

Lungensport hat nichts mit Leistungssport zu tun; Lungensport will niemanden überfordern.

Beim Lungensport sollen:
- Atem- und Entspannungstechniken vermittelt werden,
- Ausdauer trainiert werden,
- Muskelaufbau gefördert werden,
- Muskelkraft gestärkt werden,
- Koordination der Bewegungsabläufe verbessert werden,
- Dehnungsfähigkeit hergestellt werden,
- Entspannungstechniken vermittelt werden.

Die Übungen dazu werden dem Alter und dem Schweregrad der Erkrankungen der Gruppenmitglieder angepasst.

Was ist also zu tun?
Patienten mit Asthma, chronischer Bronchitis und/oder Lungenemphysem sollten mit ihrem behandelnden Arzt sprechen und sich unserer Lungensportgruppe anschließen.

Eine erfahrene Übungsleiterin hilft dort den Patienten – individuell und je nach Leistungsfähigkeit – und vermitteln dabei Freude an körperlicher Bewegung und sportlicher Betätigung. Gezeigt wird den Patienten in der Gruppe, wie sie die geschwächten Muskeln wieder aufbauen können – ohne Atemnot. Dort wird mit den Patienten geübt, wie man auch mal ohne „Notfallspray“ wieder besser durchatmen kann.

**Wer kann beim Lungensport mitmachen?**

Mitmachen können Patienten mit
- Asthma bronchiale
- Chronischer Bronchitis
- Lungenemphysem
- Lungenfibrose
- Mukoviszidose
- Zustand nach Lungenoperationen
- COPD

Jeder sollte sich aber vorher von seinem behandelnden Facharzt untersuchen lassen. Dieser „verordnet‘ dann die Teilnahme am Lungensport.

ENGLISCH LERNEN
MIT SPAß UND SPIEL

FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ERWACHSENE

| | |
|---|---|
| **KINDER** | Kindergarten- und Grundschulalter |
| **KLASSE 4** | Vorbereitung auf eine weiterführende Schule |
| **KLASSE 5 - 10** | CONVERSATION CLUB ◆ angepasst an das jeweilige Sprachniveau |
| **KLASSE 11 + 12** | Vorbereitung auf das Abitur |
| **ERWACHSENE** | Anfänger, Wiedereinsteiger, Fortgeschrittene |

**VEREINBAREN SIE EINE PROBESTUNDE!**

**KOSTENLOS UND UNVERBINDLICH**

**TINA THORNDYKE ◆ ☎ 0 51 36/97 18 44**

**www.englishandmehr.de**

English and MEHR® ist Sponsor des Heesseler SV. Deshalb erhalten Mitglieder einen Preisnachlass von 5% auf die Unterrichtsgebühr.
Zusätzlich spenden wir 2,5% von den Nettounterrichtsgebühren der Mitglieder an den Förderverein des Heesseler SV.






# Funktionstraining

## kann durch Ärzte verordnet werden

Funktionstraining ist eine Form der Gruppengymnastik. Das Ziel es ist, Menschen wieder fit für den Alltag zu machen, bzw. sie wieder in ihr Arbeitsleben einzugliedern, wenn durch besondere Umstände gesundheitliche Defizite entstanden sind.

Die möglichen Ursachen für die gesundheitlichen Einschränkungen sind vielfältig. Dazu zählen beispielsweise Probleme nach Operationen an den Extremitätengelenken. Denken Sie an die Schulter, die Hüfte, das Knie usw. Operationen haben also oft unerwünschte Nachwirkungen, die es zu bekämpfen gilt. Alleine und ohne Anleitung und Erfahrung ein schwieriges Unterfangen.

Aber auch andere Beschwerden, wie Arthrose, die breite Palette der rheumatischen Erkrankungen, die Osteoporose und, und…, können durch das Funktionstraining beseitigt, oder zumindest gelindert werden. Beim Funktionstraining werden viele Mittel der Krankengymnastik eingesetzt. Aber auch die bewährte Ergotherapie hilft, um gezielt auf bestimmte körperliche Strukturen einzuwirken und Linderung zu verschaffen. Also ein gezieltes Training und ein Aufbau von Muskeln, Gelenken usw.

Natürlich führt auch ein Mangel an Bewegung zu Einschränkungen und ja sogar zu Schäden in den genannten Körperbereichen.

Ja, und da gilt es möglichst schnell gegenzusteuern.

# Fitness Über 50

## verschiedene Angebote für die Generation 50+

Wir bieten verschiedene Sportangebote für die Generation „50 Plus“ an.

Geprägt worden ist die Betreuung gerade dieser Zielgruppe durch die Angebote von Fiete Schulz, die schon über 25 Jahre Übungsleiterin im Verein ist.

Den älteren Menschen, die aufgrund gesundheitlicher Einschränkungen keinen aktiven Sport mehr betreiben können, bietet Helga Theuß schon seit Jahren mit ihrer „Fit im Kopf“-Gruppe die Möglichkeit, sich dann wenigstens noch geistig fit zu halten.

### Fitness – 50 Plus

Die Übungsstunde beinhaltet Elemente aus ganz verschiedenen Bereichen wie z. B.: Wirbelsäulengymnastik und Aerobic. Wir trainieren Problemzonen, das Gleichgewicht und machen Übungen für eine verbesserte Koordination. Wichtig sind auch Stretching und Entspannung und speziell im Winter auch Skigymnastik. Weitere Aktivitäten sind Fahrradtouren, Spielabende, Kegeln, Volleyball und und und.

### Seniorensport

Auch hier ist es das Motto „fit bleiben und Spaß haben“. Die Elemente der Übungsstunde sind wie bei der Fitnessgruppe 50 Plus. Es ist nur etwas individueller auf die Turner/innen und ihr Alter ausgerichtet. Weitere Aktivitäten sind Fahrradtouren, Spielabende, Kegeln, Volleyball und in jedem Jahr ein Ausflug, an dem jeder teilnehmen kann.

### Fit im Kopf

Diese Gruppe ist für alle Senioren, die geistig jung bleiben möchten, aber körperlich nicht mehr so aktiv sind. Der Geist wird kreativ beeinflusst und in netter Runde kommt auch die Kommunikation nicht zu kurz.

# Sport für Wirbelsäulen- und Gelenkgeschädigte

Es gibt eine Vielzahl von Belastungen, die für die Wirbelsäule nicht ganz unproblematisch sind. Das gilt insbesondere immer dann, wenn eine Vorschädigung vorhanden ist. Daher ist es wichtig, dass eine sportliche Betätigung unter Aufsicht einer erfahrenen Übungsleiterin stattfindet. Sie entscheidet für jeden einzelnen Teilnehmer in der Gruppe über die Art der gymnastischen Übungen, die Belastungsgrenze und sie unterstützt die Teilnehmer bei der Findung der eigenen Belastungsgrenze.

### Übungsprogramm

Hüpfen und Springen sind nicht angesagt. In der Gruppe wird trainiert, wie das Muskelzusammenspiel im Körper verbessert werden kann. Übungen, die die Wirbelsäule beweglich halten, werden gefördert. Ein weiteres Ziel ist eine Verbesserung im Rückenmuskelaufbau. Auch Koordinationsübungen sind dabei.

Ein wichtiges Element ist die eigene Körperwahrnehmung. Erkenntnisse über die eigene Haltung werden vermittelt. Die sind besonders wichtig, damit die Gelenke und die Wirbelsäule im Alltag möglichst entlastet werden.

Natürlich ist das Leistungsvermögen der einzelnen Teilnehmer unterschiedlich. Das wird von der Übungsleiterin berücksichtigt. Dadurch kann jeder Teilnehmer entsprechend seinen Fähigkeiten mitmachen. Und wenn es nötig ist, gibt es gezielt Hilfestellung.

Die Übungsstunde soll jedem Teilnehmer das Gefühl vermitteln, ich habe etwas für meinen Körper getan.

Übrigens, Altersbeschränkungen in der Teilnahme gibt es nicht. In der Regel sind hier mehrere Generationen vertreten.

**Ihr wollt aktiv etwas für Eure Gesundheit oder die Eures Kindes tun?**
**Ihr habt aber gesundheitliche Einschränkungen? Dann seid Ihr bei uns genau richtig.**

**Nähere Auskünfte über den Bereich Gesundheitssport erteilt Ulrike Kadatz, Telefon (0 51 36) 8 22 55**

Unser Angebot im Gesundheitssport ist für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen abgestimmt.

Alle im Bereich Gesundheitssport tätigen Rehabilitationsgruppen werden von speziell ausgebildeten Übungsleiterinnen geführt. Die Gruppen sind vom Deutschen Turnerbund mit den Siegeln „Pluspunkt Gesundheit“ und „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet. Unsere Angebote sind von den Krankenkassen anerkannt und werden von diesen unterstützt.

Nachstehend eine Übersicht über die aktuellen Angebote.

**Und das bieten wir an:**

**Ambulanter Herzsport für Teilnehmer mit ärztlicher Verordnung**

Mittwoch 18.00 -19.30 Uhr
Realschulhalle Burgdorf
(aufgeteilt in zwei Gruppen)
Ansprechpartnerinnen
Karin Biskup und Ulrike Kadatz

***

**Ambulanter Herzsport für Teilnehmer ohne ärztlicher Verordnung**

Mittwoch 19.45 - 21.00 Uhr
Realschulhalle Burgdorf
Ansprechpartnerinnen
Karin Biskup und Ulrike Kadatz

**Wirbelsäulensport (Reha) Sport für Wirbelsäulen- und Gelenkgeschädigte**

Montag 18.00 - 19.00 Uhr
Astrid Lindgren Grundschule
(kleine Halle)
Ansprechpartnerinnen:
Regina Jacob, Tel. 8 58 56 und
Ulrike Kadatz

**Diabetes Gruppe**

Dienstag 17.00 - 18.30 Uhr
Astrid Lindgren Grundschule
(kleine Halle)
Ansprechpartnerin:
Ute Sambach-Mettler, Tel. 8 01 81 93
und Ulrike Kadatz

***

**Reha Sport für Kinder mit Handicaps**

Freitag 15.30 - 17.00 Uhr
Astrid-Lindgren-GS Sporthalle
Ansprechpartnerin:
Monika Rusch, Tel. 9 70 27 49

***

**Reha Sport für Kinder mit Bewegungs- und Verhaltensauffälligkeiten**

**Kinder im Alter von 5 – 6 Jahren**

Mittwoch 16.00 - 17.00 Uhr
Sporthalle des Vereins
Ansprechpartnerin:
Sarina Krämer, Tel. (0 51 73) 24 03 85

**Kinder im Alter ab 7 Jahren**

Mittwoch 17.00 - 18.00 Uhr
Sporthalle des Vereins
Ansprechpartnerin:
Sarina Krämer

**Krebsnachsorgesport**

Montag 18.00 - 19.00 Uhr
Mittwoch 18.00 - 19.00 Uhr
Astrid Lindgren Grundschule
(kleine Halle)
Ansprechpartnerinnen:
Ulrike Kadatz und Regina Jacob

***

**Lungen- und Asthmasport**

Montag 18.00 -19.30 Uhr
Sporthalle des Vereins
Ansprechpartnerinnen:
Ulrike Kadatz und Birgit Jung,
Tel. (0 51 44) 59 70

***

**Funktionstraining**

Freitag 17.00 - 18.00 Uhr
Astrid Lindgren Grundschule
(kleine Halle)
Ansprechpartnerinnen:
Monika Rusch, Tel. 9 70 27 49 und
Ulrike Kadatz

Fleischerei & Partyservice
Papenburg
31303 Burgdorf-Otze
Burgdorfer Straße 37
Telefon (05136) 2536
Telefax (05136) 86 761

# Ambulanter Herzsport

## für TeilnehmerInnen ohne ärztliche Verordnung

Ambulanter Herzsport ist eine auf die individuelle Belastbarkeit der einzelnen Teilnehmer abgestimmte Bewegungstherapie. Auch Patienten mit dem Krankheitsbild Angina Pectoris, nach einer Ballondilatation, mit schweren Herzrhythmusstörungen, Kardiomyopathie, Dreigefäßerkrankungen, sowie Schrittmachern sind in der ambulanten Herzsportgruppe gut aufgehoben. Die Belastbarkeit der Patienten sollte bei 75 Watt liegen.

Der Herzsport unterstützt Patienten nach einem Herzinfarkt, nach Bypass-Operationen, implantiertem Defibrillator oder Herzklappenersatz- oder Fehler unter sportpädagogischer Betreuung und ärztlicher Überwachung.

Die Teilnehmer der ambulanten Herzsportgruppe sind sehr gemischt. Weibliche und männliche Mitglieder sind aktiv dabei. Auch beim Alter sind keine Grenzen gesetzt. Jung und Alt sind gemeinsam aktiv.

Weil die Leistungsfähigkeit der teilnehmenden Personen individuell unterschiedlich ist, wird mit den Übungsleiterinnen nach Abstimmung und Vorgesprächen im Vorfeld geklärt, mit welcher Belastung das neue Mitglied vorteilhafterweise aktiv sein kann.

Unser angebotenes Bewegungstraining zielt nicht nur auf die Erhaltung und Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit, sondern es dient als Kompensation von psychischer Belastung. Und natürlich als Ausgleich für belastende Alltagssituationen. Das Training bewirkt eine Erhöhung der Belastbarkeit des Herz-Kreislaufsystems. Es sorgt für eine Verbesserung der Koordinationsfähigkeit. Nach einiger Zeit der Teilnahme werden Sie eine Kräftigung der gesamten Muskulatur feststellen.

Und ein ganz wichtiger Aspekt liegt darin, dass Sie recht bald eine große Hilfe zum Annehmen des Lebens mit der Krankheit erfahren werden.

Über das körperliche Training, den Gesprächen mit den Übungsleiterinnen und dem Austausch mit anderen Gruppenteilnehmern ergeben sich zwangsläufig Anregungen zur Lebensstiländerung, zur Stressbewältigung und zur Entspannung.

Ebeling & Klingebiel GbR
Tel.: 0 51 36 / 89 67 52
Baumpflege und Baumfällung

Lebenshilfe
Peine-Burgdorf

Wir beflocken und besticken Vereinstrikots und -zubehör, Firmenausstattungen und Produkte für Privatpersonen:
- Kompetent
- Zuverlässig
- Qualitativ hochwertig

Profitieren Sie von unserer individuellen Beratung.
Wir freuen uns auf Sie!

Stick-tec // Hannoversche Neustadt 19 A // 31303 Burgdorf
Tel. 05136 / 97 89-12 // Fax 05136 / 97 89-13 // stick-tec@lhpb.de // www.lhpb.de
Die Lebenshilfe Peine-Burgdorf GmbH ist eine Tochter der Lebenshilfe e.V. Burgdorf.





# Diabetes-Sport

## Sport ist gesund, besonders für Diabetiker

Getreu dem Motto „Sport ist Mord“ schrecken Sie vor der Aussicht auf ungewohnte Belastungen zurück und würden Ihren Diabetes eigentlich lieber mit ein paar Tabletten „ruhigstellen“.

Besser ist es aber, einmal darüber nachzudenken, ob Sie vielleicht eine grundsätzliche Umstellung Ihres gewohnten Lebens in Erwägung ziehen wollen. Also nach dem besseren Motto „Vom Sportmuffel zum Sportsfreund“.

Wichtig ist es, dass Sie sich als Neueinsteiger einen Sport aussuchen, der Ihnen Spaß macht. Das Pensum soll Sie auch nicht überfordern. Denn nur, wenn Sie Freude an der körperlichen Aktivität haben, werden Sie auf Dauer dabei bleiben. Sie haben nichts davon, ein paar Monate motiviert und aktiv zu sein, wenn Sie danach in Ihre alten Gewohnheiten zurückfallen. Die positiven Effekte des Trainings würden schnell wieder verloren gehen.

Um den inneren Schweinehund auszutricksen, kann es helfen, sich einer Sportgruppe anzuschließen. Mit Gleichgesinnten macht Sport besonders viel Spaß. In der Gruppe kann man neue Kontakte knüpfen, Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig motivieren.

Wenn Sie lange Zeit körperlich nichts gemacht haben, sollten Sie sich unbedingt vom Arzt durchchecken lassen, bevor Sie loslegen. Gerade bei älteren Diabetikern können Herz-Kreislauf-Erkrankungen der Belastung Grenzen setzen.

**Daher ist für die Teilnahme an unserer Rehabilitationsgruppe auch eine ärztliche Verordnung unabdingbar.**

Die Gruppe Gesundheitssport Diabetes trifft sich wöchentlich einmal. Immer dabei ist eine lizenzierte und erfahrene Übungsleiterin, die sich mit dem Krankheitsbild Diabetes auskennt.

In der Gruppe arbeiten wir mit Bewegungsübungen und Konzentrationstraining an der Rehabilitation schon verloren gegangener Fähigkeiten. Durch Ausdauerübungen und kleinen Einheiten, die zu einer Verbesserung der Kraft führen sollen, wird allmählich die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer gesteigert. Dabei tun wir zwangsläufig auch gleich etwas gegen die Fettleibigkeit. Auch auf eine evtl. vorhandene Herzinsuffizienz wirkt sich das positiv aus. Generell kann gesagt werden, dass durch diesen Gesundheitssport der Blutzucker, der Blutdruck und auch die Blutfettwerte günstig beeinflusst werden.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei und informieren Sie sich vor Ort durch eigene Anschauung. Wir freuen uns auf Sie.

G.U.T. LORENZ
Modernisierungs-Partner
kompetenz aus der Region Hannover
www.gut-gruppe.de

Ein Konto.
Viele Gesichter.

viva – Jung. Lässig. Genial.

viva
Stadtsparkasse Burgdorf

Leonora, 3 Monate | Jan-Luca, 15 Jahre | Jannes, 6 Jahre | Anna-Sophie, 24 Jahre | Darius, 10 Jahre | Saskia, 18 Jahre | Julian, 12 Jahre

✆ 0 51 36/803-0
www.ssk-burgdorf.de

# Fitness Prävention

## Weiterbildung der Übungsleiter sorgt für qualifiziertere Angebote

Frühsport macht fit. Starten Sie aktiv in den Tag und sie erwartet eine höhere Leistungsfähigkeit. Gymnastik tut dem Körper gut, Bänder und Muskeln werden gedehnt und machen den Körper beweglicher.

Unter Fitness wird im Allgemeinen das körperliche wie oft auch geistige Wohlbefinden verstanden. Belastungen sind eher auszuhalten, im Alltag ist man leistungsfähiger. Das Risiko für Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt oder Adipositas kann durch gezieltes Training verringert werden. Menschen, die aktiv bleiben, gelten als gesünder und haben, statistisch gesehen, eine höhere Lebenserwartung.

Die Angebote unseres Vereins sind alle so ausgelegt, dass sie präventiv Ihrer Gesundheit gut tun. Es gibt eine Mischung aus Funktionsgymnastik, Herz-Kreislauf-Training, Körperwahrnehmungsübungen, Entspannungsübungen und Atemschulungen. In anderen Gruppen und Stunden steht die Wirbelsäule im Vordergrund.

Eine schöne Einrichtung ist die Tai Chi-Gruppe, die in Kooperation mit dem Burgdorfer Mehrgenerationenhaus 2014 installiert wurde. Tai Chi umfasst zahlreiche Aspekte, wie z.B. die Gesundheit, Meditation und Selbstverteidigung sowie die Möglichkeit zur persönlichen Entfaltung. Jede Bewegung der Tai Chi Chuan Form hat eine oder mehrere Bezüge zur Kampfkunst.

Suchen Sie sich das passende Angebot heraus und besuchen Sie die Gruppen. Wir freuen uns über jeden, der neu dazu kommt. Eine Liste mit den Angeboten ist hier im Echo veröffentlicht. Weitere Informationen finden Sie auf der Homepage unseres Vereins - www.heesseler-sv.de.

Aktiv & More-Gruppe, Power Drums Workshop

Diakonie
Hannover-Land

Tai Chi
in Kooperation mit dem Burgdorfer Mehrgenerationenhaus

HEESSELER SPORTVEREIN HSV 1973

RegioBus
RegioBus Hannover GmbH

DIR DAMKER
Dachdeckermeister
Bedachungen
Fassaden
Bauklempnerei
Wacholderweg 10
31303 Burgdorf
Telefon 0 51 36 / 46 66
Telefax 0 51 36 / 920 15 75
Mobil 01 73 / 24 25 783

G.U.T. LORENZ
Kompetenz aus der Modernisierungs-Partner Region Hannover
www.gut-gruppe.de
Fachgroßhandel für Gebäude- und Umwelttechnik





| Gruppe | Tag | Uhrzeit | Halle | ÜL | Telefon |
|---|---|---|---|---|---|
| **Eltern-Kind-Turnen** | | | | | |
| Babyturnen (Krabbelalter - ca.2 J.) | Mo. | 15.30-16.30 | Astrid-Lindgren | Christine Nolte | (0 51 36) 8 40 80 |
| Babyturnen (Krabbelalter - ca.2 J.) | Do. | 15.30-16.30 | Astrid-Lindgren | Ilona Waltbrecht | (05136) 8 01 67 93 |
| Kinder 1 - 3 Jahre | Mo. | 10.00-11.00 | Heesseler Halle | Birgit Wilz | (0 51 36) 97 37 96 |
| Kinder 1 - 3 Jahre | Do. | 10.00-11.00 | Heesseler Halle | Sylvia Rodriguez-V. | (0 51 36) 8 01 92 03 |
| Kinder 2 - 3 Jahre | Mo. | 16.45-17.45 | Astrid-Lindgren | Christine Nolte | (0 51 36) 8 40 80 |
| **Kinder: Turnen, Spiel + Spaß** ohne Eltern | | | | | |
| 3 + 4 Jahre | Mo. | 15.30-16.30 | Astrid-Lindgren | Birgit Wilz | (0 51 36) 97 37 96 |
| | Do. | 15.30-16.30 | Astrid-Lindgren | Anemone Peyke | (05136) 31 76 |
| Vorschulkinder + 1. Klasse | Do. | 16.30-17.30 | Astrid-Lindgren | Ute Melzian | (0 51 73) 17 94 |
| Geräte + Bodenturnen (ab 5 Jahre) | Mi. | **nach tel. Absprache** | Astrid-Lindgren | Sabine Thomas | (0511) 76 02 40 72 |
| **Kindertanz** ohne Eltern | | | | | |
| Ab 4 Jahre | Fr. | 15.00-16.00 | Realschule | Tanja Kicza | (0 51 36) 9 72 15 38 |
| 5-7 Jahre | Fr. | 16.00-17.00 | Realschule | Tanja Kicza | (0 51 36) 9 72 15 38 |
| **Leichtathletik** ohne Eltern | | | | | |
| 5 bis 12 Jahre | Mi. | 15.30-16.30 | Astrid-Lindgren | Ann-KatrinPape | 8782212 |
| **Schulkinder, kleine und große** | | | | | |
| **Turnen und mehr** | | | | | |
| **Geräte + Bodenturnen** - nicht wettkampforientiert | | | | | |
| ab 5 Jahre (+Neueinsteiger) | Mi | **nach tel. Absprache** | Astrid-Lindgren | Sabine Thomas | (0511) 76 02 40 72 |
| 1.+ 2. Klasse (+Neueinsteiger) | | | | | |
| 3. + 4.Klasse | | | | | |
| ab 5. Klasse | | | | | |
| **Rope Skipping** | | | | | |
| ab 5. Klasse (+Neueinsteiger) | Do. | 17.30-19.00 | Astrid-Lindgren | Sabine Thomas | (0511) 76 02 40 72 |
| **Einradfahren** | | | | | |
| Anfänger bis Show-Gruppe, Hocheinrad **und: die Stunde nur für Jungs** | | | | Birgit Jung u. Team | (0 51 44) 59 70 |
| **Reha-Sport für Kinder** (Psychomotorische Bewegungsförderung, nur nach Absprache) Ulrike Kadatz (0 51 36) 8 22 55 | | | | | |
| ca. 5 - 7 Jahre | | **nach tel. Absprache** | | Sarina Krämer | (0 51 73) 24 03 85 |
| ab 8 Jahre | | | | Sarina Krämer | (0 51 73) 24 03 85 |
| **Turnen für Kinder mit Handicaps** | | | | Monika Rusch | (05136) 91 79 34 8 |

**Mehr Sport für Kinder und Jugendliche im HSV**

| Sparte | Alter | Ansprechpartner/Spartenleitung | Telefon |
|---|---|---|---|
| **Badminton** | Ab 5 Jahre | Elke Kistner | (05136) 37 17 |
| **Basketball** | Ab 1. Klasse | Barbara Kunze | (05136) 87 33 21 |
| **Fußball** | Ab 4 Jahre | Manfred Sturm | (05136) 87 45 71 |
| **Tischtennis** | Ab 1. Klasse | Jürgen Albrecht | (05136) 89 22 87 |

ERLEBNIS WELT Hannover Airport

# FÜR ENTDECKER. FÜR ABENTEURER. FÜR ÜBERFLIEGER.

**Besuchen Sie jetzt die Erlebniswelt Hannover Airport:**
Zwei Flugsimulatoren sowie multimediale Exponate warten in der neueröffneten Ausstellung „Welt der Luftfahrt“ auf kleine und große Besucher. Oder wie wäre es mit einem Blick hinter die Kulissen bei einer spannenden Flughafenführung? Am Ende eines aufregenden Tages verwöhnt Sie unsere abwechslungsreiche Gastronomie.

**www.hannover-airport.de/erlebnis**

hannover airport