

## FITNESS & KURSE

### Bellydance (Bauchtanz)

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Alte Sonderschule

Mi. 18:30–20:00 Erwachsene,  
mit Jennifer Kindereit

### Fitnessgymnastik

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Mi. 20:00–21:30 Erwachsene, mit Svenja Prigge

### Frauen Power

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Do. 17:15–18:00 Frauen, mit Uschi Grüneberg

### Hockergymnastik

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Mi. 17:00–18:00 Senioren, mit Sabine Jakob

### Wirbelsäulengymnastik

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Mi. 18:00–19:00 Erwachsene, mit Sabine Jakob

### Fitnessgymnastik

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Mi. 19:00–20:00 Erwachsene, mit Sabine Jakob

### Step Aerobic

KONTAKT: Ina Heiken, Tel.: 05071 966977  
TRAININGSORT: KGS-Halle

Mo. 19:00–20:00 Erwachsene

Do. 19:00–20:00 Erwachsene

### Zumba

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Alte Sonderschule

Di. 17:00–18:00 Erwachsene,  
mit Melina van Strien

Do. 16:00–17:00 Erwachsene,  
mit Melina van Strien

## ANGEBOTE IM GESUNDHEITSSPORT

### Funktionstraining Wassergymnastik

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Hallenbad Schwarmstedt

Mo. 8:00–9:30 Erwachsene mit ärztl. Verordnung,  
mit Jutta Petersen

Do. 16:00–17:30 Erwachsene mit ärztl. Verordnung,  
mit Jutta Petersen

### Herzsport

KONTAKT: Gabriele Seehausen, Tel. 05071 3223  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Do. 19:00–20:00 Erwachsene mit ärztl. Verordnung

### Präventionssport

KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle  
TRAININGSORT: Kleine Sporthalle

Do. 18:15–19:00 Erwachsene, mit Uschi Grüneberg

### Yoga Kursangebot

KONTAKT: Gabriele Seehausen, Tel. 05071 3223  
TRAININGSORT: Alte Sonderschule

Di. 18:00–19:30 Erwachsene, mit Stefanie Magers

Die Teilnehmerzahlen bei einigen Kursen sind aus Platzgründen beschränkt.

Wünschen Sie sich ein weiteres Sport- oder Bewegungsangebot, dass der MTV Schwarmstedt noch nicht anbietet? Die Geschäftsstelle und die Übungsleiter haben gern ein offenes Ohr für Ihre Ideen und Anregungen.

Für weiterführende Informationen oder sonstige Anliegen ist die MTV-Geschäftsstelle gerne für Sie da:

Kontakt: Tel. 05071 912942  
info@mtv-schwarmstedt.de

Anschrift: Postfach 1248  
29685 Schwarmstedt

[www.mtv-schwarmstedt.de](http://www.mtv-schwarmstedt.de)

### Unser Vereinsbeitrag

Erwachsenenbeitrag	12€/Monat
Kinderbeitrag <sup>1</sup>	2€/Monat
Volljährige Schüler/Studierende/Auszubildende <sup>2</sup>	6€/Monat

<sup>1</sup> Der Beitrag ist an die Mitgliedschaft eines Elternteils gebunden. Das 3. Kind, sowie weitere Kinder einer Familie sind beitragsfrei.

<sup>2</sup> Bis max. zum 28. Lebensjahr, nur mit entsprechender Bescheinigung. Es besteht für Kinder die Möglichkeit zur finanziellen staatlichen Förderung. Anspruchsberechtigt sind Kinder aus finanziell benachteiligten Familien.

Stand: Mai 2022



**MTV**  
Schwarmstedt 1909 e.V.

SPARTEN & ANGEBOTE



# WILLKOMMEN BEIM MTV-SCHWARMSTEDT

Wir entwickeln uns laufend für Sie weiter, um Ihnen ein spannendes Sportangebot bieten zu können. Kontaktieren Sie deshalb bitte vor dem Besuch eines Angebots den zuständigen Übungsleiter oder die MTV-Geschäftsstelle, um sich über geänderte Trainingszeiten o.ä. zu informieren. Für manche Gruppen bestehen Wartelisten.

Wir bieten KEINE Seepferdchenkurse an, bitte wenden Sie sich diesbezüglich an die Schwimmmeister des Hallenbades Schwarmstedt.

Der Einstieg und Schnupperstunden sind jederzeit möglich, jedoch bitten wir um Ihre vorherige telefonische Anmeldung beim zuständigen Übungsleiter/Trainer.

Für vereinzelte Angebote erheben wir eine gesonderte Kursgebühr. Informationen hierzu, sowie die Vereinsatzung und das Beitrittsformular erhalten Sie bei unserer MTV-Geschäftsstelle oder auf unserer Homepage: [www.mtv-schwarmstedt.de](http://www.mtv-schwarmstedt.de).

## DIE ADRESSEN DER TRAININGSORTE:

<b>KGS-Halle</b> der KGS Am Beu 2, 29690 Schwarmstedt
<b>Kleine Sporthalle</b> der Grundschule Am Schloonberg 7, 29690 Schwarmstedt
<b>Alte Sonderschule</b> Mühlenweg 1, 29690 Schwarmstedt
<b>Hallenbad Schwarmstedt</b> Am Beu 4, 29690 Schwarmstedt

## TABELLEN-LEGENDE:

- Angebote für Klein-/Kinder
- Angebote für Jugendliche/Erwachsene

## SPARTEN & ANGEBOTE

<b>BALLSPORT</b>	<b>Ballspiele für besondere Kinder</b> (inklusive)
	KONTAKT: Ruth Hildebrandt, Tel. 05071 3831 TRAININGSORT: Kleine Sporthalle
	Sa. 11:00–12:00 Kinder 5 bis 7 Jahre
	<b>Badminton</b>
	KONTAKT: Gabi Edel, Tel. 0162 1029672 & Michael Graubohm, Tel. 05071 4628 TRAININGSORT: KGS-Halle
	Di. 18:30–19:30 Kinder/Jugendliche ab 8 Jahre, bei Gabi
	Di. 19:30–21:30 Jugendliche/Erwachsene, bei Michael
	<b>Basketball</b>
	KONTAKT: Dieter Tolks, Tel. 05073 7550 TRAININGSORT: siehe unten
	Mo. 17:30–19:00 männl. & weibliche Jugendliche ab 12 bis 14 Jahre Kleine Sporthalle
	Mi. & Fr. 18:00–20:00 Weibliche Jugend U18 KGS-Halle
	Mi. & Fr. 20:00–22:00 Herren KGS-Halle
	<b>Handball</b>
	KONTAKT: Alf Ginke, Tel.: 05071 3916 TRAININGSORT: KGS-Halle
	Di. 15:30–17:00 Minis ab 5 Jahre & E-Jugend 9 bis 11 Jahre
Do. 18:30–20:00 ab 11 Jahre	
Mo. & Mi. 19:00–21:00 Männliche Jugend A	
Mo. & Mi. 17:30–19:00 Jugend B, C & D ab 11 Jahre	
Do. 20:00–22:00 Damen	
Mo. & Mi. 19:00–22:00 1. Herren	
Mo. 19:00–22:00 2. Herren	
<b>Volleyball</b>	
KONTAKT: Helmut Clever, Tel. 05071 8182 TRAININGSORT: Kleine Sporthalle	
Mo. 19:00–20:30 Erwachsene	

<b>KAMPFSPORT</b>	<b>Karate</b>
	KONTAKT: Klaus Holstein, Tel.: 05026 226 TRAININGSORT: siehe unten
	Di. 18:00–19:00 Kinder 6 bis 12 Jahre Kleine Sporthalle
Di. 19:00–20:30 Jugendliche & Erwachsene Kleine Sporthalle	
Fr. 17:00–18:00 Jugendliche & Erwachsene KGS-Halle	

<b>LEICHTATHLETIK</b>	<b>Leichtathletik</b>
	KONTAKT: Patrick Rode, Tel.: 0173 9832221, Carola Hartmann, Tel. 05071 912140 TRAININGSORT: siehe unten
	Mo. 16:00–17:30 Kinder von 5 bis 10 Jahre, mit Carola & Marlene Hartmann und Melanie Graßl Kleine Sporthalle
Di. 17:00–18:30 Kinder ab 10 Jahre, Monique Schlüter KGS-Halle	
Di. 17:00–18:30 Jugendliche & Erwachsene, mit Patrick Rohde KGS-Halle	

<b>OUTDOORSPORT</b>	<b>Nordic Walking</b>
	KONTAKT: Gudrun Pachale, Tel.: 0160 91080314 Kerstin Pralle, Tel.: 05071 3297 TRAININGSORT: Esseler Weg, Ecke Abt. Conrad Weg
	Mo. 18:00–19:00 Erwachsene, mit Kerstin (im Winter: 17:00–18:00)
	Mi. 09:00–10:00 Erwachsene, mit Gudrun
Fr. 18:00–19:00 Uhr Erwachsene, mit Kerstin (im Winter: 17:00–18:00)	
<b>Wandern</b>	
KONTAKT: Gerd Brozinski, Tel.: 05071 1008 Nach Wanderplan Erwachsene	

<b>SCHWIMMEN</b>	<b>Schwimmen</b> (Dauertraining)
	KONTAKT: MTV-Geschäftsstelle TRAININGSORT: Hallenbad Schwarmstedt
	Mo. 16:30–17:30 Fortgeschrittene bei Katy
	Mo. 17:30–18:30 Masters bei Max
	Do. 16:00–17:00 Anfänger bei Meiken
	Do. 16:00–17:00 Fortgeschrittene bei Michael
	Do. 17:00–17:45 Anfänger bei Meiken
Do. 17:00–17:45 Fortgeschrittene bei Katy	
Do. 17:45–18:45 Fortgeschrittene bei Meiken	
Wir bieten KEINE Seepferdchenkurse an, bitte wenden Sie sich diesbezüglich an die Schwimmmeister des Hallenbades Schwarmstedt	

<b>TURNEN</b>	<b>Eltern-Kind-Turnen</b>
	KONTAKT: Gabi Edel, Tel.: 0162 1029672 Anke Beck, Tel.: 0151 27148435 TRAININGSORT: KGS-Halle
	Fr. 15:30–16:15 Kinder Gruppe 1, Fr. 16:15–17:15 Kinder Gruppe 2,

<b>TURNEN</b>	<b>Kinderturnen</b>
	KONTAKT: Gabi Edel, Tel.: 0162 1029672 Anke Beck, Tel.: 0151 27148435 TRAININGSORT: KGS-Halle
Fr. 14:30–15:30 Kinder ab 4 Jahren	

<b>TURNEN</b>	<b>Turnen fit und stark</b>
	KONTAKT: Gabi Edel, Tel.: 0162 1029672 Anke Beck, Tel.: 0151 27148435 TRAININGSORT: Kleine Sporthalle
Do. 16:00–17:00 Kinder im Grundschulalter	

<b>TURNEN</b>	<b>Gerätturnen</b>
	KONTAKT: Tanja Bilo, Tel. 05071 961908 Maika Peterkord, Tel.: 0151 57916006 TRAININGSORT: KGS-Halle
	Mo. 17:00–19:00 Wettkampfgruppe
	Do. 15:30–20:00 versch. Altersgruppen
Sa. 09:00–14:00 Anfänger, Fortgeschrittene & Showgruppe	