SC MELLE 03

Geschäftsstelle: Kohlbrink 14 · 49324 Melle · Telefon 0 54 22/92 98 92

Präsidium

Präsident	Gottfried Müller	0 54 22 / 18 84
Vizepräsident	Johannes Muhle	0 54 22 / 9 23 99 50
Vizepräsidentin	Jutta Dettmann	0 54 22 / 92 11 13
Vizepräsident	Hans Peter Meinke	0 54 22 / 57 42
Vizepräsident	Berthold Wesseler	0 54 22 / 4 29 48
Präsidiumsmitglied	Sarah Hensiek	0 54 22 / 7 03 94 17

Vorstand

Vorsitzender	Stefan Siepelmeyer	0 54 22 / 4 43 32
Stellvertretender Vorsitzender	Markus Reineke	0 54 22 / 4 25 02
Stellvertretende Vorsitzende	Heike Dahech	0 54 22 / 36 10
Vereinsmanager	Henning Wiehemeyer	0 54 22 / 92 98 92

Seniorenfrühstück

Wir frühstücken weiter!

Alle Vereinsmitglieder über 60 Jahre sind herzlichst eingeladen, sich zum Frühstück in der Geschäftsstelle anzumelden.

Wann?	16.09.2016, ab 9.15 Uhr
Wo?	Mehrzweckraum im Sportzentrum
Kosten?	Mitglieder 3,00 €, Nichtmitglieder 5.00 €

Weitere Informationen und Anmeldung:
Geschäftsstelle des SC Melle 03
Kohlbrink 14 · Melle · Tel.: 05422 / 929892

Impressum "Club Info" - SC Melle 03 **Heft Nr. 53**

Herausgeber: SC Melle 03
Geschäftsstelle
Kohlbrink 14
49324 Melle
Tel: 0 54 22/92 98 92
Fax: 0 54 22/92 98 93

Bankverbindung:
Sparkasse Melle
IBAN DE78265522860000105221
BIC NOLADE21MEL
E-Mail: info@scmelle.de
Homepage: www.scmelle.de

Redaktion: Uwe Hohnsträter, 49324 Melle, Inselweg 9, Tel. 0 54 22 / 18 35
Berichte bitte rechtzeitig einreichen bei der Geschäftsstelle oder per E-Mail: uwe-hohnstraeter@osnanet.de
Berichte in Microsoft WORD.doc oder .txt. Bilder ***separat*** als jpg-Datei abspeichern. Manuskripte und Bilder können nach Erscheinen in der Geschäftsstelle abgeholt werden.

Druck: Westfalia-Druckerei GmbH & Co. KG, Betriebsstraße 3, 32584 Löhne, Tel. 0 5731/2507-0, ***www.westfalia-druckerei.de***

Anzeigen: Sarah Lenger, Geschäftsstelle SC Melle 03, Kohlbrink 14, 49324 Melle, Telefon 0 54 22 / 92 98 92
E-Mail: **uwe-hohnstraeter@osnanet.de**

Umschlaggestaltung: www.bildschoen-werben.de

Erscheinungsweise: jeweils Mitte der Monate Februar, Mai, August, November

Redaktionsschluss: für Ausgabe Nr. 54 ist der 1. Oktober 2016

SC Melle im Internet: ***www.scmelle.de***

Inhaltsverzeichnis

Präsidium / Vorstand 1
Impressum 2
Geschäftsstelle 5
Badminton 13
Fußball 15
Handball 25
Leichtathletik 35
REHA-Sport 69
Schwimmen 75
Tennis 79
Trampolinturnen 81
Turnen 83
Volleyball 91
Sportangebot 93
Geburtstage 119

Vereinsbeiträge

Beiträge:	Monatsbeitrag
Kinder / Jugendliche	7,75 Euro
Erwachsene ab 18 Jahre	12,00 Euro
Familien	26,00 Euro
Passiv	5,50 Euro

Kündigungen der Vereinsbeiträge sowie der zusatzbeitragspflichtigen Angebote können nur schriftlich 4 Wochen zum Ende des Quartals ausschließlich in der Geschäftsstelle oder im Sportzentrum am Carl-Starcke-Platz vorgenommen werden.

Bei dem Tennis-Jahresbeitrag handelt es sich um einen Festbetrag, der bei unterjähriger Kündigung nicht anteilig erstattet wird..

Wir trauern um

Hanna Pohl
71 Jahre

Brigitte Wickborn
59 Jahre

Klaus Hohnstäter
64 Jahre

Ehrenmitglied Hartmut Wippermann
81 Jahre

Frank Eberhard
61 Jahre

Heizen mit Holz, Solar und Wärmepumpe

Kontrollierte Wohnraum-Lüftung

Komplett-Badsanierung, Wasser-behandlung

Wartung und Reparaturen von Gas- und Ölanlagen

Hermann DEITERS GMBH

HEIZUNG SANITÄR ELEKTRO

MEISTER DER ELEMENTE

Rehteich 6 – 49324 Melle

Telefon : 05422 / 930 130
Fax : 05422 / 930 131

eMail : Deiters_GmbH@t-online.de
Internet : Deiters-GmbH.de

IHR ANSPRECHPARTNER

Wir übernehmen Ihre Druckaufträge – engagiert und kompetent!

Individuelle Drucksachen bis zum Format 74 x 104 cm

GESCHÄFTSDRUCKSACHEN · FORMULARE · MAPPEN
WERBEDRUCKSACHEN · ETIKETTEN · VEREDELUNG
und vieles mehr!

Werner Hofmeyer · Telefon 0 57 31 - 25 07 25 · w.hofmeyer@westfalia-druckerei.de

SCAN MICH

wd Westfalia-Druckerei GmbH & Co. KG

Betriebsstraße 3 · 32584 Löhne
Tel. 0 57 31 - 25 07-0
Fax 0 57 31 - 2 98 56
info@westfalia-druckerei.de
www.westfalia-loehne.de

Geschäftsstelle: Kohlbrink 14, 49324 Melle

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mo., Di., Mi. und Fr.
9.00 – 12.00
Dienstag 15.00 – 18.00
Donnerstag 8.00 – 19.00

Telefon: 0 54 22/92 98 92
Telefax: 0 54 22/92 98 93
E-Mail: info@scmelle.de
Homepage: www.scmelle.de

Die Mitarbeiter in der Geschäftsstelle:

Henning Wiehemeyer	Vereinsmanager
Erika Stock	Mitgliederverwaltung, Beiträge und Kursgebühren
Birgit Koschel	Buchhaltung
Sarah Egbers	Lizenzen, Kursverwaltung, ClubInfo
Vanessa Wedegärtner	Ansprechpartnerin für Aus- und Weiterbildungen
Marco Peters	Azubi zum Sport- und Fitnesskaufmann (3. Lehrjahr)

Terminplan Club-Info

Ausgabe	**Redaktionsschluss**	Erscheinungsdatum
4.2016	**1. Oktober 2016**	Mitte November 2016

Bitte unbedingt den Redaktionsschluss einhalten !

Osnabrück

inlingua

SPRECHEN. VERSTEHEN. LEBEN.

Sommer in Sicht

Jetzt Sommer-Crash-Kurse bei inlingua belegen!

- Englisch, Spanisch, Italienisch, Deutsch etc.
- Für Arbeitssuchende: Aktivierungsgutschein!

Rufen Sie uns an: ☎ 0541-21854
oder mailen Sie an: info@inlingua-osnabrueck.de

inlingua Osnabrück, Konrad-Adenauer-Ring 24,
49074 Osnabrück, www.inlingua-osnabrueck.de

FIRSTSTOP

Schleef

Reifen
Räder
Sportline

Autoservice aus Meisterhand!

www.reifen-schleef.de

Ochsenweg 2 · 49324 Melle
Tel. 05422-92270 Fax 922722

Hartmut Wippermann

† 12. Juli 2016

ist verstorben. Das Ehrenmitglied des SC Melle 03 ist nach langer Krankheit im 82. Lebensjahr für immer von uns gegangen.

Mit ihm verliert Melle und unser Verein eine Persönlichkeit, die sich in unterschiedlichsten Funktionen ehrenamtlich über Jahrzehnte für das Gemeinwohl eingesetzt hat. So galt auch dem Sport, insbesondere dem Schwimmen, seine besondere Aufmerksamkeit. Lange leitete er bei TuRa Melle mit großem Erfolg die Schwimmabteilung.

Unvergessen bleibt sein Einsatz für den Bau eines neuen Hallenbades. Als Vertreter des Sports und als Kommunalpolitiker haben sein unermüdliches Engagement und seine Beharrlichkeit sicherlich dazu beigetragen, dass im Februar dieses Jahres das GrönegauBad eröffnet werden konnte. Trotz seiner Erkrankung nahm er an der Einweihung teil und erfuhr Anerkennung und Dankbarkeit für seinen Einsatz zum Bau dieses Bades.

Neben dem Schwimmsport galt sein Interesse aber auch dem Sport allgemein. So begleitete er aufmerksam die Fusion der Vereine TuRa und TuS und die weitere Entwicklung des SC Melle 03. Er war immer ein wertvoller Ratgeber und geschätzter Gesprächspartner.

Wir trauern mit seinen Angehörigen um Hartmut Wippermann. Der Sport in Melle ist ihm zu tiefstem Dank verpflichtet. Seine Fairness, Toleranz und Hartnäckigkeit sind gerade im Sportbereich Tugenden, die Vorbild für uns Sportler sind. Wir werden Hartmut in ehrenvoller und bleibender Erinnerung behalten.

Gottfried Müller	*Stefan Siepelmeyer*
Präsident	Vorstandsvorsitzender

HOCH HINAUS?

BEWIRB' DICH JETZT FÜR EINE AUSBILDUNG BEI ARGELITH.

WIR SUCHEN DICH ALS:

INDUSTRIEKAUFMANN (M/W)
INDUSTRIEKERAMIKER (M/W)
INDUSTRIEMECHANIKER (M/W)
ELEKTRONIKER (M/W)
MASCHINEN- UND ANLAGENFÜHRER (M/W)

DU MÖCHTEST BEI UNS DURCHSTARTEN?

Dann sende bitte deine aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen an:

Argelith Bodenkeramik H. Bitter GmbH
Personalabteilung
Schledehauser Straße 133
49152 Bad Essen

... oder per E-Mail an personal@argelith.com

NOCH FRAGEN?

Dann melde dich gern telefonisch unter 05472 4020.

argelith
BODENKERAMIK

www.argelith.com

Neuer FSJ'ler beim SC Melle 03

Ich heiße Amin Dahech und ich komme aus Tunesien. Ich bin 28 Jahre alt und habe in Sfax/Tunesien Sport studiert.

Da ich noch auf meine erste Stelle als Sportlehrer warte, wollte ich die Zeit sinnvoll nutzen und habe mich beim SC Melle für ein FSJ beworben.

Ich möchte in meinem FSJ viele neue Eindrücke und Erfahrungen sammeln.

Ich spreche arabisch, französisch, ein bisschen englisch und lerne seit Mai fleißig deutsch.

Ich freue mich sehr auf meine Aufgaben im SC Melle, die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen und auf die Zeit im Sportzentrum MellAktiv.

Sportliche Grüße, Amin

Silvester Party

Eintritt € 29,-

Einlass ab 19:00 h

Buffet ab 19:45 h

Der Eintritt beinhaltet:
Kalt-Warmes Buffet
Mitternachtssekt

Open End · Tanz- und Party-Musik vom DJ

Kartenvorverkauf

Geschäftsstelle des SC Melle 03 (Kohlbrink 14)
Mo. - Fr. 9 - 12 Uhr, Di. 15 - 18 Uhr, Do. 8 - 19 Uhr
Tel. 0 54 22 / 92 98 92

FINALE (Am Wellenbad 45)
Di. - Fr. ab 18 Uhr und Sa. & So. ab 15 Uhr
Tel. 0 54 22 / 7 04 67 25

Barre
PRIVATBRAUEREI

Blickpunkt Gesundheit: Frühjahrsvorträge

Für unsere Vortragsreihe „Blickpunkt Gesundheit“ konnten wir in diesem Frühjahr zwei sehr engagierte Referentinnen gewinnen.

Am Dienstag, dem 3. Mai, erfuhren wir von der Meller Heilpraktikerin Martina Arlt, welche Ursachen und Auswirkungen die Übersäuerung des Menschen haben kann. In Ihrem kurzweiligen und gut verständlichen Vortrag hat Frau Arlt immer wieder das Publikum mit eingebunden und ist auf Fragen jederzeit gerne und ausführlich eingegangen. Etwa 35 Besucher konnten erfahren, wie viel Einfluss die Ernährung auf die Stoffwechselprozesse in unserm Körper hat.

Neben dem Was - ist Rohkost wirklich so gut für mich? - ist von gleich großer Bedeutung das Wie – gut gekaut ist halb verdaut! - , sowie das Wann – die größte Verdauungsarbeit findet am frühen Nachmittag statt. Mit diesen neuen Erkenntnissen kann es möglich sein, die eigenen Essgewohnheiten zu hinterfragen und gegebenenfalls zu ändern.

Ein Buffet mit Möglichkeiten, um eine gute Balance in allen Lebensbereichen zu finden, servierte Kerstin Boose, systemische Beraterin und Yogalehrerin mit Meller Wurzeln, in ihrem Vortrag über Selbstmanagement am 17. Mai.

Durch Ausprobieren, die Methode zu finden, durch die es einem möglich ist, das innere Gleichgewicht herzustellen und so das eigene Wohlgefühl zu erhöhen. Dies kann durch zum Beispiel durch bewusstes Atmen, Bewegung in der Natur, Massagen, Meditation oder Yoga erreicht werden. Aufgelockert wurde dieser spannende Vortrag durch mehrere kurze Mitmachübungen wie das Erden durch Druck der Hände auf die Knie oder das Malen einer liegenden Acht in der Luft, um die rechte und die linke Gehirnhälfte zu vernetzen.

Die eigenen Potentiale erkennen und Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen sind nur zwei Bausteine, die nachhaltig das Leben zum Positiven verändern können.

Wir danken Frau Arlt und Frau Boose für zwei lebendige, authentische Vorträge.

Erika Stock

ALLTAGSHELDEN AUFGEPASST:

Das Heide Park Resort und die SportEhrenamtsCard Niedersachsen sagen anlässlich der 12. Woche des bürgerschaftlichen Engagements am 24. und 25. September 2016 allen Ehrenamtlern „Danke".

Alle Ehrenamtler erhalten mit ihren Sportgruppen oder mit bis zu vier Begleitern aus der Familie oder dem Freundeskreis an beiden Aktionstagen bei Nachweis Vereinszugehörigkeit (Vereinsausweis oder schriftliche Bestätigung) ein vergünstigtes Heide Park Ticket an der Tageskasse. **Buchen Sie Ihre Tickets zum Vorteilspreis ganz einfach online unter www.heide-park.de/tag-des-ehrenamts**

Kinder/Jugendliche (3 -17 J.) 18 € p. P.

Erwachsene (ab 18 J.) 20 € p. P.

Ehrenamtler die in Begleitung ihrer Jugendgruppe (ab 10 zahlenden Kindern) kommen, erhalten an diesem Tag freien Eintritt (Nachweis einer Vereinszugehörigkeit, wie der Vereinsausweis oder eine schriftliche Bestätigung ist erforderlich). Um diesen Vorteil in Anspruch zu nehmen, senden Sie bitte eine E-Mail mindestens 2 Werktage im Voraus an gruppen@heide-park.de und melden Sie Ihre Gruppe an. Verbindlich für die Anmeldung ist unsere schriftliche Bestätigung.

Bei Fragen kontaktieren Sie bitte Frank Harre unter 0151-12017631 oder frank.harre@heide-park.de

Badminton

Bei den **Kreismeisterschaften** in Hilter am 4. und 5. Juni konnte der SC Melle zwei Kreismeistertitel holen.

Hier die Platzierungen aus Meller Sicht im Einzelnen.

Mädchen U9
3. Emilia Meyer SC Melle 03

Jungen U9
1. Leroy Englich SC Melle 03

Mädchen U11
6. Leni Schöder SC Melle 03

Mädchen U 13
1. Pauline Meyer SC Melle 03

Jungen U13
4. Linus Englich SC Melle 03

13.Fiete Schmidts SC Melle 03

Mädchen U17
1. Jana Petersmeyer SC Melle 03

Leroy

Leni

Linus

Jana

Beim **C-Ranglistenturnier in Bad Bentheim** hat Leroy Englich in seiner Klasse U9 gewonnen. Sein Bruder Linus wurde Dritter in der U13. Marvin Meißner wurde Vierter U17 und Jana Petersmeyer zweite in der U17

Weitere sehr gute Ergebnisse errreichen die Meller Badmintonspieler beim B-Ranglistenturnier in Schüttorf. Für die Teilnahme an B-Ranglistenturnieren muss man sich über ein sehr gutes Abschneiden auf Kreisebene qualifizieren. B-Turniere finden auf Bezirksebene statt und sind dem entsprechend mit leistungsstarken Spielerinnen und Spieler besetzt.

Marvin

Hier konnte Leroy Englich in seiner Klasse U9 sogar gewinnen und Pauline Meyer wurde Vierte in der U13.

Bei den Kreismeisterschaften im Doppel und gemischtem Doppel gingen alle Titel an den SC Melle 03.

Pauline

Leider war die Beteiligung gering, trotzdem hatten alle viel Spaß.

Hier die Ergebnisse aus Meller Sicht:

Mixed
1. Platz Claudia Freese / Tobias Brockhoff
2. Platz Johanna Fechtenkötter / Roman Geile
6. Platz Jana Petersmeier / Lennart Böhmann

Damendoppel
1. Platz Claudia Freese / Jennifer Fischer

Herrendoppel
1. Platz Tobias Ölschläger / Tobias Brockhoff
2. Platz -Stephan Weber / Roman Geile
4. Platz Lennart Böhmann / Dirk Böhmann

Auch in diesem Jahr nehmen wir wieder an der Ferienpassaktion der Stadt Melle teil. Die Kinder haben hierbei die Möglichkeit das Badmintonspielen auszuprobieren.

GIRO STAR
Einfach. Besser. Leben.

Fußball

B1-Jugend des SC Melle erreicht Platz 3 in der Bezirksliga

Nach Platz 5 im Vorjahr erreichte die B1-Jugend des SC Melle 03 in der Saison 2015/16 einen hervorragenden 3. Tabellenplatz in der B-Juniorenbezirksliga. Die klassenhöchste Meller Jugendfußballmannschaft zeigte dabei viele gute Spiele und wusste mannschaftlich zu überzeugen. Bis weit in die Rückrunde lieferten sich die Meller ein Kopf- an Kopfrennen mit den Mannschaften von BW Hollage und GW Brockdorf.

Zum Ende der Saison ging den Mellern zwar etwas die Luft aus, trotzdem war es eine sehr erfolgreiche Saison. Mit 81:40 Toren und 54 Punkten kann sich die Saisonbilanz sehen lassen. Besonders erfreulich war das sehr faire Auftreten der Mannschaft während der gesamten Saison, was sich in der Fairnesswertung niederschlug, die der Meller Nachwuchs gewinnen konnte.

Nach der Sommerpause wird die neue B1 es schwer haben, ähnlich gut abzuschneiden. Nur 4 Spieler bleiben der B1-Jugend erhalten, so dass sich zunächst einmal eine ganz neue Mannschaft finden muss. Mit Trainingsfleiß und großem Engagement sollte es gelingen, das Ziel der neuen Saison (einen einstelligen Tabellenplatz) zu erreichen.

Auf dem Foto sind die Spieler der B1-Jugend vor dem letzten Saisonspiel zu sehen: Stehend von links: Maurice Poerschke, Jannis Barfels, Jannik Althof, Brian Dörnenburg, Can Vardar, Robin Samland, Jannis Bänsch, Ole de Vries, Jordan Dusinovic. Knieend von links: Sven Aufderheide, Marcel Hülk, Petros Mintsis, Hendrik Brune, Lukas Widner, Mohamed Ahmet und Daniel Otto. Es fehlt: Enes Ceylan

2. Volksbank-
Spendenauf
in Hilter am 16.10.2015
» Im Rahmen des Ockermarktes
» 5- und 10-KM-Strecke
» Siegerpreisgeld 150,- €
» In Kooperation mit
TuS Hilter und
Sportler 4 a childrens world
Jetzt
Anmelden
auf
www.laufen-os.de
Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.
Wir machen den Weg frei.
Weitere Informationen zum Lauf
auf unserer Homepage
www.voba-eg.de/lauf
Meine Bank
Volksbank eG
Bad Laer-Borgloh-Hilter-Melle

Die U15-Fußballer des SC Melle 03 steigen in Bezirksliga auf

Die U15-Jugendmannschaft (C1) des SC Melle 03 ist in die Bezirksliga Weser-Ems aufgestiegen. Als Tabellendritter sicherte sich die Mannschaft von Trainer Savvas Keissoglou und Betreuer Bernd Volkmer den Aufstieg bereits einige Spieltage vor Abschluss der Kreisligasaison.

Den Grundstein legte die offensivstärkste Mannschaft der Liga (über 100 Tore!) bereits vor der Winterpause, als man mit 10 Siegen und lediglich einem Unentschieden zwischenzeitlich sogar die Tabellenführung übernommen hatte. Dies war umso erstaunlicher, da die Meller überwiegend mit Spielern des jüngeren Jahrgangs 2002 antraten und im Vergleich zur Konkurrenz zunächst eher als Außenseiter galt.

Nach der Winterpause musste das Team dann aber doch eine kleine Schwächephase überstehen und fiel auf den 3. Platz zurück. Diesen 3. Rang konnte die Mannschaft dann aber dank einer kämpferischen und spielerischen Leistungssteigerung behaupten und sich mit 10 Punkten Vorsprung vor dem Viertplatzierten über den Aufstieg in die Bezirksliga freuen.

Am Ende standen bei 19 Siegen, 2 Unentschieden und 5 Niederlagen insgesamt 59 Punkte und ein Torverhältnis von 103:43 zu Buche. Gratulation dem jungen Team, das nun erwartungsvoll in die neue Saison der Bezirksliga blickt.

Oben v.l.: Betreuer Bernd Volkmer, Florian Placke, Moritz Drygalla, Malte Pohlmann, Kilian Pilkenroth, Mats Niemann, Jewgenij Pinejder, Trainer Savvas Keissoglou. Unten v.l.: Nils-Gordon Kube, Marius Böhne, Ioannis Tastsoglou, Emre Yücel, Kai Volkmer, Niko Hülk. Es fehlen: Stefanos Keissoglou, Khaled El-Khatib, Marc-Heiko Mücerret.

D-II – Saison zur Entwicklung

Die D-II des SC Melle wurde für diese Saison wie die D-1 für die 1. Kreisklasse gemeldet. Nur mit Spielern des jüngeren Jahrgangs erreichten wir in der Herbstrunde mit 4 Siegen und 1 Niederlage den 2. Tabellenplatz und qualifizierten uns somit in der Rückserie für die Kreisliga. Dies war für die junge Mannschaft schon ein großer Erfolg.

In der Hallenrunde spielten wir bei den D-II-Mannschaften, wo auch viele Mannschaften mit Spielern des älteren Jahrgangs antraten. Hier meldeten wir 2 Mannschaften, wobei eine Mannschaft mit Spielern der D-III ergänzt wurde. Die D-II B qualifizierte sich souverän für die Endrunde. Die D-II A zog überraschend nach, so dass der SC Melle mit 2 Mannschaften zur Endrunde in Gesmold antrat. Die D-II A schied hier in den Gruppenspielen aus. Die D-II B erreichte das Halbfinale und hatte in dem Halbfinalspiel genügend Chancen, um das Spiel für sich zu entscheiden. Dies gelang leider nicht. Mit einem Unentschieden ging es zum 10-Meter-Schießen. Hier schied die Mannschaft, wie bereits im Vorjahr, unglücklich aus. In Spiel um Platz 3 war dann die „Luft“ raus und wir wurden Vierter.

In der Rückserie der Freiluftssaison spielten wir in der Kreisliga mit den besten Mannschaften aus dem älteren D-Jugend-Jahrgang. Hier konnten wir in vielen Spielen mithalten bzw. diese auch positiv gestalten. Hier erreichten wir schließlich Platz 5 unter 6 Mannschaften. Mit etwas mehr Glück und mit einer konstanteren Leistung in dem einen oder andrem Spiel wäre hier jedoch mehr drin gewesen. Für uns stand aber die Entwicklung der Mannschaft im Vordergrund. So sehen wir positiv in die Zukunft, denn auch in der neuen Saison können wir immer noch im D-Jugend-Bereich kicken. Hier werden wir dann zukünftig auch auf die Mannschaften aus der Stadt Osnabrück treffen. So gesehen gehen wir gespannt in die neue Saison.

Der Kader: vordere Reihe Jan Reinken, Sven Volkmer, Stephan Bismar, Leonard Otrzonsek, Mohammed Yusuf, Stephan Schaschkov, Tobias Leimbrock. Hintere Reihe: Trainer Sigi Volkmer, Rouven Bordihn, Noah Werges, Tyler Mandley, Kai Pilkenroth, Cedric Teikowski, Jost Bischoff, Niklas Rudolph, Collin Cross, Betreuer Martin Bischoff

Für die Fußballer der F2-Jugend des SC Melle ist eine abwechslungsreiche Saison zu Ende gegangen. Im September 2015 ist die Mannschaft mit 12 Kindern in die Saison gestartet und hat in einer Staffel, besetzt mit erfahrenen F1 Mannschaften, erste kleine Achtungserfolge erzielt. Zu Beginn der Hallensaison haben sich 3 weitere Kinder der Mannschaft angeschlossen. In unterschiedlichen Zusammensetzungen wurden dann bei insgesamt 8 Hallenturnieren weitere fußballerische Erfahrungen gesammelt. Im April 2016 ist die Mannschaft mit insgesamt 18 Spielern in eine neu eingeteilte Staffel gestartet, auch hier waren die meisten Gegner wieder erfahrende F1 Mannschaften. Gespielt wurde im sogenannten Fairplay Modus, dass bedeutet, es gibt keine Schiedsrichter und die Kinder sollen Regelverstöße möglichst selber erkennen und entscheiden. Ergebnisse sollen eine untergeordnete Rolle spielen und von außen soll möglichst wenig Einfluss auf das Spiel genommen werden. Nach der Ausschreibung wird mit 5 Feldspielern + 1 Torhüter gespielt, vor jedem Spiel konnte sich jedoch mit den Trainern auf eine 6 + 1 Regelung geeinigt werden, um den 18 Kinder etwas mehr Einsatzzeiten zu ermöglichen. Durch häufiges Wechseln, neue Formationen und Positionswechsel hat der Spielfluss zwar manchmal gelitten, insgesamt hat die Mannschaft jedoch oft gute Ansätze gezeigt und sich fußballerisch weiterentwickelt. Die Ergebnisse stehe zwar nicht im Vordergrund, gehören jedoch irgendwie immer noch dazu. Nur beim 0:4 im ersten Saisonspiel blieb die Mannschaft ohne Torerfolg, in allen anderen Spielen der Fairplay Liga wurde mindestens 1 Tor erzielt, die Tore verteilten sich dabei auf viele unterschiedliche Torschützen. Alle Kinder haben aus Trainersicht angemessene“ Einsatzzeiten und auch (teilweise unfreiwillige) Pausen bekommen. Die Positionen auf dem Spielfeld wurden ebenfalls gewechselt, so haben z.B. in den letzten 3 Spielen insgesamt 4 unterschiedlichen Torhütern gespielt. Der mitreißende 3:2 Sieg gegen den Staffelsieger TuS Bad Essen F1 war deren einzige Niederlage in 18 Spielen bei der Hallenrunde. Der Gegner aus dem ersten Saisonspiel (0:4) wurde dann im Mai nach starker Mannschaftsleistung mit 5:2 besiegt. In der nächsten Saison kann sich die Mannschaft in der E-Jugend mit einem neuen Trainerteam neuen Aufgaben stellen und die nächsten Entwicklungsschritte angehen.

F3-Kicker gewinnen Franz Grammann Turnier 2016

Am Sonntag, dem 19.06.2016, gewann die F3-Jugend erneut nach 2014 das alljährliche Franz Grammann Turnier für G- und F-Jugend mit insgesamt 204 Teams aus dem gesamten Landkreis Osnabrück.

Nachdem man am Vormittag die Vorrunde in Bad Laer mit 4 Siegen und 1 Remis beendete ging es am Nachmittag weiter zur Endrunde nach Glane.

Dort traf man auf die Teams vom TuS Bramsche und TuS Eintracht Rulle die auch jeweils ihre Vorrunden gewinnen konnten.

Diese ermittelten in direkten Duellen den Turnier-Sieger. Nachdem diese drei Finalspiele jeweils nach 10 Minuten mit 1:1 endeten ging es ins 9-Meter-Schießen (jeder gegen jeden). Hier gelang es dann dem SC Melle 03 jeweils als Sieger abzuschließen und als Turnier-Sieger 2016 den begehrten Siegerpokal mit nach Melle mitnehmen zu dürfen.

Ein großes Kompliment an die gesamte Mannschaft zu dieser Leistung!

v.l.: Mathis Weber, Emilio Pepe, Trainer Thomas Palzer, Moses Schürmann, Anton Schmieder, Jacob Werges, Trainer Mirco Pepe, Kai-Luca Palzer, Dean Engel. Liegend: Torhüter Leon Koch und Felix Franke. Es fehlen: Max Mithöfer, Keanu Schnitker und Max Prume

Schwierige Saison mit erhobenen Köpfen absolviert

Zu Beginn der Saison 2015/2016 haben die D-II-Juniorinnen des SC Melle 03 erst im 3. Spiel den ersten Sieg erreicht! Obwohl noch etwa die Hälfte der Spielerinnen in der E-Jugend hätte spielen können, wurde das Team - personell bedingt - in der nächsthöheren Altersklasse gemeldet. Die daraus resultierenden Alters- und Größenunterschiede wirkten sich häufig zu Ungunsten aus, wenn gegen körperlich - und z.T. spielerisch - überlegene Gegner klare Niederlagen hingenommen werden mussten. Aber die Mädels bissen auf die Zähne und behielten die Köpfe auch nach solchen Spielen oben.

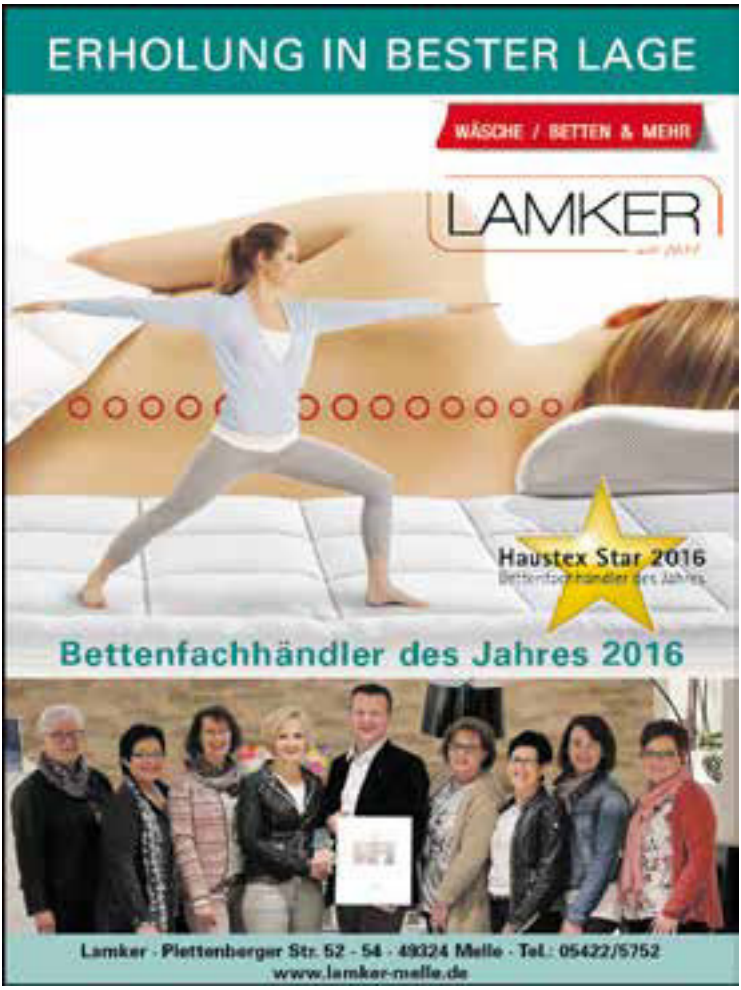
Die Lerneffekte und das körperliche „Dagegenhalten" in der Rückrunde führte dazu, dass schließlich aus den 4 Rückspielen gute 5 Punkte eingefahren werden konnten.

Zum Saisonabschluss eine Klasse-Leistung gegen den Tabellenführer

Am letzten Spieltag bestritten die D-II-Mädels ihr Spiel gegen die SG Glandorf/Schwege. Die Gäste hatten noch Ambitionen auf den Meistertitel, für den sie noch einen Punkt benötigten. Im Hinspiel hatten die Meller Mädchen noch deutlich mit 0:10 das Nachsehen gegen die deutlich ältere Mannschaft aus dem Südkreis. Eine Abwehrschlacht stand also bevor...

Der Beginn war daher sehr von der Meller Defensiv-Aufstellung geprägt. Das Glandorfer Team erspielte sich einige gute Chancen, die zunächst aber ohne zählbaren Erfolg blieben. Tapfer wehrten sich die Mädchen des SC Melle, bevor es dann vor der Pause doch noch zweimal einschlug: ein Distanzschuss ins untere Eck, sowie ein Alleingang aufs Tor. Dennoch erarbeitete sich die Meller Mannschaft schon in Halbzeit 1 einige Chancen.

Im zweiten Durchgang änderte sich das Bild. Durch eine tolle Abwehrleistung ließen die Mädels des SCM kaum noch eine klare Torchance für den Gegner zu. Mehr noch: die



Zeugnis! Jetzt gute Noten sichern!
Mühlenstr. 34 · 49324 Melle
Telefon 05422/1211
www.studienkreis-melle.de
info@studienkreis-melle.de
Studienkreis
Die Nachhilfe

Ihr Installationspartner für
Kunden-dienst
Elektro
Sanitär
Klemp-nerei
Heizung
Beratung Planung Montage
F.Wischmeyer
Weststraße 23
49324 Melle
Tel. 0 54 22/9 41 80

flinke Sturmabteilung konnte sich etlche Torschüsse erarbeiten. Drei Versuche konnte die gegnerische Torhüterin noch abwehren, ehe Carla mit einem klasse Schuss auf 1:2 verkürzte. Das brachte Nervosität in die Reihen des Gegners. Elif traf das Lattenkreuz, ehe sich Sofia den Ball schnappte und mit einem flachen Distanzschuss zum vielumjubelten 2:2 traf.

Es wäre sogar ein Sieg dringewesen, aber bei Betrachtung der beiden Halbzeiten stand am Ende ein gerechtes Unentschieden. Und so jubelten am Ende beide Mannschaften: Glandorf/Schwege wegen der verdienten Meisterschaft und unsere Meller Mädchen wegen einer tollen Leistung und dem Punktgewinn.

Das war eure beste Saisonleistung!

Eure Trainerinnen (Lisa Birth und Sina Kulessa) und euer Betreuer sind stolz auf euch!

Jörn Gehrke (Betreuer)

Und das ist die Mannschaft: Ann-Sophie, Isabel, Emilia, Elif, Leonie, Anika, Maya, Lee, Nele, Svenja, Djivia, Carla und Sofia.(es fehlen): Chayenne, Dana und Sanya.

keine **HAUSMESSE** !

keine **30% AUF ALLES** !

kein **GEBURTSTAG** !

... sondern einfach gute Preise !

Unsere ***Niedrigpreisgarantie***

Denken Sie daran, nicht die PROZENTE entscheiden, sondern der **PREIS**.

fairer

IHR EINRICHTUNGS-PARTNER

Wohnideen auf über 5.600 m²

MÖBEL BUSSDIEKER

Wohnen - Schlafen - Kochen - Leben

49324 Melle/Gerden • Maschweg 23 (hinter dem E-Center)
Tel. (05422) 5749 od. 2893 • **www.moebel-bussdieker.de**

Ihr Partner für mehr Lebensqualität unterm Dach

QUALITÄT RUND UMS DACH

Radke Dachfenster

VELUX

GESCHULTER BETRIEB

Qualität vom Meisterhand

Beratung, Verkauf, Montage und Service von Dachfenstern

10 Jahre

Anton-Schlecker-Str. 13 · 49324 Melle · Tel. 05422/9102995 · Fax 9102916
Mobil 0172/6026379 · radke-dachfenster@osnanet.de · www.dachfenster-radke.de

Handball

Ein Team! Ein Ziel! Eine Serie!

Dieser Spruch stand auf den Meistershirts die sich die Tiger passend zum letzten Saisonspiel in Bramsche hatten anfertigen lassen. Er spiegelte bestens die abgelaufene Saison mit den personellen Problemen, der unglaublichen Siegesserie und der am Ende verdienten Meisterschaft und dem damit verbundenen Aufstieg in die Landesliga wider.

Bis es soweit war mussten die Meller im Saisonendspurt aber nochmal alles geben. Nachdem man am 20. Spieltag erstmals auch nach Pluspunkten die Tabellenführung übernommen hatte, standen noch insgesamt vier Spiele (davon drei auswärts) auf dem Programm.

Den Anfang machte die Partie bei der HSG Friesoythe. Ein Gegner, der im Hinspiel im Grönegau eine empfindliche Pleite einstecken musste und somit auf Wiedergutmachung aus war. Dies merkte man auch im Verlaufe der Begegnung. Der Gastgeber konzentriert und griffig, die Tiger etwas zu nachlässig im Angriff und in der Deckung oftmals einen Schritt zu spät. Wenigstens der Kampfgeist stimmte über die gesamte Spielzeit hinweg und so konnte man zwischenzeitliche Rückstände bis zur Pause (15:15) und in der 45. Minute (25:25) wieder ausgleichen. Nicht zuletzt der Kampfgeist und das Ziel Aufstieg vor Augen, sondern auch die hervorragende Kondition der Truppe sorgten dafür, dass man in der Schlussphase einen noch recht deutlichen 33:27 Erfolg verbuchen konnte. Hinter einem schweren Auswärtsspiel war somit ein Haken gesetzt.

Die nächste Auswärtspartie führte die Meller HSG zum Tabellenschlusslicht nach Quakenbrück. Der Gastgeber stand zu diesem Zeitpunkt bereits als Absteiger fest und wollte dennoch ein ordentliches Spiel liefern. Die Tiger ihrerseits mussten sich auch an diesem Tag zunächst in das Spiel kämpfen. Einer ausgeglichenen Anfangsphase folgte ein Lauf der Tiger (8:2). Gefolgt von einer erneuten Schwächephase konnte man dennoch eine Pausenführung erzielen (17:11). Die 2. Hälfte dominierte man dann ohne dabei großartig zu glänzen. Folgerichtig stand beim Schlusspfiff ein auch in der Höhe verdienter Sieg mit 40:24.

Somit war die eigene Erfolgsserie auf mittlerweile 18 Siege ausgebaut und man konnte am vorletzten Spieltag die Meisterschaft perfekt machen.

Zu Gast im Neuenkirchener Hexenkessel war die Zweite Mannschaft des FC Schüttorf 09. Eben jener Gegner, der dem hartnäckigsten Verfolger, dem TV Cloppenburg 2, am vorangegangenen Spieltag eine Niederlage zugefügt hatte. Man war also gewarnt und wusste, dass man an diesem Tag eine sehr gute Leistung abrufen müsste. Zunächst entwickelte sich auch das erwartet schwere Spiel. Doch spätestens nach zehn Minuten übernahmen die Tiger komplett die Kontrolle und konnten sich über 9:4 und 12:7 bis zur Pause auf 20:11 absetzen. Eine kleine Vorentscheidung war gefallen und so reichte es den Vorsprung in der 2. Hälfte zu verwalten. Am Ende hieß es 38:28 und bereits Minuten

vor dem Ende konnten sich alle auf eine emotionale Feier einstellen. Spätestens mit dem Schlusspfiff brachen dann alle Dämme bei Mannschaft und Fans und man ging fließend in die Feierlichkeiten über! Meisterschaft! Aufstieg! Einfach nur geil!

Das letzte Saisonspiel führte die Tiger dann, wie schon eingangs erwähnt, zum TuS Bramsche 2. Hier galt es nur noch einen letzten Schritt zu machen und die unglaubliche Serie von dann 20 Siegen in Folge perfekt zu machen. Die Meller erwartete dabei eine große Überraschung. So fand an diesem Wochenende auch das Zeltlager der E- bis C-Jugend Teams in Meesdorf statt. Die Kinder wurden als Überraschung mit zwei Bussen nach Bramsche gefahren und sorgten so für ein weiteres Heimspiel zum Saisonabschluss. Das Spiel selber konnte mit 29:25 gewonnen werden. Der Sieg leitete dann auch den zweiten Teil der Feierlichkeiten ein, welche die Meller u. a. auf die Maiwoche nach Osnabrück führte.

Eine Woche später wurden Meisterschaft und Aufstieg dann auch noch ausführlich auf der Mannschaftfahrt besprochen. Als Ziel hatte man sich hierfür eine spanische Insel ausgesucht

Zum Meisterteam gehören: Resul Azattemür, Leon Bartels, Felix Bock, Jannis Erdmann, Kevin Friedering, Jonas Hegen, Daniel Hoffmann, Julian Hülskötter, Mattis Krystosek, Jannik Lampen, Nico Lindenthal, Christian Möllers, Jan Möllers, Lukas Möllersmann, Sven Oberdiek, Sascha Osthues, Carsten Placke, Rene Trinogga, Lukas Vahle, Kapitän Björn Tiedtke, Trainer Jörg Pag, Co-Trainer Marco Lietmann und Betreuer Uwe Hohnsträter

Ein kurzer Ausblick auf die kommende Saison:

Mit Julian Hülskötter (HSG Spradow), Jannis Erdmann und Kevin Friedering (beide Eickener SV), Daniel Hoffmann (Pause aus privaten Gründen) sowie Björn Tiedtke (wechselt auf die Trainerbank der 1. Herren) stehen fünf Spieler aus dem erweiterten Meisterkader nicht mehr zur Verfügung. Darüber hinaus wird höchstwahrscheinlich auch Rene Trinogga aufgrund von Knieproblemen auf unbestimmte Zeit ausfallen. Als Neuzugänge können Thomas Allerdissen (kommt vom TSV Schongau zurück) sowie Bjorn Spence, Jonas Visse und Mathis Osing (jeweils nach Auslandsaufenthalten) verzeichnet werden.

Letztlich hat das Trainerteam um Jörg Pag und Björn Tiedtke einen guten Kader beisammen und kann in der Vorbereitung den Grundstein für das Saisonziel Klassenerhalt legen.

Die Landesliga bietet dabei mit der HSG Osnabrück, dem TuS Bramsche, dem TV Georgsmarienhütte und dem TV Bissendorf-Holte 2 jede Menge Duelle im Osnabrücker-Land. Highlights werden ab mit Sicherheit die Spiele gegen den Lokalrivalen der Eickener SV.

Wir freuen uns auf die kommende Saison
und werden auch in der Landesliga alles raushauen.
Eure 1. Herren

HSG Grönegau Melle

Die HSG Grönegau
im Internet unter:
www.dietiger.de

REESE

Sport spri
gegen
Rassismus

Pfingsten wieder im Zeichen des Handballs unterwegs

Zum fünften Mal haben sich 2016 die Nachwuchshandballer der männlichen und weiblichen A-und B-Jugend der HSG Grönegau-Melle über Pfingsten im Bremer Ledice-Haus einquartiert. Mehr als 30 Handballer/innen nahmen wieder an einem Handball-Trainingscamp mit tollem Programm teil.

Finnenbahn oder Schwimmen im Werdersee (natürlich vor dem Frühstück), Athletiktraining mit Koordinations- und Taktikübungen reihten sich in wohl dosierten Abständen leistungsfördernd aneinander. Aufnahmebereit und hoch konzentriert nahmen die Jugendlichen die von den Trainerteams ausgearbeiteten Übungseinheiten an. In den nachfolgenden Videoanalysen wurden dann die Aufnahmen gesichtet und nach allen Regeln der Kunst lebhaft diskutiert.

Schön anstrengend war in diesem Jahr auch wieder das Trainer/Betreuerspiel gegen die A/B-Jugendlichen. In drei Spielen hintereinander mussten die Trainer/Betreuer alles geben!

Am Abend wurden die schweißtreibenden Tage dann mit einem leckeren Grillbuffet belohnt. Und wer anschließend immer noch Lust auf Sport hatte, traf sich draußen auf dem Soccer-Platz. Hier bildeten sich spontan immer neue Mannschaften in unterschiedlichsten Zusammensetzungen.

Das Ledice-Haus und die Möglichkeiten der Freizeitanlage sind für die Förderung des Handballs innerhalb der Tigerjugend eine hervorragende Einrichtung – für 2017 haben wir wieder gebucht!

Quelle/Fotos: Friedbernd Bartels/Manuel Wolter

RAS TEAM
Halfball plus
MEHR ALS NUR EIN LUFTKISSEN
für gesundes Sitzen und eine tolle Figur.
www.ras-team.de
RAS GmbH Kundenzentrum
Industriestr. 20a 49324 Melle
Wir sind für Sie da 05422 704 98 30
Orthopädietechnik
Rehatechnik
Sanitätshaus

Spaß an Technik?
WIR BILDEN AUS:
Feinwerkmechaniker/-in
Elektroniker/-in
Mechatroniker/-in
Metallbauer/-in
Jetzt bewerben!
Probepraktikum möglich!
Nordlandstraße 16
49326 Melle/Neuenkirchen
Tel.: +49(0)5428/950-0
info@niemann.de
WILHELM NIEMANN
MASCHINENFABRIK
www.niemann.de

YOUTH

BEACH HAND BALL TURNIER

FREIBAD Neuenkirchen

Privatpraxis

Daniela Rienhoff

Heilpraktikerin für Physiotherapie
Melle

Partner des **SC MELLE 03**

Auf Basis Ihrer Diagnose stelle ich gemeinsam mit Ihnen das für Sie optimale Therapiekonzept zusammen.

Meine Leistungen:

- Krankengymnastik/ Physiotherapie
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Bobath für Erwachsene
- Klassische **Massagetherapie**
- Physikalische Therapie

Mein Angebot richtet sich an:

- Privatversicherte
- Selbstzahler
- Patienten mit entsprechender privater Zusatzversicherung (gern informiere ich Sie hier über die verschiedensten Möglichkeiten)

Das Besondere:

- Sie benötigen keine ärztliche Verordnung
- Ich behandle Sie im Sportzentrum **Mellaktiv**

Termine nach Vereinbarung unter: **0172.8 99 96 12**
privatpraxis2015@web.de

Leichtathletik

Sommerpause? Fällt dieses Jahr aus!

Unglaublich, wie schnell die Zeit vergeht. Unmittelbar vor dem Start in den Sommerurlaub mache ich mich nun schon zum zweiten Mal an die Vorbereitung der Clubinfo.

Die vergangenen drei Monate waren voll von **Veranstaltungen unserer Abteilung**. Beispiele zu denen es auf den folgenden Seiten mehr zu lesen gibt sind der Grönegau Triathlon, der Laufkurs „Joggen für Einsteiger“, das Sportfest im Mai und die Marathonwanderung. An dieser Stelle jedoch schon einmal mehr ein großes Dankeschön an die erneut zahlreichen Helferinnen und Helfer. Ohne sie gäbe es keinen Vereinssport!

Auffällig war in den vergangenen Monaten auch meine neue Montagsbeschäftigung. Regelmäßig war nach dem Wochenende nämlich ein Update in unserer Meisterliste fällig. Die wird allein deshalb akribisch und zeitnah gepflegt, damit nicht vor der Meisterehrung des Vereins im kommenden Februar die große Hektik ausbricht.

Die Meldung des letzten Quartals waren natürlich Qualifikation und **Nominierung von Jannik Seelhöfer für die U20-Weltmeisterschaft über 3.000 m Hindernis** im polnischen Bydgoszcz. Hierzu gibt es auf den kommenden Seiten natürlich genauso zu lesen wie von **weiteren aktuellen Erfolgen auf Landes-, Bezirks- und Kreisebene.**

Auch darüber hinaus tut sich in den Trainingsgruppen eine Menge. Die Beteiligung ist anhaltend gut und die Sommerferien hindurch herrscht auf dem Carl-Starcke-Platz fast normaler Trainingsbetrieb. Notfalls - wenn die Arbeitszeiten der Trainer in ihren „richtigen Berufen“ einmal gar nicht passen - werden die Aufgaben und Übungen eben per Smartphone übermittelt. Die Sommerpause fällt auch hier aus! Dieser Einsatz ist keineswegs selbstverständlich. Daher an dieser Stelle herzlichen Dank an das gesamte Trainerteam.

Auch von den **Volksläufen der vergangenen Monate** gibt es einiges zu berichten. Die nachfolgenden Beispiele sind exemplarisch, da ich unter Garantie viele weitere tolle Ergebnisse übersehen habe.

Bei der Nacht von Hasbergen über knapp 10 Kilometer gewann Peter Spiekermann mit fast zwei Minuten Vorsprung in der Altersklasse M 60 und belegte einen starken 30. Gesamtplatz in einem Feld von mehr als 200 Starterinnen und Startern. Wenige Tag zuvor lief er beim sehr stark besetzten VR Bank – Abendlauf in Neuenkirchen Bramsche über vermessene 10 Kilometer starke 42:16 und wurde 3. seiner Altersklasse. Wie gut der Peter zur Zeit „drauf“ ist, zeigt sich auch an seinem ersten Mitteldistanztriathlon Ende Juni in Recke Steinbeck. In 4:57:11 brauchte er für 1,5 Kilometer Schwimmen, 70 Kilometer Fahrradfahren und 21 Kilometer laufen.

Beim VR Bank Abendlauf gab es außerdem gute Platzierungen beim Schülerlauf über 2 Kilometer. Paul Langkopf gewann hier in 7:17 Minuten. Schnellstes Mädchen war Marieke Sprenger. Sie belegte in 7:30 Minuten den vierten Platz des Gesamtklassements. Im Feld der über 100 Nachwuchssportler noch vorn dabei: Jana Reinken (2. WJ U14), Marie Lemke (5. WJ U14) sowie Marie Netemeyer (3. WJ U12).

Im Südkreis fand währenddessen die Laufserie „Dreierpack“ mit dem Meller Berglauf über 9,8 Kilometer und fast 200 Höhenmeter einen anspruchsvollen und damit würdigen Abschluss. Anja Bitter belegte hier und auch in der Gesamtwertung der Serie den zweiten Platz bei den Frauen. Aus dem erfolgreichen Damenteam der letzten Wintersaison waren auch Cindy Bordihn und Andrea Spieshöfer beim Dreierpack dabei. Starke Ergebnisse erzielte außerdem Karina Borrmann. Sie ist zwar hauptsächlich als Schwimmerin aktiv, aber vielleicht lässt sie sich ja von den anderen überzeugen und der SC Melle 03 kann demnächst zwei Damenteams an den Start schicken.

Beim der Nacht von Bad Essen über „ca.“ 10 Kilometer waren dabei:

Anja Bitter	39:38:85	2. Platz AK	2. Platz gesamt;
Birgit Burg	51:28:22	4. Platz AK	21. Platz gesamt
Daniel Otto	36:44:10	1. Platz AK	5. Platz gesamt;
Michael Dirker	48:26:96	18. Platz AK	86. Platz gesamt;
Wolf- Dieter Fehling	51:40:69	6. Platz AK	104. Platz gesamt;

Im Jedermannlauf über 3,3 Kilometer war dabei:

Julia Placke	15:05:5	3.Platz.

Allzu viel „Verschnaufpause“ gibt es nicht, denn ab August steht schon wieder einiges auf dem Terminkalender:

Do. 25.08.	32. Berglauf zum Aussichtsturm Ottoshöhe
Sa. 27.08.	Laufbiathlon
Mi. 31.08.	Abendsportfest (Langläufe insbes. 5.000 m) ab 18.30 Uhr, Carl-Starcke-Platz, Regionsbezirksmeisterschaften für versch. Wettbewerbe
Sa. 03.09.	Sportabzeichentag auf dem Carl-Starcke-Platz von 11 bis 17 Uhr
Sa. 10.09.	14. Meller Stadtlauf

Neu in der Liste ist der Laufbiathlon am 27. August. Er wird nach einigen Jahren Pause als Gemeinschaftsaktion zwischen unserer Abteilung und den Bürgerschützen wieder aufleben. Nähere Informationen hierzu rechtzeitig auf „allen Kanälen“. Absoluter Höhepunkt ist natürlich unser Stadtlauf am 10. September 2016. Das Orgateam um Erich Urner arbeitet seit Wochen unter Hochdruck. Seid dabei, egal ob auf oder an der Strecke. Es lohnt sich!

Ich selbst freue mich auf die kommende „Sportzeit“, egal ob ich sie nun selbst mit Training oder mit Abteilungsarbeit am Schreibtisch verbringen werde. Vor meinem diesjährigen „Erstversuch“ beim Grönegau Triathlon bin ich ein bisschen weniger gelaufen und habe mich dafür mehr in Schwimmbädern herumgetrieben. Ein wenig „Klamottenwechseltraining“ wäre auch gut gewesen. Aber hinterher ist man halt immer schlauer.

Das wird jetzt wieder etwas „einseitiger“, da ich mir mit der Anmeldung zum Frankfurt Marathon Ende Oktober ein weiteres läuferisches Ziel für dieses Jahr gesetzt habe. Aktuell ist da ein wenig Kilometer sammeln angesagt. Also fällt auch bei mir die Sommerpause irgendwie aus.

Heinrich Langkopf

SC MELLE 03	**Terminübersicht** **Leichtathletikabteilung** **Kommende Veranstaltungen in 2016**
Do. 16.06.	Abnahme des Laufabzeichen im Rahmen des Trimm-Trab Auch für Walker
Fr. 17.06.	Meller Berglauf im Rahmen der Laufserie „Dreierpack“, Start 19 Uhr Weitere Infos und Anmeldung: www.laufen-os.de.
Sa. 18.06.	41. Nacht von Borgholzhausen
So. 17.07.	RTF der Radsportabteilung
So. 07.08.	Kreismeisterschaften der Schüler/innen im Mehrkampf
Do. 11.08.	34. Glückslauf im Rahmen des Trimm-Trab
Do. 25.08.	32. Berglauf zum Aussichtsturm Ottoshöhe
Sa. 27.08.	Laufbiathlon (Informationen folgen)
Mi. 31.08.	Abendsportfest (Langläufe insbes. 5.000 m) ab 18.30 Uhr, Carl-Starcke-Platz, Regionsbezirksmeisterschaften für versch. Wettbewerbe
Sa. 03.09.	Sportabzeichentag auf dem Carl-Starcke-Platz von 11 bis 17 Uhr
Sa. 10.09.	14. Meller Stadtlauf
Sa. 17.09.	Lauf, Walking und Wandern von Bad Essen nach Melle mit verschiedenen Startmöglichkeiten
Sa. 01.10.	Lauftreffbeginn Winterzeit um 14.30 Uhr Parkplatz Waldbühne
So. 30.10.	Gretesch Cross (1. Lauf zum Ossen-Cross-Cup 2016)
So. 06.11.	40. Meller Crosslauf
So. 20.11	Bissendorfer Crosslauf
So. 04.12.	Bad Iburger Crosslauf
So. 11.12.	Helferfrühstück im Vereinsheim, Beginn 9.30 Uhr
So. 11.12.	Weihnachtslauf in Borgholzhausen über 16 und 5 km
Sa. 17.12.	Siegerehrung Ossen-Cross-Cup 2016 in Hollage (mit Freundschaftslauf)
Sa. 31.12.	Silvesterlauf des OTB in Osnabrück (vormittags)
Sa. 31.12.	Silvesterlauf des TSV Westerhausen (vormittags)
Sa. 31.12.	Silvesterlauf im Rahmen des Trimm-Trab ab Parkplatz Waldbühne, 14.30 Uhr

Anmeldungen zu Meisterschaften:		Frank Rüdiger, Tel. 0173/8948620 René Romdane-Hebbe, romdane@web.de
Veranstaltungen:	Volksläufe: Cross-Serie:	Johannes Belt, Tel. 05422/4 14 51 Werner Gelhot, Tel. 05422/4 35 24

Fast alle Volks- und Crossläufe der Region erlauben inzwischen eine direkte Internetanmeldung durch die Teilnehmer selbst. Eine gute Adresse dafür ist unter anderem www.laufen-os.de. Ansonsten: Einfach mal in einer Suchmaschine schauen.

Pressearbeit:	Werner Gelhot, Tel. 05422/4 35 24 bzw. vwg@gmx.net. Bitte Informationen unverzüglich weiterleiten, da anderenfalls Berichterstattung im Meller Kreisblatt nicht erfolgt.
Wettkampfkleidung:	Wir suchen nach wie vor einem neuen Vertriebsweg für unsere Wettkampfkleidung. Es wäre schön, wenn wir dafür Leichtathleten/innen finden würden. Bitte meldet Euch.
Auskünfte:	Heinrich Langkopf Tel: 05422/ 925890 bzw. heinrich.langkopf@osnanet.de

SC Melle im Internet: www.scmelle.de

Stand: 13 Juni 2016

Jannik Seelhöfer fährt zur Weltmeisterschaft

Meller Hindernisläufer vertritt den DLV in Polen

Der Deutsche Leichtathletik Verband (DLV) hat heute wie vorgesehen seine Teilnehmer auf den Mittel- und Langstrecken für die U20-Weltmeisterschaft vom 19. bis 24. Juli in Bydgoszcz, Polen, nominiert. Was Insider bereits wussten ist damit nun öffentlich: Über seine Spezialstrecke 3.000 m Hindernis vertritt Jannik Seelhöfer vom SC Melle 03 Deutschland bei diesem Großereignis.

Den entscheidenden Schritt dazu machte der achtzehnjährige Abiturient beim Leichtathletikmeeting in Oordegem, Belgien. Die Veranstaltung war mit mehr als 2.500 Läuferinnen und Läufern aus der ganzen Welt sehr stark besetzt und war daher vom DLV als erster offizieller Nominierungswettkampf für die WM angesetzt.

Trotz der späten Startzeit lief Jannik im Feld der Erwachsenen ein taktisch kluges Rennen. Insbesondere auf dem letzten der drei Rennkilometer (unter 3 Minuten) gab er Gas und kam am Ende mit 8:56,30 Minuten ins Ziel, neue persönliche Bestzeit und rund fünf Sekunden unter der vom Verband geforderten WM-Norm.

Das Ticket nach Polen war damit nahezu gelöst. Allerdings hätten weitere Aspiranten beim eine Woche später angesetzten Meeting in Regensburg noch die Gelegenheit gehabt, Jannik oder den zweiten deutschen WM-Starter über 3.000 m Hindernis, Lennart Mesecke von der LG Nord Berlin, durch eine noch schnellere Zeit zu verdrängen. Es kam aber kein weiterer Läufer in die Nähe der WM-Norm bzw. der von den beiden langjährigen Staffelkameraden Seelhöfer und Mesecke vorgelegten Zeiten.

Jannik lief in Regensburg mit 3:54,72 Minuten noch eine neue persönliche Bestzeit über 1.500 m und zeigte damit erneut, dass sich die Trainingsarbeit in den vergangenen Monaten gelohnt hat.

Die C-Kader-Athleten Mittelstrecke/Langstrecke/Hindernis des DLV beim Wintertrainingslager in Portugal. Vorn in der Mitte: Jannik Seelhöfer

Wie Trainer Frank Rüdiger erzählt, ist sein Athlet nach außen eher zurückhaltend, wenn er auf die vielen Erfolge angesprochen wird. Trotzdem müsse man sich aber einmal klar machen, wieviel Einsatz Jannik in dieses nun erreichte Ziel gesteckt hat: Allein drei Trainingslager in diesem Jahr mit jeweils zehn- bis zwölf Trainingseinheiten, dazwischen jeweils das „normale Wochenpensum“ von durchschnittlich sieben Einheiten und ganz nebenbei noch die Abiturvorbereitungen.

Unmittelbar nach der Nominierung ging die Arbeit natürlich weiter. Auf dem Programm stand zunächst eine weitere Maßnahme des DLV in Oberhof. Den letzten Schliff holte sich unser WM-Starter dann gemeinsam mit Heimtrainer Frank Rüdiger in den österreichischen Bergen.

Trainingslauf in der Vorarlberger Höhenluft

U20-Weltmeisterschaft: Jannik Seelhöfer erreicht die „TOP 20“

Melles Ausnahmeläufer Jannik Seelhöfer hatte Ende Mai die Qualifikation für die 3.000 m Hindernis bei der U20-Weltmeisterschaft im polnischen Bydgoszcz geschafft und durfte dort als einer von rund 60 DLV-Athleten an den Start gehen.

Schon im Vorfeld war klar, dass das Erreichen des großen Ziels Endlauf schwierig werden würde. Die Mitbewerber aus den afrikanischen Läufernationen wie Kenia und Äthiopien hatten zum Teil fantastische Zeiten vorgelegt. Trotzdem hängte sich Jannik auch in den letzten Wochen vor der WM physisch und mental „voll rein“ und ging optimal vorbereitet an den Start.

Schnuppern WM-Luft: Liane Weidner (Deutsche 3.000 m Hindernisläuferin) Frank Rüdiger (Trainer SC Melle 03), Jannik Seelhöfer und Lennart Mesecke im Stadion von Bydgoszcz

Dieser erfolgte mitten am Vormittag und damit für die Europäer unglücklicherweise bei großer Hitze. Trotzdem war die Konkurrenz deutlich stärker als bei den vergangenen Juniorenweltmeisterschaften und – wie erwartet – zeigten die afrikanischen Läufer auch in Polen ihre Ausnahmestellung. Am Ende qualifizierte sich nur ein „Europäer“ für das Finale. Dieser für Italien startende Läufer hatte allerdings ebenfalls afrikanische Wurzeln.

In Janniks Vorlauf marschierten diese Starter dann auch von Beginn an vorne weg. Er ließ sich davon aber nicht beirren und lief sein Rennen. Allerdings musste er ziemlich bald allein seine Runden drehen. Die Mitläufer in diesem Vorlauf lagen entweder einige Sekunden vor oder hinter ihm. Somit war für Janniks gespannt an der Strecke zuschauenden Heimtrainer Frank Rüdiger schnell klar: „Das wird hart“.

Bis zur 2.000 m – Marke lief trotzdem alles nach Plan. Erst auf dem letzten Kilometer konnte er das angepeilte Tempo nicht mehr halten und schaffte es mit einer Endzeit von 9:03,37 nicht wie erhofft in den Endlauf. Auch Lennart Mesecke, zweiter deutscher WM-Starter über diese Distanz und Janniks langjähriger Staffelkollege, gelang dies in seinem Vorlauf leider nicht.

Natürlich war Jannik direkt nach dem Rennen erst einmal etwas enttäuscht. Mit etwas Abstand überwiegten dann aber wieder die positiven Aspekte: Trotz des nicht optimalen Rennverlaufs ist er viertbester Europäer und hat es darüber hinaus in die weltweiten „TOP 20“ über die 3.000 m Hindernis geschafft.

Auch über das rein Sportliche hinaus war die Weltmeisterschaft ein tolles Erlebnis mit vielen neuen Eindrücken und Kontakten. So teilte sich das DLV-Team etwa ein Hotel mit den Athletinnen und Athleten aus Japan und Brasilien.

Nächster großer Wettkampf für Jannik Seelhöfer ist nun die Deutsche Juniorenmeisterschaft in Mönchengladbach. Dort geht es über 2.000 m Hindernis. Ebenfalls für die DM qualifiziert hat sich mit Ann-Christin Opitz eine weitere Nachwuchsathletin aus Melle. Sie konzentriert sich dort auf den Start über 1.500 m.

Ihr Café im Herzen von Melle
Café Beinker
49324 Melle · Markt 12
Telefon 0 54 22/33 71
Inh. Dirk Schreer

Niedersachsenmeisterschaft in Wilhelmshafen:

Mathis Seelhöfer mit Vereinsrekorden und Silbermedaille

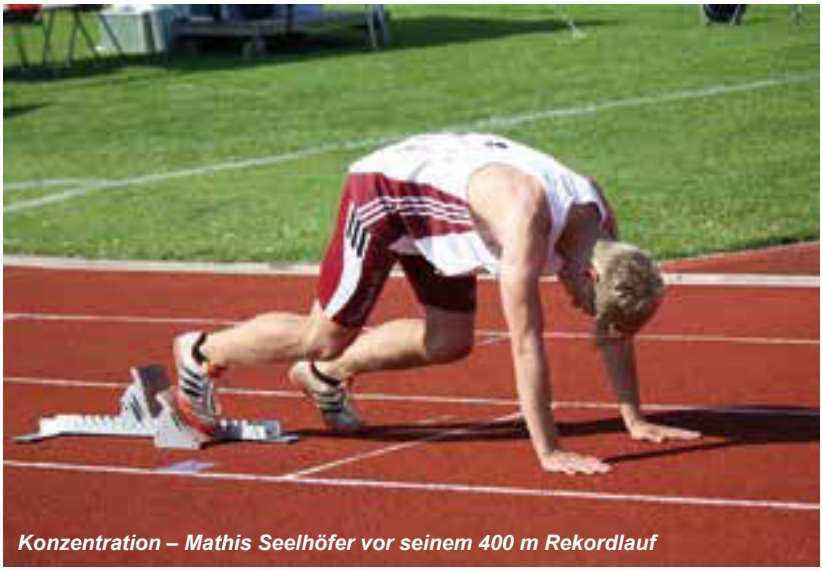
Es hatte sich bereits angedeutet. Nach starken Trainingsleistungen und schnellen Zeiten bei den Bezirksmeisterschaften Weser-Ems in Papenburg sowie beim internationalen Leichtathletikmeeting in Oordegem, Belgien, erwischte Mathis Seelhöfer bei den Landesmeisterschaften der U18 in Wilhelmshafen.

Über die für ihn ungewohnte 400 m Strecke lief er mit 52,30 Sekunden die schnellste jemals gelaufen Zeit eines Meller Jugendathleten über diese Distanz. Auch in der ewigen Vereinsbestenliste der Erwachsenen stellte er den damals noch per Hand gestoppten Rekord aus dem Jahre 1992 ein.

Ähnlich gut lief es über seine Spezialstrecke, die 800 m. Hier bedeuteten 1:59,45 die zweitschnellste jemals gelaufene Zeit eines Meller Jugendathleten. Bei den Erwachsenen würde diese Zeit sogar Vereinsrekord bedeuten. Fast schon „nebensächlich" war bei der Freude über diese tollen Zeiten der niedersächsische Landesvizemeistertitel.

Eine Silbermedaille holte sich auch Ann-Christin Opitz, obwohl sie im Rennen über 1.500 m sehr viel Pech hatte. Etwa bei der Hälfte der Strecke bekam „Anni" einen Tritt in die Ferse und verlor dabei sogar einen Laufspike. Mit großem Kampfgeist und zur Hälfte barfuß kämpfte sie sich trotzdem noch zum Vizemeistertitel.

Das Blaue vom Himmel.
Wir versprechen nur, was wir halten können.
Wie wichtig ein umfangreicher Schutz und vor allem die Unterstützung des Versicherungspartners ist, zeigt sich erst im Schadensfall.
FEUER-Inventarversicherung
Verbundene HAUSRATversicherung*
GLASversicherung
Verbundene WOHNGEBÄUDEversicherung*
Über 130 Jahre
Nutzen auch Sie die gravierenden Vorteile:
Mobiliar-Feuerversicherungs-Verein Melle
✗persönlich ✗preiswert ✗nah
Geschäftsstelle:
Im Lienesch 37 • 49324 Melle • Tel. 0 54 22 / 92 39 123 • www.mobiliar-vvag-melle.de
*auch mit Elementarschadenversicherung !



Konzentration – Mathis Seelhöfer vor seinem 400 m Rekordlauf

Auf Socke zur Silbermedaille – Ann-Christin Opitz beweist Kampfgeist

Weitere Erfolge auf Landesebene

Im Rahmen des bereits 35. Pfingstsportfestes in Zeven wurden die Niedersächsischen Landesmeisterschaften über die Hindernisstrecken ausgetragen.

Nicht zufällig herrschte daher in den Tagen und Wochen zuvor auch am und im Wassergraben des Carl-Starcke-Platzes reger Betrieb. Neben Jannik Seelhöfer versuchen sich inzwischen auch sein Bruder Mathis sowie Ann-Christin Opitz über die Hindernisstrecken. Für Mathis war Zeven der erste Wettkampf in dieser Disziplin überhaupt. Außerdem waren häufiger Athleten aus Osnabrück zu Gast beim Training am Landesstützpunkt Melle.

Diese Arbeit hat sich offenbar gelohnt: Jannik Seelhöfer holte sich mit neuem „Pfingstsportfestrekord“ in 5:52,21 min den souverän den Landesmeistertitel über 2.000 m Hindernis der MJ U20 und geht zuversichtlich in die entscheidenden Wettkampfwochen für die Vergabe der Tickets zur Juniorenweltmeisterschaft in Polen.

Mathis Seelhöfer belegte im Rennen der MJ U18 einen starken dritten Platz. Über 1.500 m Hindernis der WJ U18 belegte Ann-Christin Opitz zwar einen „undankbaren“ vierten Platz, freute sich aber trotzdem über eine deutliche Verbesserung ihrer persönlichen Bestzeit sowie das Erreichen der Qualifikationsnorm für die Deutschen Meisterschaften.

Weitere sehr positive Meldungen gab es bei den Landesmeisterschaften der Langstrecken und Langstaffeln in Löningen. In verschiedenen Startgemeinschaften wurde hier David Braunsmann Landesmeister über 3 x 1.000 m bei der MJ U20, Mathis Seelhöfer holte Bronze über 3 x 1.000 m bei der MJ U18 und Julia Placke und Ann-Christin Opitz sicherten sich mit einer Staffelkameradin aus Delmenhorst den Bronzerang über 3 x 800 m der WJ U18.

Eine reine Meller Staffel war bei der WJ U16 über 3 x 800 m am Start. Marieke Sprenger, Lucy Lawrance und Lisa Winkelmann liefen ein famoses Rennen und sicherten sich mit einer Gesamtzeit von 7:40,20 den Vizemeistertitel.

Bei den etwas höheren Jahrgängen waren erneut Birte Rotkehl und Christian Breeck erfolgreich unterwegs. In Schöningen verteidigte Birte in der AK W40 ihre Landestitel im Diskuswerfen mit 27,10 m und im Kugelstoßen mit 9,88 m. Mit beiden Bestweiten lag sie über dem Vorjahr. Bei der parallel ausgetragenen Norddeutschen Meisterschaft bedeuteten diese Ergebnisse jeweils den zweiten Platz. Über 800 m in der AK M55 lief Christian beachtliche 2:27,49 und wurde damit Zweiter der Landesmeisterschaft und Dritter der Norddeutschen Meisterschaft.

Birte Rotkehl und Christian Breeck nach „getaner Arbeit“

Ann-Christin Opitz wird überlegen Norddeutsche Meisterin

Im Berliner Mommenstadion kämpften jetzt rund 750 Sportler aus 170 Vereinen der Bundesländer Schleswig-Holstein, Brandenburg, Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Berlin um Titel und Platzierungen bei Männern, Frauen sowie in der weiblichen und männlichen Jugend U18. Mit dabei auch waren auch mehrere Athletinnen und Athleten des SC Melle 03.

Gut vier Wochen vor der Deutschen Meisterschaft in Mönchengladbach sollte dieser Wettkampf für Ann-Christin Opitz eine letzte Doppelbelastung mit Starts über zwei Distanzen werden. Das dabei am Ende sogar ein Titel heraus kam, war eine sehr positive Überraschung.

Die Trainingsleistungen der siebzehnjährigen Schülerin im Vorfeld ließen zumindest auf eine Platzierung im Vorderfeld des 1.500 m-Laufes hoffen. Eine Goldmedaille hatten jedoch weder „Anni“ selbst noch Trainer René Romdane-Hebbe für möglich gehalten.

Taktisch klug, lief die junge Meller Läuferin die ersten Runden in der Spitze mit, hielt sich aber zunächst mit eigenen Attacken zurück. Wie mit dem Trainer im Vorfeld besprochen zog sie dann 300 m vor dem Ziel einen langen Endspurt an und ließ damit den restlichen Läuferinnen keine Chance. Die Endzeit von 4:47,28 bedeutete nicht nur den Meistertitel, sondern auch ihre in diesem Jahr insgesamt dritte Qualifikationsleistung für die Deutschen Meisterschaften.

Diese Leistung war auch deshalb unerwartet, da sie am ersten Wettkampftag schon die 800 m in persönlicher Bestzeit von 2:17,90 absolviert und damit über diese Distanz einen zusätzlichen sechsten Platz belegt hatte.

Ihre ersten Erfahrungen auf Norddeutscher Ebene konnte im gleichen Wettbewerb Lisa Winkelmann sammeln (2:29,27). Lisa läuft über 800 m seit Wochen mit einer bemerkenswerten Konstanz Zeiten unter der 2:30-Grenze. Besondere Beachtung verdient

Endspurt in perfektem Laufstil

sie damit auch deshalb, da sie als Fünfzehnjährige in Berlin in einer höheren Altersklasse startete.

Jannik Seelhöfer nutzte derweil den Wettbewerb in Berlin, um in seiner Vorbereitung auf die U20-WM in Bydgoszcz (Polen) über 3.000 m Hindernis noch ein schnelles Testrennen über eine kürzere Distanz zu bestreiten. Die Vorgabe von Trainer Frank Rüdiger im 1.500-m-Lauf der Männer eine 4:00 Minuten zu laufen, erfüllte Jannik nahezu Punktgenau, am Ende waren 3:59,76 Minuten und Platz sechs zu verzeichnen.

Der Lohn der Mühe

Freiluftauftakt der Leichtathleten:

„Flugtag in Halen“

Erster größerer Freiluftwettkampf in dieser Saison für die Meller Leichtathleten waren jetzt die Kreismeisterschaften Osnabrück-Land der Altersklassen U14 und älter. Sie wurden vom LT Osnabrück-Nord auf der Sportanlage im benachbarten Halen ausgerichtet. Trotz nicht optimaler Wetterbedingungen („Ist das kalt“…) konnten dazu neben großen Teams des SC Melle 03, des Gastgebers sowie des TuS Bad Essen zahlreiche weitere Athletinnen und Athleten aus dem Landkreis Osnabrück begrüßt werden. Auch Gäste aus dem NLV-Kreis Osnabrück-Stadt und sogar aus dem Emsland waren dabei.

Besonders erfreulich aus Meller Sicht waren an diesem Tag unter anderem die Weitsprungergebnisse. Obwohl diese Disziplin in der Hallensaison kaum trainiert werden kann, fiel bei den jüngeren Starterinnen und Startern an diesem Tag gleich reihenweise eine „Schallmauer“: Lisa Winkelmann (AK W15), Marieke Sprenger (AK W14), Marie Lemke und Paul Langkopf (AK W bzw. M12) sprangen in diesem Wettkampf erstmals überhaupt über die 4-Meter-Marke hinaus. Lucy Lawrance (AK W15) kam auf starke 4,70 m und bis auf 5,36 m ging es für Tom Niehaus (AK M15) und Ramires Hebbe (AK MJ U18).

In den anderen Disziplinen ragten allem die 2:30,68 von Lisa Winkelmann im abschließenden Einlagelauf über 800 m heraus.

Am Ende des langen und wie geschrieben kühlen Tages konnten sich folgende Athletinnen und Athleten des SC Melle 03 über Kreismeistertitel freuen:

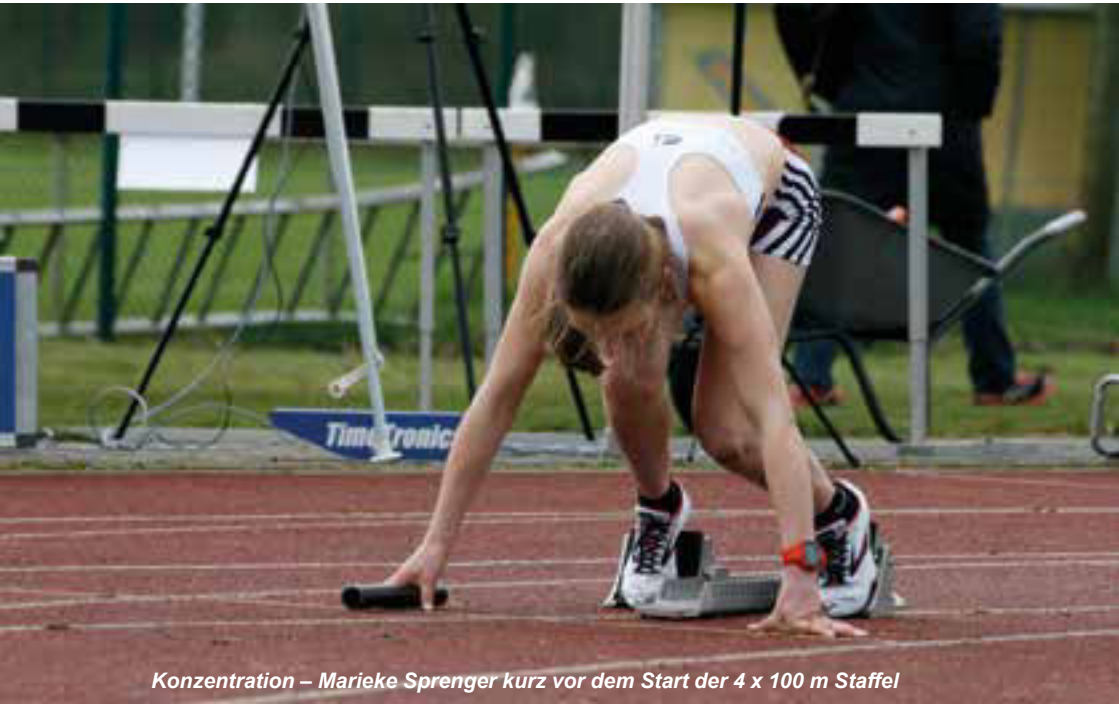
Antonia Bahr (Hochsprung und Kugelstoßen, AK W15)
Dean Järisch (Hochsprung, AK M13)

„Er hebt ab, nichts hält ihn am Boden…“ – Ramires Hebbe beim Weitsprung

MEIN STIL. MEIN STOCK.
STOCK MODE SEIT 1859.
stock
M14
by Stock
STOCK
WWW.STOCK-MODE.DE

Schöne Gärten kommen von uns
Planen Sie mit uns
Ihr Badeerlebnis für den
nächsten Sommer
Konrad Hüpel GmbH
Baumschulen
Gartengestaltung
Am Waldrand 9a
49324 Melle (Gerden)
Fon: (05422) 55 88
info@huepel-gartengestaltung.de
www.huepel-gartengestaltung.de

Greta Kirchner (Kugelstoßen und Speerwurf, AK WJ U18)
Paul Langkopf (Hochsprung, Weitsprung, 75 m und Kugelstoßen, AK M12)
Lucy Lawrence (Weitsprung, 100 m, AK W15)
Marie Lemke (Weitsprung, AK W12)
Tom Niehaus (Weitsprung, 100 m, AK M15)
Emilia Oliveira-Mendes (75 m, AK W12)
Ramires Hebbe (Kugelstoßen und Speerwurf, AK MJ U18)
Jan Schippers (Kugelstoßen, AK MJ U20)
Tom Unger (Kugelstoßen, AK M15)



Konzentration – Marieke Sprenger kurz vor dem Start der 4 x 100 m Staffel

Bildlicher Rückblick: Sportfest im Mai

Sportfest im Mai auf dem Carl-Starcke-Platz:

Stabile Teilnehmerzahlen, ideales Wetter, schnelle Zeiten

Das erste diesjährige Bahnsportfest der Leichtathletikabteilung des SC Melle 03 profitierte von nahezu idealen äußeren Bedingungen: Nicht zu kalt und nicht zu warm sowie trocken und nahezu windstill.

Kein Wunder daher, dass sich die Teilnehmerzahlen auf einem im Vergleich zu den Vorjahren stabilen Niveau bewegten. Für einige jüngere Athletinnen und Athleten des Gastgebers war das Sportfest im Mai sogar der dritte Wettkampf in vier Tagen. Am Sonntag zuvor waren Sie bei den Bezirksmeisterschaften Weser-Ems in Papenburg aktiv gewesen und vertraten zwei Tage später das Meller Gymnasium beim Bezirksentscheid Leichtathletik des Wettbewerbs „Jugend trainiert für Olympia".

Darüber hinaus am Start war unter anderem eine größere Gruppe vom Nachbarverein LC Solbad Ravensberg. Anscheinend entwickeln sich in und um Borgholzhausen die 3.000 m zur absoluten Lieblingsdisziplin. Auf Grund der großen Nachfrage musste spontan ein zweiter Lauf über diese Distanz angesetzt werden.

Einige der zahlreichen positiven Ergebnisse aus Meller Sicht: Jana Reinken und Merle Kuhr erzielten mit 10,77 bzw. 10,78 Sekunden schnelle Zeiten im Sprint der WJ U14 über 75 m. Über 800 m der WJ U16 lieferten sich Lisa Winkelmann und Marieke Sprenger ein spannendes Rennen und kamen mit starken 2:32,52 bzw. 2:36,03 ins Ziel. Im Sprint der MJ U18 lief Mathis Seelhöfer mit starken 12,26 Sekunden sogar persönliche Bestleistung über 100 m.

Darüber hinaus wurden im Rahmen des Sportfestes im Mai erneut die Regionsmeisterschaft Osnabrück - Emsland - Grafschaft Bentheim über 10.000 m ausgetragen. Vom SC Melle 03 waren hier dabei Heinrich Langkopf (41:28,82, AK M45), Anja Bitter (41:45,89, AK W45), Peter Spiekermann (42:24,23, AK M60) und Patrick Gelhot (43:36,01, AK M35). Alle vier gewannen damit Ihre jeweiligen Altersklassen.

Das zweite Bahnsportfest in diesem Jahr, der traditionelle Läuferabend, findet am 31. August 2016 auf dem Carl-Starcke-Platz statt. Dabei stehen vor allem die Läufe über 2.000, 3.000 und 5.000 m im Fokus.

Hitzeschlacht beim Meller Volks-Triathlon am 5. Juni

Der frühe Vogel fängt den Wurm – zumindest waren die 9.00-h-Starter beim diesjährigen Triathlon eindeutig im Vorteil. Je später die Laufstrecke in Angriff genommen wurde, desto drückender wurde die Hitze auf der fast schattenlosen Strecke. Am schwierigsten wurde es für die Staffel-Läufer, die sich in der größten Mittagshitze Richtung Meller Berg aufmachten. Zumindest waren wir mit Getränkestellen auf der 5-km-Distanz gut ausgestattet, so dass alle gesund das Ziel erreichten.

Erfolgreichste SC´ler waren Carsten Schoster und Anja Bitter. Carsten erkämpfte sich trotz Mitarbeit im Orga-Team (also Aufstehen um 6.00h) einen tollen 5. Platz im Männerfeld in der Top-Gesamtzeit von 0:55,10 Std. Anja bewies als bekannt starke Läuferin ihr Allround-Talent in konnte sich ebenfalls über Rang 5 im Frauenfeld in 1:02,16 Std. freuen.

Und auch die Staffel mit Schwimmerin Jule Saßenberg, Radfahrer Carsten Meyer und Läufer Carsten Schoster (bemerkenswerte Ausdauer, Carsten ;-) konnte mit Platz zwei in 0:50,43 überzeugen.

Alle weiteren Ergebnisse und Fotos findet Ihr unter www.groenegau-triathlon.de

Dann also bis zum 32. Meller-Volks-Triathlon am 28. Mai 2017!

Cindy Bordihn

eld geht

POLIZEI

Fränkel
DEINE FAHRSCHULE
Exklusiv
für SC-Melle Mitglieder!
50€
Startguthaben
Lerne fahren bei Fränkel

DA COON
zieht an!
Shoppen & mehr ...
Sie erhalten bei uns
5%
auf Ihren Einkauf.
Mühlenstr. 6
49324 Melle
Besuchen
Sie auch
unser Café

Joggen für Anfänger – Zwei Erfahrungsberichte

Der SC Melle 03 hat dieses Jahr wieder den Lauf Kurs „Joggen für Einsteiger“ angeboten. Dabei wird man durch immer größer werdende Laufphasen im Intervalltraining darauf vorbereitet, lächelnd, locker und leicht eine halbe Stunde durchzulaufen. Dieses Programm sollte man dreimal pro Woche über acht Wochen durchziehen, um das Ziel zu erreichen.

Aus meiner persönlichen Erfahrung als Teilnehmerin kann ich den Kurs rückblickend nur empfehlen. Ich hatte mich für den Kurs angemeldet, um mit einer Gruppe netter Menschen zusammen zu laufen und mir ein paar Tipps zur richtigen Technik von Menschen zu holen, die mehr Erfahrung haben als ich. Und ich muss sagen, dass sich meine Erwartungen an die Betreuung durch die Trainer und an die anderen Teilnehmer bestätigt haben. Die Trainer haben jedes Mal erneut das perfekte Gleichgewicht zwischen Motivation, Disziplin und Spaß gefunden.

Anfangs liefen wir alle zusammen im gleichen Tempo auf dem Sportplatz, wobei man die Chance hatte sich mit den anderen über das Laufen oder andere Themen auszutauschen. Natürlich wurde nicht erwartet, dass Lauf-Neulinge und erfahrene Läufer auf einem Level laufen konnten und für diejenigen, die eben nicht mithalten konnten, war immer ein Trainer da, der sie motivierte nicht aufzugeben und an ihre Grenzen zu gehen.

Nach ungefähr drei Wochen hat sich die Gruppe ein wenig gelöst. Die schnelleren Läufer durften getrennt von der Gruppe in ihrem eigenem Tempo laufen und die anderen wurden von den Trainern weiterhin unterstützt. Ab der fünften Woche sind wir in den Meller Bergen gelaufen, da es sich für viele auch im Alltag eher anbietet in einem nahegelegenen Wald oder Park zu laufen, als auf einem Sportplatz. Vor allem durch Berge und Täler stellte das noch ein weiterer Schwierigkeitsgrad dar.

Zur eigenen Kontrolle gab es dann die so genannte „Borgskala“. Da sollten wir selbst nach der Halbzeit und am Ende einschätzen, wie anstrengend das Laufen für uns war. Unsere Ergebnisse haben wir in einem Lauftagebuch festgehalten, das uns wöchentlich von den Trainern übergeben wurde. So wusste man beim nächsten Mal genau, wie man sein Tempo verändern musste, um entweder mehr an seine Grenzen zu gehen oder um etwas entspannter zu laufen.

Der Kurs hat mir definitiv dabei geholfen, meinen inneren Schweinehund zu überwinden und jede Woche bei Wind und Wetter zum Sportplatz zu fahren. Zu wissen, dass ich nicht alleine laufen würde und dass ich eben dreimal laufen sollte, half mir dabei sehr. Abschließend lässt sich für mich festhalten, dass der Lauf Kurs für unerfahrene Anfänger, Gelegenheitsläufer und regelmäßig laufende nur von Vorteil ist. So schafft man es, eine neue Perspektive auf das Laufen zu bekommen und seine Grenzen neu auszutesten und zu erweitern.

Chiara Heller

Seit 6 Jahren habe ich keinen Sport mehr gemacht und meine Kondition liegt bei gefühlten - 10. Im Februar konnte ich mich endlich aufraffen und habe bei dem Kurs "Joggen für Einsteiger" vom SC Melle 03 mitgemacht. Dort heißt es, dass die Läuferinnen und Läufer nach dem 8-wöchigen Trainingskurs in der Lage sind eine halbe Stunde am Stück durchlaufen zu können. Man kann zwischen 8 Lauftreff-Terminen/Woche auswählen und sollte nach Möglichkeit 3 x die Woche je eine halbe Stunde Intervalltraining mitmachen.

Zu Beginn wurden abwechselnd 2 Minuten gelaufen, 2 Minuten gegangen usw., bis die halbe Stunde rum war. Die nächste Woche dann 3 Minuten laufen, 2 Minuten gehen etc. Die Trainer Sigi, Iris und Günter waren dabei und haben ihre "Herde" immer schön zusammengehalten. Die Langsameren wurden von Zeit zu Zeit "abgeholt"; keiner blieb alleine zurück. Und hatte man mal einen schlechten Tag war das auch kein Problem, zwischendurch zügig gehen war erlaubt.

Tatsächlich funktioniert diese Trainingsmethode. Nach 6 Wochen konnten wir bereits 15 Minuten durchlaufen, haben den Sportplatz verlassen und sind kleine Runden z.B. durch den Park gelaufen. Jeder in seinem Tempo, so wie er konnte. Nach 8 Wochen haben wir es geschafft und konnten tatsächlich 30 Minuten joggen.

Mittlerweile laufen wir Februar-Anfänger, die in der Rennschnecken-Gruppe weitermachen, bereits eine Stunde am Stück. Hätte mir das einer vorher erzählt, ich hätte es nicht geglaubt. Und das allerbeste: Ich empfinde Sport machen nicht mehr als notwendiges Übel, sondern es macht richtig Spaß!

Ein großes Dankeschön an das tolle Trainer-Team Sigi, Iris und Günter. Die drei haben uns immer wieder motiviert, bestärkt und mit Tipps rund um das Thema Laufen gut beraten.

Rennschnecke Sabine Waldhelm

SIEBERT
MEISTERBETRIEB
Inh. Achim Honerkamp

Beratung – Planung – Ausführung
Service – Kundendienst
Reparatur

● Heizung ● Sanitär ● Solartechnik

Betriebsstätte Melle
Am Zwickenbach 35
49324 Melle
Mobil: 01 70/53 17 000
Mail: info@siebert-melle.de

Zentrale Bünde
Brandhofstraße 10
32257 Bünde
Tel.: 0 52 23/18 97 118
Fax: 0 52 23/18 97 119

Gruppe am ersten praktischen Kursabend

SC Melle 03 beim BIG 25 in Berlin

Mehr als 11.500 Läuferinnen und Läufer zog es am Pfingstsonntag nach Berlin zum traditionsreichen BIG 25. Egal beim Kinderlauf über 2,5 Km, 10 Km, die klassische Halbmarathondistanz oder die „noch klassischeren“ 25 Kilometer, am Ende warteten der Marathontunnel und eine dreiviertel Runde auf der berühmten blauen Laufbahn des Olympiastadions.

Herausragend aus Meller Sicht waren dabei die Ergebnisse von Ingo Assmann und Anja Bitter über die 25 Kilometer. Ingo erlief mit 1:36:20 den dritten Platz seiner Altersklasse und belegte insgesamt den 17. Platz. Anja – relativ spontan gestartet - wurde mit 1:51:39 ebenfalls 3. ihrer Alterklasse und verbesserte den alten Vereinsrekord über diese Distanz um rund 10 Minuten.

Paul Langkopf auf den letzten Metern auf der „blauen Laufbahn“

Ebenfalls über die volle Distanz gingen Bruno da Vinci, Günter Hakemeyer und – ebenfalls relativ spontan, da über Pfingsten ohnehin in Berlin - Heinrich Langkopf. Die 10 Kilometer über die Straßen der Hauptstadt nahmen Dorit, Björn und Moritz Lührmann sowie Carla da Vinci erfolgreich „unter die Füße“. Außerdem ging Paul Langkopf über 2,5 Kilometer an den Start und erreichte als Gesamtzweiter das Ziel im Stadion.

Gruppenfoto vor dem Olympiastadion

Hermannslauf 2016

Sonntag, 24.04.2016. Es ist etwa 12:30 Uhr. Im Schopketal. Irgendwo zwischen Oerlinghausen und Bielefeld.

Gute 20 km nach dem Start am Hermannsdenkmal in Detmold erreiche ich das Schopketal. Kurz nachdem ich Oerlinghausen passiert habe - die Strecke dort wieder gesäumt von tausenden begeisterten Zuschauern (Gänsehaut!!) - erreiche ich einen für viele "Hermänner" (m/w) entscheidenden Streckenabschnitt. Spätestens hier nach der langen Bergabbeschleunigung hinab vom Tönsberg durch die Straßen von Oerlinghausen ins hügelige, wieder leicht ansteigende Schopketal deutet sich an, wie das letzte Streckendrittel wohl verlaufen wird.

So auch in diesem Jahr. Nach meiner Erfahrung trägt zum Gelingen eines guten Hermanns folgendes bei: Gemessen an den eigenen Zielen natürlich eine entsprechende Vorbereitung, gute Streckenverhältnisse am Wettkampftag, das persönliche Wohlfühl-Wetter. Und: Die Tagesform bzw. das eigene Befinden. Alles ist heute wie gemacht für ein gutes, ja vielleicht perfektes Rennen. Aber ausgerechnet letzteres scheint heute nicht zu stimmen. Und zwar völlig unerwartet, nachdem ich die ersten beiden Streckendrittel im Soll unterwegs war. Bergauf im Schopketal fehlt auf einmal die letzte Luft. Bergab ist die Beinmuskulatur durch, ein Gefühl, als laufe man auf der nackten Felge. Hinzu kommt ungewohntes schmerzhaftes Seitenstechen, was mich in einigen Passagen zu deutlicher Tempodrosselung zwingt.

Nach Verlassen des Schopketals gibt mir der wellige Anstieg hinauf zum Eisernen Anton (6 km vorm Ziel) den Rest. In Scharen ziehen die anderen Läufer (m/w) an mir vorbei. Es müssen im Verlauf weit über 100 sein. Neben der persönlichen Erschöpfung ein weiteres untrügliches Zeichen dafür, dass dieser Hermann nicht meiner ist. Die letzten Kilometer zum Ziel, die Sparrenburg in Bielefeld, sind im guten Fall geprägt vom befreiten Wetzen unter euphorischem Ausblenden von Schmerzen. Dieses Mal sind es nur Schmerzen. Im Unter-Trainingstempo. Auf dem scheinbar unendlich langen Promenadenweg etwa 1 km vor der Sparrenburg rauscht Anja Bitter in beeindruckendem Tempo an mir vorbei Richtung Zielbanner. Das riecht schon eher nach einem perfekten Lauf. Während ich mich für sie freue, schlurfe ich hinterher und passiere erledigt die Ziellinie.

Und zwar nach nur kurzem Frust trotz allem froh und erleichtert! Und auch stolz. Mit einer Zeit von 2:23 Stunden auf dem 180. Platz bin ich eigentlich nur wenige Minuten unter meinem Zeitziel geblieben. Auch wenn es jetzt schon meine vierte Teilnahme war, ist es immer wieder etwas Besonderes, sobald man diese Finisher-Medaille um den Hals gehängt bekommt. Und zwar egal, mit welcher Zeit und in welchem Zustand man das Ziel erreicht.

Anders als die "anderen" kleinen oder großen Läufe in der Region hat jeder Hermannslauf seine eigene, ganz besondere Geschichte, von der man als Läufer sehr lange zehrt. Das hat man wohl nur bei den großen City-Marathons oder anderen überregionalen Trail-Runs. Und zwar bereits während der langen, oftmals sehr anstrengenden Vorbereitung. Aber auch nach dem Hermann, der auch in diesem Jahr wieder perfekt organisiert war, wirken die Eindrücke des Laufes lange nach und man beschäftigt sich gedanklich schon wieder damit, was man beim Hermannslauf im Folgejahr anders machen wird. Und spätestens der Einlauf ins Schopketal wird mir 2017 wieder zeigen, ob mir das gelungen ist.

Nicht umsonst heißt es: "Nach dem Hermann, ist vor dem Hermann."

Daniel Otto

Die weiteren Finisher des SC Melle 03 beim Hermannslauf 2016 gemäß Ergebnisliste.

Gratulation an alle! Anja Bitter 2:23:27 Daniel Otto 2:23:50 Dirk Blaue 2:41:26
Ulrich Look 2:42:44 Patrick Schöner 2:55:27

Die Riesenbecker Sixdays

Am Samstag, dem 30.04.2016, um 14:00 Uhr, fiel der Startschuss zu den 14. Riesenbecker Sixdays. Alle zwei Jahre begeben sich ca. 550 Männer und Frauen auf die an sechs aufeinanderfolgenden Tagen zu erlaufenden 140 Kilometer. Die Taktik ist das Alles-Entscheidende bei den Riesenbecker Sixdays. Nur wer sich das lange Rennen richtig einteilt, wird später als persönlicher Sieger und Finisher im Ziel sein. Die absolute Zeit für die Läufe spielt nur bedingt eine Rolle und ist auch nicht vergleichbar mit den Vorjahren, wird die Strecke doch immer wieder den Gegebenheiten angepasst. Die Strecke führt von Riesenbeck über Ibbenbüren, Tecklenburg, Mettingen, Ibbenbüren-Dickenberg, Ibbenbüren Aasee zurück nach Riesenbeck.

Die Meller Starter bei den Sixdays 2016 (auf dem Bild fehlt Uwe Aschemeyer)

Es ist für den Veranstalter eine riesige logistische Herausforderung. Die Läufer*innen werden jeden Tag vom Ziel mit Bussen zum Start gefahren. Täglich sind 150 Helfer unterwegs, um den Start und das Ziel auf- und abzubauen, Obst und Getränke zu den einzelnen Verpflegungspunkten bringen usw.

Dieses Jahr gab es nur acht Meller Teilnehmer. Für den SC Melle 03 starteten Manfred Arens, Olaf Sprenger und Peter Spiekermann. Für die BSG der KSK Melle Uwe Aschemeyer und ohne Vereinszugehörigkeit: Volker Frenzel, Jürgen Welkener, Christian Otto und Jens Kurby.

Leider mussten Manfred Arens und Uwe Aschemeyer schon nach zwei Tagen wegen Hüftproblemen bzw. den Folgen eines Sturzes die Sixdays beenden.

Die anderen kamen bei meist gutem Laufwetter nach sechs Tagen, 140 Kilometern und über 1.500 Höhenmetern völlig verausgabt, aber glücklich und auch stolz ins Ziel.

Peter Spiekermann

Die Meller Ergebnisse der Sixdays 2016. Gratulation an alle!

Christian Otto	09:54:55	117. Platz	15. AK 35
Volker Frenzel	09:58:45	123. Platz	29. AK 45
Peter Spiekermann	10:09:31	149. Platz	6. AK 60
Olaf Sprenger	10:57:43	270. Platz	57. AK 45
Jürgen Welkener	11:04:19	291. Platz	70. AK 50
Jens Kurby	12:54:47	454. Platz	26. AK 35

EWE-Nordseelauf 2016

ICH! HAB'S! GESCHAFFT! 42 km in vier Tagen – wer hätte das gedacht? Ich jedenfalls nicht… Dabei ist es rückblickend gar nicht so schlimm.

Tag 1. Klar, 10 km entlang der Wasserkante auf Sand zu laufen ist schon anstrengend, aber bei schönstem Sonnenschein und Luft so prickelnd wie Champagner, wird der Töwerlandlauf auf Juist für mich zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Tag 2. Am nächsten Tag, beim Watt'n Strandlauf auf Wangerooge geht es erst entlang der Strandpromenade, durch das Örtchen und dann grobe Richtung Spiekeroog auf dem Deich mit Blick auf das Wattenmeer und zurück durch die Dünen. Diesmal nur 9,5 km. Für mich quasi eine Art Heimspiel, bin ich doch während meiner Kur im letzten Sommer diese Strecke mehr als einmal gelaufen.

Tag 3. Der Dünenlauf auf Spiekeroog ist ab sofort mein Favorit. Zwei Runden à 6 km bei wolkenlosem Himmel, Windstille und dem Duft der überall blühenden Heckenrosen. Unterstützt werden wir von unzähligen Zuschauern und vielen, kleinen Kinderhänden zum Abklatschen – dabei noch nette Unterhaltung mit den Mitstreitern. Wellnesslauf nach meinem Geschmack!

Tag 4. Heute ist schon der letzte Lauf (und ich bin immer noch dabei - meine Beine brennen wie Feuer). Der Borkumer Promenadenlauf. Die Streckenlänge beträgt knapp 11 km. Wir starten bei leichtem Nieselregen auf der Promenade in Richtung Ostland, vorbei am Flughafen bis zum Wäldchen "Greune Stee", dann wieder entlang der Promenade mit gigantischem Blick auf die Nordsee bis ins Ziel. Zwischendurch kommt immer mal die Sonne raus, Urlauber und Helfer stehen an der Strecke und feuern uns an.

Eine kurze, knackige Zusammenfassung von vier wunderschönen, unvergesslichen Tagen. Ich bin im nächsten Jahr auf alle Fälle wieder dabei :)

Irgendwo in den Dünen.
Iris Busch
beim Nordseelauf 2016

Der 16. EWE-Nordseelauf findet vom 17.-24. Juni 2017 statt. Details unter www.nordseelauf.de.

Iris Busch

Ihr Fachgeschäft für Lederwaren
Mithöfer
49324 Melle · Am Markt

Marathon- und Halbmarathonwanderung 2016

Um 7 Uhr starteten die Aktiven zur 42 Kilometer langen Marathonwanderung am Meller Sportzentrum Mellaktiv. Für die sogenannten Marathonis ging es zunächst durch die Stadt, vorbei am Eickener Segelflugplatz und der Autobahnraststätte Grönegau in Richtung Riemsloh.

Die Truppe um Organisator Ulrich Friedering passierte mit einer durchschnittlichen Geschwindigkeit von etwa fünf Stundenkilometern den „Westhoyeler Wallholländer“ und das Gut Warmenau. „Die Halbmarathonis sind dann am Schloss Königsbrück dazugekommen“, berichtete Ulrich Friedering. Und er ergänzte: „Die Beteiligung war so gut wie nie zuvor.“

Der Mann hinter dem Event – Ulrich Friedering

Über Suttorf, Neuenkirchen, Dielingdorf und Selhofe ging es zurück nach Melle zum Mellaktiv. Auf dem letzten Abschnitt wurde am Vereinsheim des TV Neuenkirchen eine Rast eingelegt.

Von den 19 Wanderern, die frühmorgens in Melle gestartet waren, kamen 17 nach den kompletten 42 Kilometern am Ziel Mellaktiv an – eine starke Leistung. Die mehr als 40 Marathonis stärkten sich dort mit Kaffee und selbst gebackenem Kuchen. Die Koordination des Wanderfinales hatte Helga Friedering übernommen. „Die Bewirtung auf der Strecke haben Peter Meinke und Peter Köster übernommen“, verriet Helga Friedering nach der Wanderung am Mellaktiv. Peter und Peter unterstützten die Läufer mit Getränken, Obst und Müsliriegeln.

Dass den Wanderern nach getaner Arbeit die Füße förmlich qualmten, konnten sie aber auch nicht verhindern. „In diesem Jahr waren auch viele junge Leute dabei“, freute sich Ulrich Friedering. Die Strecke hatte er im Vorfeld mit Heinz Lammerschmidt und Rudi Rauschenbach zusammengestellt. Toll für alle: Das Miteinander in der Wandertruppe passt einfach. „Unterwegs wird keiner hängen gelassen“, berichtete Friedering über das starke Wir-Gefühl der Marathonwanderer.

Christina Wiesmann / Peter Meinke

Die Wandergruppe 2016

Bäcker Handwerk im Ort!

Hinweise zur Veranstaltung

Hinweise zum Meller Stadtlauf 2016

Anmeldung	SC Melle 03 Kohlbrink 14, 49324 Melle www.scmelle.de www.laufen-os.de meller.stadtlauf@gmx.de
Zahlung	am Veranstaltungstag
Meldeschluss	07.09.2016 (Meldungseingang)
Nachmeldung	bis 60 Minuten vor dem Start möglich (kath. Gemeindehaus).
Startkarten	Ausgabe erfolgt ebenfalls im kath. Gemeindehaus. Für Bambini ab 14.00 Uhr, für alle folgenden Läufe 2 Std. vor dem jeweiligen Start.
Start/Ziel	Marktplatz vor dem Rathaus
Ergebnisse	www.scmelle.de www.laufen-os.de Ab Sonntag, 11. Sept. (19 Uhr)

Weitere Infos!
Erich Unser Tel. 0 54 22 / 4 83 01
Johannes Bell Tel. 0 54 22 / 6 14 51

Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt! Programmänderungen bleiben dem Veranstalter überlassen. Der Veranstalter lehnt gegenüber den Teilnehmern jede Haftung für Schadensfälle ab.

Urkunden/Auszeichnungen

Bambini	Alle Bambini erhalten ein Präsent und eine Urkunde.
Schüler	Alle Schüler erhalten eine Urkunde und Medaillen.
Jedermannlauf	Die drei zeitschnellsten Mannschaften u. Einzelstarter/innen erhalten Pokale u. Urkunden. Drei Mannschaften mit originellen Namen bekommen Präsente.
Hauptlauf	Die drei zeitschnellsten weiblichen und männlichen Teilnehmer erhalten Präsentkörbe, Pokale und Urkunden. Ansonsten kann sich jeder Teilnehmer eine Urkunde über www.laufen-os.de ausdrucken.
Zeitnahme Auswertung	elektronisch Bei den Schüler/innen erfolgt die Auswertung jahrgangsweise, im Hauptlauf nach Altersklassen.
Verpflegung	Sie im Zielbereich Getränke- & Verpflegungsstände vorhanden
Umkleiden/ Duschen	Grönenberghalle (siehe Ausschilderung)

Musikalisches Rahm

Der 14. Meller Stadtlauf wird wieder begleitet von einem interessanten Unterhaltungsprogramm:

Ab 11.00 Uhr können sich die Bambini von einem Team der Waldbühne Melle am Rathaus da Gesichter schminken lassen.

Von 15 bis 16 Uhr wird auf dem Rathausplatz nach Jahren der Abstinenz wieder eine Blaskapelle aus unserem Nachbarland Holland für die richtige Stimmung am Nachmittag sorgen. Die Oosterbroekspel, eine Drum- und Marchingband aus Enschede, macht jeden Auftritt zu einem kleinen Schauspiel. Daher sind sie bei Stadt- und Volksfesten immer gern gesehene Gäste. Ihr Repertoire besteht aus einer Vielzahl von Musikstilen - also Musik für jeden Geschmack.

Ab 19.00 Uhr spielt die aus Münster kommende Sambaband Buena Vista Rio. Buena Vista Rio will

Zeitplan

Übersicht über alle Strecken und Zeiten

1. Lauf	**Bambinilauf Mädchen** (Jhrg. 2010) (bis einschl. 9 Jahre u. jünger)	Start 15.15 Uhr 1 kl. Runde ca. 600 m
2. Lauf	**Bambinilauf Jungen** (Jhrg. 2010) (bis einschl. 9 Jahre u. jünger)	Start 15.35 Uhr 1 kl. Runde ca. 800 m
3. Lauf	**Schülerinnen W U8** (Jhrg. 2009-2010) **Schülerinnen W U10** (Jhrg. 2007-2008)	Start 16.00 Uhr 2 kl. Runden ca. 1.200 m
4. Lauf	**Schüler M U8** (Jhrg. 2009-2010) **Schüler M U10** (Jhrg. 2007-2008)	Start 16.30 Uhr 2 kl. Runden ca. 1.200 m
5. Lauf	**Schülerinnen W U12** (Jhrg. 2005-2006)	Start 17.00 Uhr 2 kl. Runden ca. 1.200 m
6. Lauf	**Schüler M U12** (Jhrg. 2005-2006)	Start 17.30 Uhr 2 kl. Runden ca. 1.200 m
7. Lauf	**weibl. Jugend U14** (Jhrg. 2003-2004) **weibl. Jugend U16** (Jhrg. 2001-2002)	Start 18.00 Uhr 1 kl. + 1 mittl. Runde ca. 1700 m
8. Lauf	**männl. Jugend U14** (Jhrg. 2003-2004) **männl. Jugend U16** (Jhrg. 2001-2002)	Start 18.15 Uhr 1 kl. + 1 mittl. Runde ca. 1700 m
9. Lauf	**Jedermannlauf] Walking***	Start 18.45 Uhr 1 kl. + 1gr. Runde ca. 3800 m
10. Lauf	**Hauptlauf**	Start 19.30 Uhr 1 kl. + 3 gr. Runden ca. 10.000 m

*Bei diesem Lauf wird für Mannschaften aller Schulen, Firmen, Organisationen, Klubs und sonstiger Vereine eine Mannschaftswertung durchgeführt. Vier Läufer/Innen bilden eine Mannschaft. Die Mannschaftsergebnisse werden durch Zeitaddition ermittelt. Voranmeldung mit Angabe der Namen der Starter und des Mannschaftsnamens ist zwingend erforderlich (originaler Name erwünscht). Der schriftlichen Mannschaft und der Mannschaft mit dem originellsten Namen winkt eine Belohnung.

Startgebühren:	
Bambinilauf	frei
Schülerinnen	2,- €
Jugendliche	2,- €
Erwachsene	3,- €

14. Meller Stadtlauf • Anmeldung

SC MELLE 03

- ☐ Bambinilauf Mädchen/Jungen
- ☐ Schülerinnen Lauf 3 (Jhrg. 2009-2010 | 2007-2008)
- ☐ Schüler Lauf 4 (Jhrg. 2009-2010 | 2007-2008)
- ☐ Schülerinnen Lauf 5 (Jhrg. 2005-2006)
- ☐ Schüler Lauf 6 (Jhrg. 2005-2006)
- ☐ weibl. Jugend Lauf 7 (2001-2004)
- ☐ männl. Jugend Lauf 8 (2001-2004)
- ☐ Jedermannlauf Lauf 9
- ☐ Mannschaftslauf Lauf 9
- ☐ Hauptlauf Lauf 10

Meldeschluss am 07.09.2016!
(Eingang der Meldung)
Anmeldungen an:
SC Melle 03
Kohlbrink 14
49324 Melle

☐ männlich
☐ weiblich

Jahrgang

Name

Vorname

Straße

PLZ

Ort

Verein | Schule | Kindergarten | Name der Mannschaft

Die Ergebnisse werden mit Namen, Geburtsjahr und Zeiten im Internet veröffentlicht!

Datum | Unterschrift

BODE
/Glas/ vom Meister

24 Stunden Notfall-Nr: 0171 4827633

Glas | für Bad, Dusche und Küche
für Fenster, Türen und Dächer
für Balkon und Terrasse
lackiert in 5000 Farben

Auf dem Platen 4 / 49326 Melle
Telefon 05422 9401-0
E-Mail info@glas-bode.de
Web www.glas-bode.de

Läuferabend • 31.08.2016

Meisterschaften des Kreises Osnabrück-Land | Carl-Starcke-Platz

Klasse	Strecke	Startzeit
Kinder/Jugend W U10 bis U16	800 m	18.00 Uhr
Kinder/Jugend M U10 bis U16	800 m	18.15 Uhr
Seniorinnen/Senioren weibl. u. männl. Jugend U20/U18	1.500 m	18.30 Uhr
Jugend M U14*+ Jugend M U16 Jugend W U14*/16* Kinder W U12/ M U12	2.000 m	19.00 Uhr
Seniorinnen/Senioren Jugend W/M U18*/M U16* Jugend M U14/W U16/W + M U20	3.000 m	19.30 Uhr
Seniorinnen/Senioren Jugend W + M U20*/W + M U18 (bis ca. 19:00 Min.)	5.000 m	20.00 Uhr
Evtl. 2. Lauf ab ca. 19 Minuten	5.000 m	20.30 Uhr

Alle Läufe sind gleichzeitig Meisterschaften des Kreises Osnabrück-Land.
Der Sieger männliche Jugend über 1.500 m erhält einen Wanderpokal gestiftet von Ulf's Laufeshop. Die bisherige Bestzeit beträgt 3:59,1 Min. Nur die mit * gekennzeichneten Disziplinen sind Regionsmeisterschaften der NLV-Region Osnabrück/Emsland/Grafschaft Bentheim.

40. Meller Crosslauf • 06.11.2016

2. Wertungslauf im Ossen-Cup 2016 | Sportzentrum Waldstraße

Startgeld
Erwachsene 5,- €
Schüler/
Jugendliche 3,- €

Weitere Läufe:
Gretesch, Bissendorf und Bad Iburg

Klasse	Strecke		Startzeit
Frauen/Männer nach AK w/m Jugend U16/U18/U20	3.100 m	1 Kleine + 1 große Runde	10.00 Uhr
weibl./ männl. Kinder U10	1.125 m	1 kleine Runde	10.30 Uhr
weibl./ männl. Kinder U12	1.125 m	1 kleine Runde	10.45 Uhr
w/m Jugend U14	2.050 m	2 kleine Runden	11.00 Uhr
Frauen/Männer nach AK	7.400 m	4 große Runden	11.30 Uhr

Austragungsort: Sportplatz Waldstraße
Die Zufahrt ist von der Autobahn Melle-Ost (Nr. 24) ausgeschildert.

Sieger 2015
Männer: Dustin Karsch, Osnabrücker TB
Frauen: Christin Kugemeyer, Osnabrücker TB

Anmeldungen an
Wolf-Dieter Fehling
Tel. 0 54 22 / 83 86
mwdf@aol.com
Onlineanmeldung
www.laufen-os.de

fahrrad schwan

Ihr Fahrradexperte in Melle seit 1981

Mo – Fr 9:00 bis 18:30
Sa 9:00 bis 14:00

Industriestr. 18
49324 Melle

Telefon 05422 **42434**
www.fahrrad-schwan.de

ZEG

REHA-Sport

Einladung an alle Mitglieder zum Frauen-Event 2016"

Offenes Hallen-Geschicklichkeits-Sportfest für Frauen am 10. September 2016 in Sulingen

Veranstalter:	Behinderten-Sportverband-Niedersachsen
Leitung:	Eleonore Müller
Ausrichter:	Handicap Sport TuS Sulingen
Ort der Veranstaltung:	Sportzentrum Edenhalle, Edenstraße, 27232 Sulingen
Anreise:	bis 12:00 Uhr
Beginn:	12:30 Uhr
Ende:	17.30 Uhr

anschließend gemeinsames Abendessen im „Land-gut-Hotel“, Stemwede

Rückkehr	ca. 20.00 Uhr
Meldeschluss:	namentliche Meldung bis 24. August 2016 in der Geschäftsstelle, Kohlbrink 14, 49324 Melle
	max. 35 Teilnehmerinnen

Programm: Allgemeine Aufwärmgymnastik, Geschicklichkeitswettbewerb, Kaffeepause, kleines Rahmenprogramm, Siegerehrung und Übergabe der Urkunden.

Wir fahren gemeinsam mit einem Bus nach Sulingen.

Abfahrt 10:00 Uhr ab ZOB Melle-Mitte, Weststraße.

Wir möchten natürlich einheitlich gekleidet als Gruppe des SC Melle auftreten. Im Teilnehmerbeitrag ist dieses Mal ein Poloshirt des SC Melle mit der Aufschrift Reha Sport enthalten. Dieses Poloshirt kann anschließend von den Teilnehmerinnen behalten und weiterhin zum Sport oder anderen Veranstaltungen getragen werden.

Kostenanteil pro Teilnehmerin: 26,00 € (18,00 € für diejenigen, die bereits ein SC Melle Poloshirt haben, dies muss dann nur noch bestickt werden, bitte bei der Anmeldung in die Geschäftsstelle mitbringen!!!)

Im Preis enthalten sind: Orga-Beitrag, Poloshirt, Kuchen und Kaffee in der Kaffeepause, kleines Abendessen im Lokal, Getränke werden extra berechnet

Bei der Anmeldung erhalten die Teilnehmerinnen grüne Karten, die im Bus eingesammelt werden.

Wir freuen uns über viele Teilnehmerinnen.

Euer Team für Fahrten und Veranstaltungen:
Hildegard Ardland, Sabine Horstmann, Ursel Kruse, Jürgen Reinke, Erika Stock

Ihr Autoglas-Service in Melle

- Erneuerung
- Steinschlagreparatur
- Tönungsfolie
- Sonderanfertigungen, z.B. für Oldtimer
- Unterstützung bei der Abwicklung mit Ihrer Versicherung

ZENTRALE AUTOGLAS

Service vom Profi

Herrenteich 96–98
49324 Melle
Telefon: 0 54 22/94 59-0
Telefax: 0 54 22/94 59-59
info@zentrale-autoglas.de

Rund um den Spargel

Die diesjährige Tagesfahrt führte uns zum größten deutschen Spargelanbauer mit ca. 17 to. Tagesernte in der Spargelzeit, nämlich zum Spargelhof Thiermann in Kirchdorf.

Pünktlich fuhren wir vom ZOB in Melle mit ca. 60 Mitgliedern ab. Das Wetter war "diesig" mit Nebel- und Regeneinlagen, gar nicht nach Wunsch oder Jahreszeit. Aber die Fahrt über Landstraßen zeigte uns unsere schöne Umgebung. Unsere Fahrtenleiterin Sabine verteilte Liederzettel und es wurde kräftig das "Spargellied" geschmettert! In Kirchdorf angekommen, trauten wir unseren Augen nicht! "Was ist denn hier los?" Auf dem Busparkplatz standen eine Anzahl Busse , die karrten hungrige "Spargelfreunde" an! Ein großes Zelt nahm die Gäste alle auf und man saß an reservierten Plätzen gemütlich beisammen. Drei große "Abholstationen" boten den Gästen Spargel "satt" an. Grün, weiß, Buttersoße, Schinken, Rührei, Hollondaise, Schnitzel, Spargelsalate, Spargelsuppe und, und - es war alles gut und reichlich da.

Nach der "Spargelschlacht" hatten wir eine Betriebsbesichtigung. Wir kamen aus dem Staunen über die Anlagen für die Bearbeitung nach der Ernte nicht heraus. Die Einhaltung der Hygienevorschriften und der EU-Vorgaben (z.B. 22cm Länge max. pro Spargel!) stehen an erster Stelle! Es ist empfehlenswert, sich einmal über die Problematik zu informieren!

Die Fahrt wurde fortgesetzt nach Sulingen (ca. 10 Minuten Fahrt) und zwar zum Stadtsee. In dem Cafe' am See erwartete uns leckere Torte oder eine Schnittchenplatte. Im Garten und auf der Terrasse genossen wir den schönen Sonnenschein. Dann wurde die Rückfahrt gestartet. Gegen 19 Uhr erreichten wir wieder Melle.

An dieser Stelle möchte ich den Organisatorinnen für diese erlebnisreiche Fahrt herzlich bedanken

Sommeraktivitäten 2016

Als Auftaktveranstaltung der Sommeraktivitäten stand in diesem Jahr der Besuch beim RAS-Team, dem Orthopädie- und Sanitätshaus im Industriegebiet in Gerden. Zwei Mitarbeiterinnen der Firma RAS erwarteten unsere 30köpfige Gruppe bereits, als wir am 29.Juni um 18.00 Uhr eintrafen. Nach einer freundlichen Begrüßung teilen wir uns in zwei Gruppen auf um nacheinander Büroräume, Verkaufsraum, Untersuchungsräume und die Orthopädiewerkstatt zu besichtigen. Hier sahen wir unter Anderem, Gipsabdrücke von Kinderfüßen, für die Orthesen angefertigt werden, die Werkstatt für Schuheinlagen und eine farbenfrohe Auswahl an Stützstrümpfen. Spannend war die kurze Einführung in die Haltungs- und Bewegungsanalyse, mit der Erklärung, dass ein Dysbalance an den Füßen oder im Kiefer oft Beschwerden in der Körpermitte zur Folge hat. Viel Spaß hatten wir dann noch beim Ausprobieren verschiedener kleiner und großer Hilfsmittel für den Alltag, wie diverse Massagebälle, Sitzkissen, Flaschenöffner, Lupen und vielem mehr. Am Ende der Führung hatte das Team von RAS noch einen leckeren Imbiss für uns vorbereitet und bei munterem Austausch ließen wir den Abend ausklingen.

Schutte & Hünerberg GmbH

Elektro-, Sanitär- und Heizungstechnik

Beratung / Planung / Verkauf / Montage und Kundendienst

49324 Melle · Industriestraße 22

Elektro: Telefon 0 54 22/4 16 72 · Fax 0 54 22/4 83 91
Heizung: Telefon 0 54 22/4 80 23 · Fax 0 54 22/4 83 92

MAD
my lifestyle
Shoppen & mehr.
Sie erhalten bei uns
5%
auf Ihren Einkauf.
49324 Melle Plettenberger Str. 11 Tel. 05422/48033
PTMD
WE LOVE
XOX
soyaconcept
Geisha
s.Oliver
BLUE
FIRE CO
CARTOON
GARCIA

www.BLUSCHKE.com
C14 Bikes
www.C14-bikes.com
- kompetente Beratung - Meisterwerkstatt
- Rennräder - Crossräder - Trekkingräder -
- E-Bikes - Kinderanhänger - Teile ...
Osnabrück, Iburgerstr. 74 a, tel. 0541-53370
TREK
Diamant
CUBE
fahrradmanufaktur
cannondale
PRO CYCLING
GORE
BIKE WEAR
MAVIC

Schwimmen

Von Wasserattenpatté und französischer Geselligkeit

Ein sonniger Samstagmittag in der französischen Provinz. Acht deutsche Vertreter der Schwimmabteilung mit einer großen Gruppe französischer Wassersportler kommen in ein schickes Restaurant. Kurzerhand werden fünf Tische zusammengestellt und alle setzen sich an einen Tisch. Es wird geredet, gescherzt und gelacht. Die Zunge ist vom Pinaut gelockert, die Stimmung heiter. Sprachbarriere und Schüchternheit sind überwunden. Völkerverständigung leicht gemacht – nach nur drei Tagen Aufenthalt.

Von vorne: Donnerstagmorgen, fünfter Mai. Unsere Reisegruppe wird nach einer strapaziösen Autobahnnacht von den ersten Strahlen der französischen Sonne geweckt.

14 Stunden Bullifahrt waren vergangen bis wir das beschauliche Melle, gleichnamige Partnerstadt im Westen Frankreichs, erreicht hatten. Alle freuten sich auf den Gegenaustausch, nachdem uns die Franzosen vor zwei Jahren selbst besucht hatten.

Der erste Blick aus dem Bullifenster fiel auf mittelalterliche Gemäuer steinerne Kirchen und Häuser aus hellen Ziegeln errichtet. Man fühlte sich in eine andere Zeit versetzt und war fast überrascht von den Gastfamilien im Auto abgeholt zu werden.

Auf dem Rathausplatz der 4000 Seelen Gemeinde wurden wir herzlich begrüßt. Zum Essen und zur Erholung fuhren wir zu unseren Gastgebern.

Hier kam es zum ersten Kontakt mit den kulinarischen Besonderheiten des Landes. Ziegenkäse und andere Spezialitäten wurden gekostet.

Gestärkt und mit ersten Sonnenbränden versehen, setzen wir unsere Zeitreise fort. Wir besichtigen die mittelalterlichen Silberminen, welche der Stadt ihre historische Bedeutung verdankt. Hier wurde seinerzeit unter großem Aufwand Silber für die königlichen Münzen abgebaut und aufbereitet.

Zu bewundern sind noch heute die bizarre Tropfsteinhöhle und die ausgeklügelten Holzapparaturen zur Verarbeitung des Erzes.

Dank der spontanen Übersetzung des Wahlfranzosen Jürgen, konnten wir der Führung durch das Freilichtmuseum folgen. Jürgen, aus Gesmold stammend, hat seine Frau Sara auf einem Schüleraustausch der beiden Städte kennengelernt. Die beiden sind ein wunderbares Beispiel der innigen Städtepartnerschaft, die wir durch die Gastfreundschaft der Franzosen selbst erleben durften.

So auch beim Abendessen. Hier durfte der für die Region typische Pinaut, aus Pflaumenwein und Cognac hergestellt, zum Aperitif nicht fehlen. Auch das Buffet hatte von Quiches über traditionelle Kohlspeisen bis zum obligatorischen Fromage vieles zu bieten.

Freitag. Ein gemeinsamer Sparziergang um und durch Melle stand an. Wir erkundeten die mittelalterlich-mediterranen Kopfsteinpflasterstraßen und genossen die Postkartenoptik der idyllischen Wiesen und Wälder. Besondere Sehenswürdigkeiten sind die gotische Kirche und die alte Zisterne der Gemeinde. Zu guter Letzt durften wir Pasquales

(ehem. Vorsitzende des Schwimmvereins) Bäckerei und Konditorei besichtigen. Wir sahen, wie die berühmten französischen Baguettes und Croissants hergestellt werden.

Ein besonderer Genuss waren die Pralinen aus eigener Herstellung.

Am frühen Abend ging es im Schwimmbad sportlich weiter.

Das Meller Bad hat eine praktische Besonderheit: Es ist Frei- und Hallenbad zugleich. Das Dach lässt sich, ähnlich einer gigantischen Marquise, einfahren.

Zuerst eine Schwimmstaffel. Je ein französischer und ein deutscher Schwimmer bildeten ein Zweiergespann. Sie bewiesen sich in den Disziplinen des „Auf-der-Matte-liegend-Schwimmens", Abschleppens und Kraulschwimmens mit und ohne Ball. Die Sieger wurden schließlich in einer Finalrunde ermittelt.

Wer dachte, nun wäre die Anstrengung geschafft, lag daneben. Als zweites stand Wassergymnastik auf dem Programm. Hier wurden wir so gefordert, dass uns selbst im kühlen Nass die Röte ins Gesicht stieg.

Nach der Siegerehrung, bei der alle Teilnehmer eine Medaille überreicht bekamen, fielen wir über das wohlverdiente Abendbuffet her.

Samstag. Kaffee, Croissant und Baguette zum Frühstück und wir fuhren auf den Mellerаner Wochenmarkt, wo Lebensmittel, kulinarische Köstlichkeiten, sowie allerlei Kleidung und Souvenirs feilgeboten werden. Hier ließen sich wunderbar Mitbringsel und Andenken, ob nun Ziegenkäse oder Kunsthandwerk erstehen.

Zu Mittag speisten wir gemeinsam im Restaurant, nahe dem Moor auf dem wir später paddeln sollten. Als Nachspeise bekamen die Wagemutigsten unter uns die Gelegenheit Schnecken als französische Spezialität zu probieren. Erst musste es jedoch gelingen das Fleisch mit speziellem Esswerkzeug aus dem Haus zu pulen. Gar nicht so einfach.

Danach lieferten wir uns, auf drei Boote à sechs Personen verteilt, Rennen, Wasserschlachten. Wir genossen den Sonnenschein und das Gezwitscher der Vögel. Ein Boot verfuhr sich gar kurz im Labyrinth der Kanäle die das Moor durchziehen.

Besondere Attraktion: Im Boden des Naturreservats befinden sich Gase. Experimentierfreunde können mit ein wenig Glück das Wasser anzünden.

Wessen Appetit nun angeregt war, konnte eine weitere spezielle Spezialität testen. Es wurde Wurst vom Fleisch der ansässigen Wasserratte verkostet.

Wer sich überwunden hat, konnte kaum einen Unterschied zur deutschen Leberwurst schmecken.

Der letzte Abend – wenn das, nach den gemeinsamen Erlebnissen und neu geknüpften Freundschaften, kein Grund zum Feiern war!

So geschehen: Die Franzosen bewiesen, dass sie mindestens so gute Tänzer wie Gastgeber sind. Bist tief in die Nacht wurde ausgelassen gescherzt, getrunken und getanzt. Für Musik von AC/DC bis Cool and the Gang war dank Djane Règine gesorgt.

Am nächsten Morgen herrschte Katerstimmung. Franzosen wie Deutsche waren traurig einander Lebewohl zu sagen. Ein letztes Mal bewiesen unsere Gastgeber, dass sie an alles gedacht hatten.Sie überreichten uns Pralinen, selbstgebackene Brioche und vieles mehr als Proviant.

Dies erwies sich als sehr nützlich da wir vor den Mautnadelöhren auf der Rückfahrt mehrmals im Stau warten mussten. So erreichten wir erst deutlich verspätet das traute Heim.

Dies war nur ein kleiner Wehmutstropfen ob der zahlreichen schönen Erfahrungen und geselligen Treffen die hinter uns lagen.

Die nächsten zwei Jahre bis zum Wiedersehen haben wir uns nun vorgenommen Französisch zu lernen, bzw. es zu verbessern.

Wassergewöhnung

Für Kinder von 3 – 4 ½ Jahre (ohne Eltern)

Start: 12.09.2016

Wann?	Montags 16.30 – 17.15 Uhr
Wo?	Grönegaubad
Wer?	Karina Bormann
Kosten?	71,50 € für Mitglieder 117,00 € für Nichtmitglieder

NEU!

Weitere Informationen und Anmeldung:
Geschäftsstelle des SC Melle 03 e.V.
Kohlbrink 14, 49324 Melle • Tel.: 05422 / 929892

gegr. 1898

Familienfleischerei
Lammerschmidt
QUALITÄT AUS DEM OSNABRÜCKER®

jährlich prämiert durch die deutsche Landwirtschaftsgesellschaft

Wilhelm Lammerschmidt GmbH
Hauptstr. 27
49326 Melle-Neuenkirchen
Tel: 0 54 28/9 41 50
info@lammerschmidt.de
www.lammerschmidt.de

Weitere Filialen finden Sie in:
Melle, Grönenbergerstr. 2-8 (im Böckmann's)
Werther, Engerstr 65 (im Rewe-Markt)
Sennestadt, Sennestadtring 27-29 (im Rewe-Markt)
Hilter, Bielefelder Str. 35 (im Rewe-Markt)
Sundern, Alter Kamp 6 (im Rewe-Markt)

Tennis

Am Montag, dem 18. April 2016, ab 15.00 Uhr, haben wir die Clubanlage für den Spielbetrieb freigegeben und am 30. April ein kleines Saisoneröffnungs-Turnier durchgeführt.

Auf der Anlage haben wir folgende Verschönerungsarbeiten vorgenommen:

Auf der Rasenfläche beim Eingangsbereich haben wir den "Laubbunker" entfernt, den gesamten Bereich umgegraben, Rasensamen gesät und nach entsprechendem Wachstum den frischen Rasen gemäht. Die niedrige Hecke beim Eingang wurde gleichzeitig entfernt. Als Höhepunkt konnten wir durch eine großzügige Spende auf der gesamten Fläche dann Tisch und Bänke platzieren. Der Eingangsbereich ist jetzt ein toller Blickfang und unterstreicht den positiven Eindruck unserer Tennis-Anlage (siehe die drei Bilder). Als Laubbunker haben wir Holzstellwände vor dem Zaun der Übungswand eingerichtet. Auch diese Einrichtung ist optisch gut gelungen.

Am Wochenende vom 27. bis 29. Mai hat die Tennisregion Osnabrück des NTV ihre Regionsmeisterschaften der Jüngsten und der Jugend für die Sommersaison 2016 auf den Anlagen des TV Neuenkirchen und des TC Melle ausgetragen. Dabei gab es 120 Meldungen aus 23 Vereinen der Region. Der TC Melle war mit 12 Jugendlichen vertreten und erreichte folgende Platzierungen: Kleinfeld U8: 3. Platz Jacob Werges, Junioren U10 Nebenrunde: Sieger Justus Sternberg,

Die Regionsmeisterschaften konnten bei gutem Wetter durchgeführt werden und waren ein voller Erfolg.

Am 30. und 31. Mai wurde der Bezirksentscheid Weser-Ems für "Jugend trainiert für Olympia" unter der Federführung vom Gymnasium Melle auf unserer Anlage ausgetragen. Die Jungen und Mädchen am 30. Mai waren vom Gymnasium Melle, Gymnasium Georgianum Lingen, Liebfrauenschule Oldenburg, Kolleg-St.- Thomas Vechta, Gymnasium Papenburg, CAG Cloppenburg. Die Jungen und Mädchen am 31. Mai waren vom Gymnasium Papenburg, Liebfrauenschule Oldenburg, Realschule Georgsmarienhütte, Kolleg-St.-Thomas Vechta, Liebfrauenschule Vechta, UG Norden. Bei optimalen Voraussetzungen (Wetter, Anlage und Organisation durch Sportlehrer Andreas Landwehr vom Gymnasium Melle) wurde die Veranstaltung durchgeführt und die ca. 80 Jugendlichen haben starken Tennissport geboten. Das "Schnuppertennis-Training für Damen" wurde toll angenommen. Am Dienstag und

Mittwoch jeweils von 18.00 - 20.00 Uhr (von Mai bis zum Beginn der Sommerferien) wurden die Damen von Christian Meszaros und Jochen Dalkötter in Tennis angeleitet und die Tennisgrundkenntnisse vermittelt. Alle Damen waren mit Eifer und Freude dabei.

Punktspiele

Zu den Punktspielen ab Mai waren 10 Jugendmannschaften gemeldet und nach Abschluss der Begegnungen ergeben sich folgende Tabellenpositionen:

Junioren A I	**1. Platz** von 5 Mannschaften	**Glückwunsch !!**!
Junioren A II:	4. Platz von 5 Mannschaften	
Junioren B I:	**1. Platz** von 5 Mannschaften	**Glückwunsch !!!**
Junioren C I:	2. Platz von 6 Mannschaften	
Junioren C II:	**1. Platz** von 6 Mannschaften	**Glückwunsch !!!**
Juniorinnen A:	**1. Platz** von 6 Mannschaften	**Glückwunsch !!!**
Juniorinnen B:	2. Platz von 5 Mannschaften	
Juniorinnen C:	4. Platz von 6 Mannschaften	
Midcourt Jungen:	**1. Platz** von 5 Mannschaften	**Glückwunsch !!**!
Kleinfeld U8:	**1. Platz** von 4 Mannschaften	**Glückwunsch !!!**

Unsere Jüngsten im Kleinfeld werden im August noch die Ausscheidungskämpfe zur Teilnahme an den Niedersachsenmeisterschaften haben. Dazu wünschen wir viel Erfolg.

Bei den Erwachsenen sind noch Punktspiele durchzuführen und der derzeitige (03.07.) Tabellenstand ist:

Damen 40 :	2. Platz von 6 Mannschaften (2 Spiele noch offen)
Herren 30 I:	1. Platz von 6 Mannschaften (1 Spiel noch offen)
Herren 30 II:	3. Platz von 6 Mannschaften (3 Spiele noch offen)

Die Hobby-Cup Mannschaften Melle I + Melle II haben die Finalrunde leider nicht erreicht. Die Endspiele am 20. August auf der Anlage des TSV Riemsloh finden somit ohne TC Melle Beteiligung statt.

2. Meller Stadtmeisterschaften der Herren LK-Turnier (Einzel), 30. bis 31. Juli 2016

Nach dem guten, gelungenem Auftakt im September 2015 mit der Ausrichtung der 1. Meller Stadtmeisterschaften, wollen wir dieses wichtige Ereignis im Meller Sportkalender – wie bereits zur Freude der letztjährigen Teilnehmer angekündigt – auch in diesem Jahr durchführen.

Das Turnier ist in diesem Jahr als „Offene Meller Stadtmeisterschaften“ mit LK/Leistungsklassen-Wertung ausgeschrieben und wird am letzten Wochenende in den Sommerferien am Samstag, dem 30. 7. und Sonntag, den 31. 7.2016 auf der Anlage des TC Melle stattfinden.

Clubmeisterschaften der Juniorinnen und Junioren des TC Melle vom 12. bis 14. August 2016

Unser Jugendwart Wolfgang Schwedhelm hat alle Jugendlichen angeschrieben und auf die Clubmeisterschaften von Freitag, den 12. bis Sonntag, den 14. August 2016 hingewiesen. Teilnehmen kann jedes TC Melle-Mitglied und Teilnehmer anderer Vereine an Spielgemeinschaften mit uns im Alter von 6 bis 18 Jahren.

Werner Holst

SC Melle im Internet: ***www.scmelle.de***

Trampolin

Bundesoffener Leine-Pokal

Im April fuhren wir nach Hannover zum Leine-Pokal. Dieser Wettkampf ist bundesoffen ausgeschrieben und so gab es auch über 200 Teilnehmer aus ganz Deutschland. Das bedeutete einen langen Tag für uns.

Vom SC Melle fuhren Charlotte Brinkmann, Marie Kasselmann und Hannah Ronsiek-Niederbröker mit, die die anspruchsvollen Pflichtübungen turnen konnten.

Bei allen drei Teilnehmerinnen lief es wirklich gut und sie konnten ihre geplanten Übungen zeigen. Hannah Ronsiek-Niederbröker erreichte sogar das Finale und konnte hier den sechsten Platz erturnen. Marie und Charlotte konnten sich im Mittelfeld platzieren.

Erlebnisturnfest in Göttingen

Trampolin-teilnehmer am Turnfest in Göttingen

Mit zehn Kindern / Jugendlichen fuhren Gina Panhorst und Gaby Ronsiek-Niederbröker zum Turnfest nach Göttingen. Wir hatten wirklich eine tolle und erlebnisreiche Zeit. Auf dem Turnfest gab es einen Trampolin-Pokalwettkampf, bei dem wir mitgeturnt haben.

Folgende Teilnehmer konnten sich einen Platz auf dem Treppchen erturnen:

Colin Mouson 1. Platz
Niklas Utecht 1. Platz
Timon Wünsch 2. Platz
Hannah Ronsiek-Niederbröker 1. Platz

Außerhalb des Wettkampfes haben wir noch viele verschiedene Dinge ausprobieren können, wie z.B. Wasserski, Airtrack, Blindenfußball, Parcours, etc. Turnfeste sind immer ein ganz besonderes Erlebnis!

Gaby Ronsiek-Niederbröker

Herzlich Willkommen
im FINALE
NEU:
aktuelle
Sportereignisse auf
sky
Öffnungszeiten
Montag - Freitag ab 18.00 Uhr
Samstag, Sonntag
und Feiertage ab 15.00 Uhr
Anschrift
Am Wellenbad 45
Telefon: 7 04 67 25

Willkommen zur Probefahrt!
Audi
SEAT service
Pietsch Melle GmbH
Herrenteich 89 - Tel. 0 54 22/94 85-0
Das Top-Programm an NEUWAGEN
... auch als Vorführfahrzeug oder Jahreswagen
Ständig die große Auswahl
...über 200 GEBRAUCHTE verschiedener Marken und Klassen!

Turnen

Bezirkseinzelmeisterschaften in Melle

Der SC Melle 03 war in diesem Jahr wieder Ausrichter der Bezirkseinzelmeisterschaften.

Insgesamt waren fast 30 Turner aus Melle, Osnabrück, Nordenham und Oldenburg am Start.

Bei den älteren Turnern errang Finlay Werding mit 56,7 Punkten Platz 3, Tom Hielscher mit 40,2 Okt. Auf Platz 7 und Fynn Faber mit 23,7 Punkten auf Platz 8.

Bei den jüngeren Turnern ergaben sich folgende Endstände:

Platzierung	Name	Punkte
1	Marten Plahinek	83,55
3	Luis Thörner	83,05
7	Simon Möller	66,15
8	Soumboulis Kourtidis	63,45
9	Florian Eversmeyer	63,05

Mit diesen Ergebnissen konnten sich Finlay Werding, Marten Plahinek und Luis Thörner für die Landeseinzelmeisterschaften qualifizieren.

Diese fanden am 3. Juni in Göttingen/Weende statt. Finlay hatte sich leider kurz vorher verletzt und konnte nicht antreten. Unter starker Konkurrenz errechte Luis Thörner am Ende Platz 17 und Marten Plahinek Platz 18.

Niedersächsische Landesturnfest 23. – 27. Juni 2016

„Erlebniswelt Turnfest“ war das Motto des diesjährigen Landesturnfest in Göttingen. Tausende Sportler von jung bis alt waren angetreten um sich in dem vielfältigen Wettkampfangebot zu behaupten. Neben Mehrkampfentscheidungen, die aus Kombinationen von Leichtathletik, Schwimmen und Turnen bestehen, gab es am Sonntag den Pokalwettkampf in rein turnerischen Disziplinen.

Der SC Melle 03 war neben der Screble-Dance-Gruppe zusätzlich mit einer Gruppe Turner vertreten und konnte zahlreiche gute Platzierungen erreichen.

Im Wahlwettkampf am Freitag konnten 4 Disziplinen aus den 3 Bereichen ausgewählt werden. Moritz Wurm und Bernd Aufderheide konnten hier mit jeweils dem 1. Platz glänzen. Dominik Renner erreichte den 5. Platz und Anton Müller den 10. Platz. Carina Arndt startete im Deutschen Sechskampf 16-17 Jahre und konnte sich mit dem 6. Platz für die dt. Meisterschaften qualifiziert.

Die Turner des Melle in Ihrer Unterkunft (o. v. li. Anton Müller, Dominik Renner, Heike Dahech, Carina Arndt; u.v.li. Bernd Hüpohl, Moritz Wurm, Bernd Aufderheide, fehlend Alina Weiss)

Am Samstag gab es die Möglichkeit in den Mehrkampfmeisterschaften Schwimmen zusätzliche Titel zu gewinnen. Heike Dahech erreichte im Schwimm-Dreikampf Platz 1 und Moritz Wurm im Schwimm-Fünfkampf Platz 2.

Die rein turnerischen Entscheidungen standen dann am Sonntag bei den Pokalwettkämpfen an. Hier war frühes Aufstehen angesagt, da es bereits um 8:30 Uhr an die Geräte ging.

Am Ende siegte hier bei den Männern Bernd Hüpohl knapp vor Bernd Aufderheide in der Altersklasse 45 bis 60. Bei den Damen (AK18-24) erturnte sich Alina Weiss Platz 3 und Heike Dahech in der (AK + 50) den 3. Platz.

MEYER'S HAUSTECHNIK

ELEKTRO – SANITÄR – HEIZUNG
KLEMPNEREI – LEUCHTEN
GROSS- UND KLEINGERÄTE

OSTSTRASSE 21 · 49324 MELLE
Telefon 0 54 22 / 9 43 50 · Telefax 94 35 50
Privat 0 54 22 / 94 35 35

Resümee bleiben erlebnisreiche Tage bei durchwachsenem Wetter. Die Sportler können sich nun schon freuen auf das deutsche Turnfest in Berlin im nächsten Jahr.

Deutsche Seniorenmeisterschaften Gerätturnen

Die diesjährigen Seniorenmeisterschaften der Turner und Turnerinnen fanden in diesem Jahr in Radolfsee am Bodensee statt.

Bernd Aufderheide und Bernd Hüpohl hatten sich bereits in den Landesmeisterschaften qualifiziert.

Da Ersterer leider verhindert war nur Bernd Hüpohl für den SC Melle 03 am 28.Mai am Start. Nach langer Anreise am Freitag fanden am Samstag die Wettkämpfe statt. Vormittags waren die ältesten Teilnehmer und Teilnehmerinnen am Start, die auch mit über 80 Jahren noch stolz ihre Übungen zeigten.

Beim Wettkampf am Nachmittag erreichte Bernd Hüpohl mit 44,40 Punkten den 5. Platz.

Den Abschluss bildete ein nettes Fest am Ufer des Bodensee mit Jung und Alt und Tanz bis spät in die Nacht.

Turnwettkampf des Nachwuchses in Melle

Als Gastgeber präsentierte sich der SC Melle 03 beim 48. Kinder- und Jugendturnfest am 18. Juni in der Meller Jahnhalle. Der Turnkreis Osnabrück-Land lud an diesem Tag die Nachwuchsturner/innen im Alter von 7 – 14 Jahre zum DTB Wahlwettkampf bzw. zu leichtathletischen Wettkämpfen nach Melle ein.

Der SC Melle 03 blickt auf eine schöne Veranstaltung zurück und freut sich über die zahlreichen Teilnahmen. Welche Sportlerinnen und Sportler des SCM Erfolge verzeichnen konnten, haben wir unten aufgeführt.

Jungen (Jahrgang 2004)

Anton Leinweber	Platz 1

Jungen (Jahrgang 2007)

Maxim Sitz	Platz 1
Julian Keil	Platz 2

Jungen (Jahrgang 2008/2010)

Lucien Czok	Platz 1
Alexander Sitz	Platz 2
Nikita Leinweber	Platz 3
Fynn Renner	Platz 6
Denny Zaslovskij	Platz 8

Mädchen (Jahrgang 2004/2005)

Julia Ellinghaus	Platz 13
Mailin Geers	Platz 14

Mädchen (Jahrgang 2002/2003)

Sara Loheide	Platz 11

Mädchen (Jahrgang 2009/2010)

Zoey Friedering	Platz 17
Marie Dodt	Platz 20
Mirja Matzker	Platz 21
Louisa Friemett	Platz 25

Sommerferiencamp

Natürlich stand es auch in diesem Jahr wieder auf dem Programm – das Sommerferiencamp in der ersten Woche der schulfreien Zeit. Unter der Leitung von Heike Dahech und ihren neun Helferinnen und Helfern trafen sich von Dienstag bis Samstag um die 90 Kinder, um vormittags gemeinsam Spaß zu haben und Sport zu treiben.

In gewohnter Manier wählten die Kinder nach der ersten Stunde "toben in der Sporthalle" ihr Wunschangebot: ob ein Besuch im Schwimmbad, kicken auf dem Fußballplatz oder ein Besuch des Kinderbewegungszentrums – für jeden war etwas dabei.

Nicht zuletzt das tägliche Abschlussritual in Form von Mitmach-Liedern zauberte so den Kindern ein Lächeln in die Gesichter.

Wir freuen uns bereits jetzt auf das nächste Jahr!

Es fehlt: Robin Koschel

... So schön kann Garten sein!

GARTEN BRAUERS

OSNABRÜCK · MELLE · BIELEFELD

www.garten-brauers.de

Volleyball

1 Sieg und 1 Niederlage im Saisonfinale - trotzdem aufgestiegen!

Herren-Volleyballer profitieren vom Relegationsverzicht des TuS Bersenbrück

Dieser Volleyball-Nachmittag am 05.03.2016 war spannend und auf ansehnlichem Bezirksklassenniveau: Zunächst gewann der SCM gegen den direkten Tabellennachbarn VfR Voxtrup III mit 3:1, um dann im Anschluss seinerseits gegen die frischeren Gastgeber des Viktoria Gesmold mit 1:3 das Nachsehen zu haben.

	Mannschaft		Spiele	Siege	Sätze	Punkte
1	SV Viktoria Gesmold	▲	16	13	41:13	39
2	TuS Bersenbrück IV	▲	16	14	44:17	38
3	SC Melle 03		16	12	39:17	37
4	VfR Voxtrup III		16	12	40:18	37
5	SV Olympia Ueffeln I		16	8	30:29	23
6	TSV Westerhausen		16	6	23:34	17
7	TV 01 Bohmte II		16	3	19:39	11
8	MTV Lingen		16	3	12:42	10
9	Teckenburger Land Volleys IV		16	1	10:47	4

Somit musste das finale Spiel der Gesmolder gegen Voxtrup über die weitere Tabellenplatzierung entscheiden. Auch dieses Spiel endete mit 3:1, womit das junge Viktoria-Team verdient als Meister der Bezirksklasse feststand. Glückwunsch, Nachbarn! Die Meller Herren belegten nun punktgleich - nur aufgrund des besseren Satzquotienten - Rang 3 vor dem VfR Voxtrup.

Bedingt durch den Relegations-Verzicht des TuS Bersenbrück III stand nun das Team um Spielertrainer Jörn Gehrke in den Entscheidungsspielen um Auf- und Abstieg. Frohe Kunde daraufhin aus Bad Laer (dem Tabellen-Achten der Bezirksliga), die freiwillig den Gang in die niedrigere Spielklasse antraten und auf die Relegation verzichteten.

Am Ende bedeutete dieses Szenario: AUFSTIEG IN DIE BEZIRKSLIGA!

Der erfolgreiche Kader: Frank Möllers, Holger Paul, Daniel Bracht, Leif Knettermeier, Jonas Schürmann, Tomas Kisslinger, Dietmar Staub. Hartwig Osterheider, Jörn Gehrke, Marcel Gieske, Manuel Gerling.
(es fehlte: Yannik Mattern)

Zuhause im
Barre-Land
Barre
Pilsener
Barre
Barre
Pilsener
www.barre.de
Barre – Privatbrauer aus Leidenschaft.

gültig von August bis November 2016

VIEL SPORT – EIN VEREIN

SPORT Angebot

SC MELLE 03

Ford

CITROËN

RENAULT
Passion for life
Service

DACIA
Service

Hier steht Ihr neues Auto!

AUTOZENTRUM-WESTSTRASSE

Vier Marken unter einem Dach

Walter Stricker Kraftfahrzeuge GmbH · Hans Heitling GmbH
Weststraße 16 · 49324 Melle · Tel.: 05422 / 9 22 77 0 · Fax: 05422 / 9 22 77 22
www.autozentrum-weststrasse.de

Ansprechpartner der Abteilungen

Badminton	Melanie Löchelt	96 20 84
Ballett und Modern Dance	Ballett: Miriam Brauers Modern Dance: Jutta Dettmann	01 75 / 5 22 33 99 01 60 / 96 55 11 81
Basketball	Marion Möllering	01 76 / 63 10 54 27
Mellaktiv	Doris Pfitzner / Marco Peters	95 80 33
Bewegte Freizeit	Sarah Egbers / Steffi Becker Geschäftsstelle	95 80 33 92 98 92
Fußball		
Herren	Geschäftsstelle	92 98 92
A-, B-, C-Jugend	Rainer Lübbert/Bernd Volkmer	4 1 22 / 4 95 48
D-Jugend	Siegbert Volkmer	4 40 33
E-Jugend	John-Alberto Kampmann	95 84 90
F/G-Jugend	Hannelore Hauser	29 16
Frauen und Mädchen	Wolfgang Pohlmann	4 51 49
Sportstättenwart	Klaus Heimhalt	96 52 74 / 0176/66655683
Handball	Ina Wien-Tiedtke	6 05 99 73
Kampfsport / Kampfkunst	Ralf Kruckemeyer	4 13 40
Leichtathletik	Heinrich Langkopf	92 58 90 (AB)
Radsport	Peter Bode	93 08 51
Reha-Sport	Geschäftsstelle / Doris Pfitzner	92 98 92
Schwimmen	Geschäftsstelle	92 98 92
Sportabzeichen	Ute Peperkorn	0 54 29 / 766
Tennis	Werner Holst	18 87
Tischtennis	Werner Holst	18 87
Turnen	Diane Paehl Uschi Selchow	4 39 15 95 98 16
Volleyball	Jörn Gehrke	01 75 / 4 05 07 71

VIEL SPORT – EIN VEREIN!

Zusätzliche Angebote

Kartenspielen für Senioren im Sportzentrum
jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat — 15.00 – 18.00 Uhr

Massage[2] — nach Vereinbarung

Ernährungsberatung[2] — nach Vereinbarung

Präventionskurse[1] **Rücken fit, Nordic fit, M.O.B.I.L.I.S. light** — Termine in Geschäftsstelle

Einige Angebote sind mit zusätzlichen Kosten verbunden.

Auskunft, Anmeldung: [1] **Geschäftsstelle 0 54 22/92 98 92;** [2] Sportzentrum 0 54 22/95 80 33

Versicherung. Vorsorge. Vor Ort.

WIR MACHEN DAS SCHON.

Hollmann OHG
Otte
VGH Melle
Tel: 05422/2861

Starke Köpfe, starke Leistung.

Zusammen versichern wir jeden 4. Bürger aus Melle – und wenn Sie wollen, auch Sie. Denn wir kümmern uns um Ihre Belange – fair, zuverlässig und schnell. Wir sind Ihre selbstständigen VGH-Berater vor Ort. Gemeinsam stark im Grönegau: WIR MACHEN DAS SCHON

VGH im Grönegau

www.vgh-grönegau.de

Badminton

Ansprechpartner: Melanie Löchelt, Tel.: 96 20 84

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Di.	18.00 - 19.30	LSW	Schüler- und Jugendtraining	Jens Henke
	19.30 - 22.00	LSW	freies Spielen	G. Krämer
Fr.	18.00 - 20.00	LSW	Schüler- und Jugendtraining	Dirk Böhmann
	20.00 - 22.00	LSW	Mannschaftstraining	Dietrich Metz

Ballett und Jazzdance

Ansprechpartnerin: Miriam Brauers, Tel.: 01 75/5 2233 99
Zusatzbeiträge bitte in der Geschäftsstelle nachfragen!
Neben der Vermittlung tänzerischer Grundlagen wird hier auch die Körperhaltung entwickelt

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	15.00 - 16.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	16.00 - 17.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	17.00 - 18.00	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance / Hip Hop	Sabrina Hensiek
	18.00 - 19.15	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	19.15 - 20.45	Studio 3, Waldstr.	Da Capo	Miriam Brauers
	20.45 - 21.45	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance	Miriam Brauers
Mo.	16.00 - 17.00	Studio 1, Waldstr.	Mini Da Capo	Sabrina Hensiek
	17.00 - 18.00	Studio 1, Waldstr.	Mini Da Capo	Miriam Brauers
Di.	20.15-21.15	Studio, Waldstr.	Jazz für Erwachsene	Miriam Brauers
Mi.	14.00 - 15.00	Studio 3, Waldstr.	Tänzerische Früherziehung	M. Brauers, S. Hensiek
	15.00 - 16.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	16.00 - 17.00	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance	Miriam Brauers
	17.00 - 18.00	Studio 3, Waldstr.	Leistungsgruppe II	Miriam Brauers
	18.00 - 19.30	Studio 3, Waldstr.	Technik / Krafttraining / Dehnen	Miriam Brauers
	19.30 - 21.00	Studio 3, Waldstr.	Hip Hop	Sabrina Hensiek
Do.	15.00 - 16.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	16.00 - 17.00	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance	Sabrina Hensiek
	17.00 - 18.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	18.00 - 19.00	Studio 3, Waldstr.	Mini Da Capo	Miriam Brauers
	19.00 - 20.00	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
Do.	15.00 - 17.00	Studio 1, Waldstr.	Leistungsgruppe I	Miriram Brauers
	17.00 - 18.00	Studio 1, Waldstr.	Jazz Dance	Sabrina Hensiek
	18.00 - 19.00	Studio 1, Waldstr.	Hip Hop	Sabrina Hensiek
Fr.	15.30 - 16.30	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance	Jana Seel
	16.30 - 17.30	Studio 3, Waldstr.	Ballett	Miriam Brauers
	17.30 - 18.30	Studio 3, Waldstr.	Jazz Dance	Miriam Brauers
	18.30 - 20.00	Studio 3, Waldstr.	Da Capo	Miriam Brauers
Fr.	15.30 - 16.30	Studio 1, Waldstr.	Leistungsgruppe II	Miriam Brauers
	16.30 - 17.30	Studio 1, Waldstr.	Tänzerische Früherziehung	Jana Seel
	17.30 - 18.30	Studio 1, Waldstr.	Jazz Dance	Jana Seel

Modern Dance

Ansprechpartnerin: Jutta Dettmann, Tel. 01 60 / 96 55 11 81

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	16.00 - 17.00	Sportzentrum	Tanzmäuse Kindertanzen (Anfänger) 3 - 4 Jahre	Jutta Dettmann
	16.00 - 17.00	Sportzentrum	Tanzkids Kindertanzen (Aufbaugruppe) 4 - 6 J.	Lisa Bode
	17.00 - 18.00	Sportzentrum	Tanzkids Kindertanzen (Fortgeschrittene) 5 - 7 J.	Jutta Dettmann / Ramona Woitowitz / Jacqueline Pfeiffer
	17.00 - 18.00	Sportzentrum	Jazz Dance (Anfänger) 7 - 9 J.	Lisa Bode
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Jazz-Kids Jazz Dance (Fortgeschrittene) 9 - 12 J.	Lisa Bode
	20.00 - 21.30	Sportzentrum	"SCrebel" Showtanz ab 18 Jahren	Trainerteam*
Di.	20.00 - 21.00	Sportzentrum	"SCrebel Teens" Wettkampfgruppe**	Sarah Hensiek
Mi.	19.30 - 21.00	Jahnhalle	SC Eagles Cheerleading (Anfänger) ab 13 Jahre	S.Hohnsträter / T. Kränke
Do.	18.00 - 20.00	Lindath-Südwest	SC Eagles Cheerleading (Anfänger) ab 13 Jahre	S. Hohnsträter / T. Kränke
Fr.	15.00 - 16.00	Sportzentrum	Jazz Dance 12 - 16 Jahre	Daniela Brehm
	16.00 - 17.00	Sportzentrum	Jazz Dance (Anfänger) 8 - 11 J.	Daniela Brehm
	17.00 - 18.30	Sportzentrum	"Bontanza" Jazz Dance (Anfänger, ab 15 Jahre)***	Sarah Hensiek
	18.30 - 20.00	Sportzentrum	"SCrebel Teens" Wettkampfgruppe**	Sarah Hensiek

Bei Bedarf finden Sondertrainingseinheiten am Wochenende statt.

* Trainerteam SCrebel: Sarah Hensiek, Steffi Becker, Jutta Dettmann

** Zusatzbeitrag Wettkampftanzen: 6 Euro im Monat

*** bitte mit Anmeldung über sk_s@gmx.de

Basketball

Ansprechpartner: Marion Möllering - Mobil: 01 76 / 63 10 54 27
Email: marion.moellering@gmx.de

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	17.30 - 18.30	Haferstraße	U 12 m Jg. 2005 & jünger	Kai
	17.30 - 19.00	Haferstraße	Mädchen U13/U15	Antonia/Greg
	18.00 - 19.30	Haferstraße	U 18 m, Jg. 2000/01	Frank/Christoph
	18.30 - 20.00	Haferstraße	U 14 m, Jg. 2002-2004	Kai
	19.00 - 20.30	Haferstraße	Damen	Claudia
Mi.	18.00 - 19.30	Haferstraße	U 16 m, Jg. 2000/01	Ilkay/Naim
	19.30 - 22.00	Haferstraße	Herren	Bernd
Fr.	17:30 - 18:30	Haferstraße	U 12 m Jg. 2005 & jünger	Kai
	17:30 - 19:00	Haferstraße	U 16 m, Jg. 2000/01	Ilkay/Naim
	18.00 - 19.30	Haferstraße	U 18 m, Jg. 2000/01	Frank/Christoph
	18.30 - 19.30	Haferstraße	U 14 m, Jg. 2002-2004	Kai
	19.00 - 20.00	Haferstraße	Damen	Claudia
	20.00 - 21.30	Haferstraße	Herren	Bernd

Entspannungskurse

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	17.00-18.00	Sportzentrum	Pilates	Michaela Bitter
	18.30-19.45	Seniorenstift	Yoga*	Heike Dahech
	19.50-21.30	Seniorenstift	Yoga	Christel Heil
Di.	09.30-11.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga	Christel Heil
	20.00-21.00	Sportzentrum	move, stretch & relax	Andrea Bänsch
	20.00-21.00	Sportzentrum	Power Yoga	Mareike Perez-Sanchez
Mi.	19.00-20.00	Studio 2, Waldstr.	TaiChi	Bärbel Rüdiger
Do.	18.00-19.15	Spiegelsaal LTS	Yoga*	Heike Dahech
	20.00-21.30	Studio 2, Waldstr.	Yoga und Pilates	Christel Heil
Fr.	08.45-10.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga*	Heike Dahech
	18.00-19.00	Sportzentrum	Pilates	Michaela Bitter
Sa.	9.30-11.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga für Kinder (6-10 Jahre)	Christel Heil
	11.00-12.30	Studio 2, Waldstr.	Yoga für Mädchen (10-16 Jahre)	Christel Heil

* bitte vorher bei Heike Dahech melden 0173 / 8948625
Yoga für Kinder (Zusatzbeitragsfrei): Bitte vorher bei Christel Heil melden 05422 / 1428
Zusatzbeitrag für alle Angebote Fitness und Gesundheit / Indoor Cycling
Nutzung eines Angebotes pro Woche: 7 Euro pro Monat
Nutzung mehrerer Angebote pro Woche: 10 Euro pro Monat

Bewegte Freizeit

Fitness- und Gesundheitsstudio im Sportzentrum des SC Melle 03
am Carl-Starcke-Platz - Telefon 95 80 33
Ansprechpartner: Doris Pfitzner & Marco Peters

Montag	07.30 bis 12.00 Uhr und 15.30 bis 22.00 Uhr	
Dienstag	08.30 durchgehend bis 22.00 Uhr	
Mittwoch	08.30 bis 12.00 Uhr und 15.30 bis 22.00 Uhr	
Donnerstag	07.30 durchgehend bis 22.00 Uhr	
Freitag	08.30 durchgehend bis 21.00 Uhr	
Samstag	09.30 bis 18.00 Uhr	
Sonntag	09.30 bis 15.00 Uhr	
Kinderbetreuung: Freitag	08.30 bis 12.00 Uhr	
Zusatzbeitrag Mellaktiv (pro Monat):	Erwachsene:	26,– Euro
Ermäßigte:	Schüler, Studenten, Azubis, Behinderte:	21,– Euro
Kündigungsfrist:	vier Wochen zum Quartalsende	

Indoor-Cycling

Mo.	19.00 - 20.00	Sportzentrum	Power-Indoor-Cycling (schwer)	Marco Niermeyer
Di.	08.45 - 09.45	Sportzentrum	Indoor-Cycling (mittel)	Team
Mi.	19.00 - 20.00	Sportzentrum	Power-Indoor-Cycling (schwer)	Team
Do.	20.00 - 21.00	Sportzentrum	Indoor-Cycling (leicht)	Team
			Oktober bis März	
So.	11.00 - 12.00	Sportzentrum	Indoor-Cycling (mittel)	Team
			Oktober bis März	

„Begegne dem, was auf dich zukommt,
nicht mit Angst, sondern mit Hoffnung."
Franz von Sales

HEITZ
Bestattungen

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!
Maschweg 12 | 49324 Melle | Tel. 05422 - 55 07
www.heitz-bestattungen.de

Zusatz-Beitragspflichtige Kurse

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	08.30 - 09.30	Sportzentrum	Fitness-Workout 50 plus	Kristin Diel
	09.30 - 11.00	Sportzentrum	Workout Mixed	Andrea Kuhn
	09.30 - 10.30	Sportzentrum	Mammi fit - Baby mit	Juliane Götz
	17.00 - 18.00	Sportzentrum	Pilates	Michaela Kaumkötter
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	ZUMBA	Stefanie Becker
	18.30 - 19.45	Christl. Seniorenstift	Yoga*	Heike Dahech
	19.00 - 20.00	Sportzentrum	Lift	Stefanie Becker
	19.50 - 21.20	Christl. Seniorenstift	Yoga*	Christel Heil
Di.	09.30 - 11.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga	Christel Heil
	17.00 - 18.00	Sportzentrum	ZUMBA	Andrea Kuhn
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	FlexiBar	Andrea Kuhn
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Step	Susanne Kuhlmann
	19.00 - 20.00	Sportzentrum	Bauch-Beine-Po	Susanne Kuhlmann
	20.00 - 21.00	Sportzentrum	Power Yoga	Mareike Perez-Sanchez
	20.00 - 21.00	Sportzentrum	Move, Stretch & Relax	Andrea Bänsch
Mi.	09.00 - 10.00	Sportzentrum	Bauch-Beine-Po	Anke Röhr
	10.00 - 10.30	Sportzentrum	FlexiBar	Anke Röhr
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Bauch-Beine-Po	Renate Kiel
	18.30 - 20.00	Sportzentrum	Show-Team Fitness	Andrea Kuhn
	19.00 - 20.00	Studio 2, Waldstr.	Tai Chi	Bärbel Rüdiger
	20.00 - 21.00	Sportzentrum	Functional Cross	Carim Ben-Romdane
	20.00 - 21.00	Sportzentrum	Wirbelsäulen-Fitness	Carolin Michler
Do.	09.00 - 10.00	Sportzentrum	Lift	Susanne Kuhlmann
	10.00 - 11.00	Sportzentrum	Bodystyling	Susanne Kuhlmann
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Total-Body-Workout	Anke Röhr
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Lift	Susanne Kuhlmann
	18.00 - 19.15	LTS, Spiegelsaal	Yoga*	Heike Dahech
	19.00 - 20.00	Sportzentrum	Bauch-Beine-Po	Susanne Heggemann
	20.00 - 21.30	Studio 2, Waldstr.	Pilates und Yoga	Christel Heil
Fr.	08.45 - 10.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga*	Heike Dahech
	09.00 - 10.00	Sportzentrum	Core & Stability	Cora Thiebach
	10.00 - 11.00	Sportzentrum	Body-Moves	Andrea Kuhn
	17.00 - 18.00	Sportzentrum	ZUMBA	Teresa Bietendorf
	17.30 - 18.30	Sportzentrum	Step	Renate Kiel
	18.00 - 19.00	Sportzentrum	Pilates mit Move, Stretch & Relax	Carolin Michler
	18.30 - 19.30	Sportzentrum	Bodystyling	Renate Kiel
Sa.	09.30 - 11.00	Studio 2, Waldstr.	Yoga für Kinder (6 - 10 J.) (1. + 3. Samstag im Monat)	Christel Heil
	11.00 - 12.30	Studio 2, Waldstr.	Yoga für Mädchen (10 - 16 J.) (1. + 3. Samstag im Monat)	Christel Heil

* bitte vorher bei Heike Dahech melden 0173 / 8948625

Zusatzbeitrag für alle Angebote Fitness und Gesundheit / Indoor Cycling:
Nutzung eines Angebotes pro Woche: 7 Euro pro Monat
Nutzung von mehreren Angeboten pro Woche: 10 Euro pro Monat
Yoga für Kinder: ohne Zusatzbeitrag, nach vorheriger Anmeldung in der Geschäftsstelle oder im Sportzentrum

Aquarobic / Aquajogging / Wassergymnastik-Kurse

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	18.00-18.45	Grönegaubad	Aquarobic	Karina Borrmann
	18.45-19.30	Grönegaubad	Aquarobic	Karina Borrmann
	19.30-20.15	Grönegaubad	Aquarobic	Karina Borrmann
	20.15-21.00	Grönegaubad	Aquarobic	Karina Borrmann
Mi.	11.05 - 11.50	Bad Melle	Aquarobic	Heike Dahech
	18.00-18.45	Grönegaubad	Aquarobic (14-tägig)	Heike Dahech
	18.45-19.30	Grönegaubad	Aquarobic	Cora Thiebach
	19.30-20.15	Grönegaubad	Aquarobic	Cora Thiebach
	19.30-20.15	Grönegaubad	Aquarobic	Heike Dahech
	20.15-21.00	Grönegaubad	Aquarobic	Heike Dahech

Karina Borrmann 05422 / 9109602 Heike Dahech 0173 / 8948625

Anmeldung erfolgt in der Geschäftsstelle

Fitness- und Gesundheitsangebote in den Turnhallen

ohne Zusatzbeitrag

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	09.00 - 10.00	Sportzentrum	Seniorengymnastik	Renate Manthey
	09.00 - 10.00	Studio 1, Waldstr.	Fit ab 50	Diane Paehl
	20.15 - 21.45	Jahnhalle	Spiele und Fitness für Frauen	Frank Rüdiger
Di.	19.15 - 20.00	Jahnhalle	Fitnessgymnastik für Frauen	Frank Rüdiger
	19.00 - 20.00	kl. Lindathhalle	Allround Fitness	Kristin Diel
	20.00 - 21.30	Jahnhalle	Fitnesspower für Männer	Frank Rüdiger
Mi.	09.00 - 10.00	Sportzentrum	Frauengymnastik	Diane Paehl
	09.30 - 10.30	Sportzentrum	Seniorengymnastik für die Wirbelsäule	Frank Rüdiger
	10.00 - 11.00	Sportzentrum	Frauengymnastik für Seniorinnen	Diane Paehl
Do.	08.45 - 09.30	Sportzentrum	Gymnastik für die Wirbelsäule	Frank Rüdiger
	09.45 - 10.45	Sportzentrum	Gymnastik für die Wirbelsäule	Andrea Kuhn
	10.45 - 11.45	Sportzentrum	Gymnastik für Mollige	Kathrin Pilkenroth
	18.00 - 19.00	LTS-Halle	Fitnesspower für Sie und Ihn	Katja Hebbe
	19.30 - 20.30	Jahnhalle	Allround Fitness	Frank Rüdiger
Fr.	08.30 - 10.30	Studio 1, Waldstr.	Bodystyling & Walking	Kristin Diel
	17.30 - 18.15	kl. Lindathhalle	Wirbelsäulengymnastik	Frank Rüdiger
	20.00 - 21.30	Jahnhalle	Ballspiele & Fitness- Gymnastik für Männer	Team

Montag

Zeit	LSW alt	LSW neu	Bruche	CSP	Melos
15:00					
15:00					
15:30					
15:30					
16:00					
16:00					
16:30		D-2		G-1	
16:30					
17:00	D-1	D-2	E-2	G-1	C-1 Mkt
17:00	F-2	F-1	D-3		
17:30	D-1	D-2	E-2	G-1	C-1 Mkt
17:30	F-2	F-1	D-3	D-1 Mkt	
18:00	D-1	B-3	E-2		C-1 Mkt
18:00	F-2	F-1	D-3	D-1 Mkt	
18:30	A-1	B-3	B-1		
18:30	C-1			D-1 Mkt	
19:00	A-1	B-3	B-1		
19:00	C-1				
19:30	A-1		B-1		3. Herren
19:30	C-1				
20:00					3. Herren
20:00					
20:30					3. Herren
20:30					

Mittwoch

Zeit	LSW alt	LSW neu	Bruche	CSP	Melos
15:00					
15:00					
15:30					
15:30					
16:00					
16:00					
16:30					
16:30		D-2			
17:00	D-1	F-1		D-2 Mkt	
17:00	F-2	D-2		C-1 Mkt	
17:30	D-1	F-1		D-2 Mkt	
17:30	F-2	D-2		C-1 Mkt	D-1 Mkt
18:00	D-1	F-1		D-2 Mkt	B1
18:00	F-2	A-2		C-1 Mkt	D-1 Mkt
18:30	A-1				B1
18:30	C-1	A-2			D-1 Mkt
19:00	A-1		Alt-Herren		B1
19:00	C-1	A-2			
19:30	A-1		Alt-Herren		3. Herren
19:30	C-1				
20:00			Alt-Herren		3. Herren
20:00					
20:30					3. Herren
20:30					

Dienstag

Zeit	LSW alt	LSW neu	Bruche	CSP	Melos
15:00	G2				
15:00					
15:30	G2				
15:30					
16:00	G2				
16:00	F-4				
16:30					
16:30	F-4				
17:00	B-2	C-3	F-3		
17:00	F-4	E-1	E-3		
17:30	B-2	C-3	F-3		
17:30	C-2	E-1	E-3		D-1
18:00	B-2	C-3	F-3		
18:00	C-2	E-1	E-3		D-1
18:30	C-2				Damen
18:30	2 Herren		4. Herren		D-1
19:00	1.Herren				Damen
19:00	2 Herren		4. Herren		
19:30	1. Herren				Damen
19:30	2 Herren		4. Herren		
20:00	1. Herren				
20:00					
20:30					
20:30					

Donnerstag

Zeit	LSW alt	LSW neu	Bruche	CSP	Melos
15:00	G2				
15:00					
15:30	G2				
15:30					
16:00	G2				
16:00					
16:30					
16:30				G-1	
17:00	B-2	E-1	D-3		D-1
17:00	C-3		F-3	G-1	
17:30	B-2	E-1	D-3		D-1
17:30	C-3		F-3	G-1	
18:00	B-2	E-1	D-3		D-1
18:00	C-3	B-3	F-3		C-1
18:30					C-1
18:30	2 Herren	B-3	4. Herren		Damen
19:00	1. Herren	"Combo"			C-1
19:00	2 Herren	B-3	4. Herren		Damen
19:30	1. Herren	"Combo"			
19:30	2 Herren		4. Herren		Damen
20:00	1. Herren	"Combo"			
20:00					

Freitag				
Zeit	LSW alt		LSW ne	Bruche
15:00				
15:00				
15:30			F - 4	
15:30				
16:00			F - 4	
16:00				
16:30			F - 4	
16:30			D - 2	
17:00	C - 2			E - 2
17:00	D - 1		D - 2	E - 3
17:30	C - 2		A - 2	E - 2
17:30	D - 1		D - 2	E - 3
18:00	C - 2		A - 2	E - 2
18:00	D - 1		C - 1	E - 3
18:30	A - 1		A - 2	
18:30			C - 1	
19:00	1. Herren			
19:00	A - 1		C - 1	
19:30	1. Herren			
19:30	A - 1			
20:00	1. Herren			
20:00				

Haustürträume 2016!

KOMPOtherm Aluminium Haustüren der Extraklasse

www.kompotherm.de

Bauelemente
KAPPELHOFF
- Qualität aus Tradition -

Oldendorfer Straße 90, 49324 Melle
Tel. 0 54 22.57 27, Fax 0 54 22.4 39 27

objectflor
Your Flooring Partner

EXPONA
DOMESTIC

Der Wohlfühlboden für Ihr Zuhause.

www.objectflor.de

Malerfachbetrieb
Kowert
GmbH
KOWERT
49324 Melle
0 54 22/15 26

Handball

Ansprechpartner: Ina Wien-Tiedtke, Tel.: 05422/6059973 · Homepage: www.dietiger.de

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	18.00-1930	LSW	männliche Jugend C1	Bernd Riemann
			männliche Jugend C2	Manuel Wolter
	19.30-21.00	LSW	männliche Jugend B	Dieter Horst
Di.	15.30-16.30	Neuenk., alte Halle	MINIS, weiblich und männlich	Rolf Diekhöner
	16.00-18.00	Neuenkirchen	männliche Jugend E1 + E3	Weymann
	16.00-17.45	Neuenkirchen	männliche Jugend D1	Rolf Diekhöner
	16.30-17.20	Neuenkirchen	F-Jugend	Rolf Diekhöner
	17.30-19.00	Neuenkirchen	weibliche Jugend D + C	Anja Ruwe
	19.00-20-30	Neuenk., alte Halle	3.Herren	K.-H. Hoffmann
	19.00-20.30	Neuenkirchen	weibliche Jugend B	Dirk Bößmann
	19.00-20.30	Neuenkirchen	1. Damen	Team
	20.30-22.00	Neuenkirchen	männliche Jugend A	Hanisch/Bartels
	20.00-21.30	Haferstraße	1. Herren / 2. Herren	Pag/Woitowotz
Do.	17.00-18.45	Haferstraße	männliche E2	Schumacher/Bartels
	17.00-18.45	Haferstraße	männliche Jugend D2	Friedbernd Bartels
	18.30-20.00	Haferstraße	männliche Jugend C1 + C2	Riemann/Wolter
	18.45-20.15	Haferstraße	männliche Jugend B	Dieter Horst
	20.15-21.45	Haferstraße	Damen	Team
	20.15-21.45	Haferstraße	männliche Jugend A	Hanisch/Bartels
Fr.	14.30-15.30	Grönenberghalle	Minis	Ina Wien
	15.00-16.30	Neuenkirchen	weibliche Jugend E	Birgit Hoffmann
	16.30-18.30	Neuenkirchen	männliche Jugend E1 + E3	Dirk Weymann
	18.30-20.00	Neuenkirchen	1. Herren	Jörg Pag

SC Melle im Internet unter:
www.scmelle.de *sowie* ***www.mellaktiv.de***

Kampfsport / Kampfkunst

Ansprechpartner: Ralf Kruckemeyer, Tel.: 4 13 40

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mi.	16:00-17:00	kl. Lindathhalle	Ninjutsu 6 - 10 Jahre	Trainerteam
	17:00-18:00	kl. Lindathhalle	Ninjutsu 11 - 19 Jahre	Trainerteam

Voranmeldung für Karate in der Geschäftsstelle 05422 / 929892

Zusatzbeitrag: 5,50 €/Monat

Leichtathletik

Ansprechpartner: Heinrich Langkopf 92 58 90 (AB)

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	18.00-19.30	CSP	Fördertraining Sprint	Rene, Olaf
	19.00-20.00	CSP	Anfänger & Fortgeschrittene	Sigrid
	18.30-20.00	CSP	Sportabzeichentraining / Abnahme (Mai-September)	Ute
Di.	16.30-17.30	Jahnhalle / CSP	Schülerinnen und Schüler (8-9 Jahre)	Frank, Antje, Ute
	17.30-19.00	Jahnhalle / CSP	Schülerinnen und Schüler (10-13 Jahre)	Frank, Antje, Ute
	18.00-19.30	LTS-Halle / CSP	Schülerinnen und Schüler (14-19 Jahre)	Rene, Frank Frank, René, Olaf
	18.30-19.30	CSP	Langlauf für Fortgeschrittene	Johannes Belt
Mi.	09.30-10.30	CSP	Sportabzeichentraining / Abnahme (Mai-September)	Ute
	15.45-16.30	Waldstraße	Krafttraining U16/U18	Frank
	17.00-18.00	Gönnenbergh. / CSP	Schülerinnen und Schüler (8-9 Jahre)	Antje, Ute, Christine
Do.	16.00-17.00	Jahnhalle	Schülerinnen und Schüler (5-7 Jahre)	Olaf, Nele
	17.00-19.30	Jahnhalle / LTS / CSP	Leistungstraining / versch. Gruppen	Frank, René, Olaf
	18.30-19.30	Parkplatz Waldbühne	Lauftreff für jedermann Beginn Sommerzeit bis Ende September	Wolf-Dieter, Werner
Fr.	08.30-10.15	Studio Waldstraße	Bodystyling & Walking	Kristin
	17.00-18.00	LTS-Halle	Fitness- und Krafttraining	Katja
	18.00-19.30	LTS-Halle	Volleyball Sportabzeichen-Gruppe	Ewald Schlüter
	18.00-19.30	LTS-Halle	Fördertraining U14/U16/U18	Frank, René
Sa.	14.00-15.00	Sportplatz Waldstr.	Fördertraining (nur nach Absprache) U 14 / 16/ 18	alle Trainer im Wechsel
	14.30-15.30	Parkplatz Waldbühne	Lauftreff für jedermann (Herbst/Winter)	Wolf-Dieter, Werner
So.	07.30-08.30 (08.00-09.00)	Parkplatz Waldbühne	Lauftreff für jedermann (nur vom 01.12.-31.01.)	Wolf-Dieter

schwutke bau
BAUEN · UMBAUEN & SANIEREN
telefon 05422 · 3830
telefax 05422-45129
www.schwutkebau.de
mail@schwutkebau.de
Herrenteich 71a
49324 Melle

Lauftreff

Ansprechpartner: Wolf-Dieter Fehling, Tel.: 0 54 22 / 83 86

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	19.00 - 20.00	Carl-Starcke-Platz	Anfänger_innen & Fortgeschrittene	S. Fischer-Eistert, Iris Busch
Di.	18.30 - 19.30	Eing. C.-St.-Platz	für Fortgeschrittene	Johannes Belt
Do.	18.30 - 19.30	Parkplatz Waldbühne Lauftreff	Lauftreff	Fehling / Gelhot
Trainingszeit im Sommerhalbjahr: von Beginn der Sommerzeit bis 23.09.				
Sa.	14.30 - 15.30	Parkplatz Waldbühne Lauftreff	Lauftreff	Fehling / Gelhot
Trainingszeit im Winterhalbjahr (nach dem 23.09.) bis zum Beginn der Sommerzeit.				
So.	07.30 - 08.30	Parkplatz Waldbühne	Lauftreff	Fehling
Beginn in der Zeit vom 01.12. bis 31.01. erst um 08.00 Uhr				

Sportabzeichen

Ansprechpartner: Ute Peperkorn, Tel. 0 54 29 / 766, e-Mail: ute.peperkorn@t-online.de

Mo.	18.30 - 20.00	Carl-Starcke-Platz	Sportabzeichen	Ute Peperkorn
Mi.	09.30 - 11.00	Carl-Starcke-Platz	Sportabzeichen	Ute Peperkorn
Fr.	18.00 - 19.30	LTS-Halle	Volleyball / Sportabzeichengruppe	Ewald Schlüter

Wandern

Ansprechpartner: Geschäftsstelle, Tel.: 92 98 92

Treffpunkt der Wandergruppe: jeder 2. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr am Carl-Starcke-Platz

Walking

Ansprechpartner: Sigrid Fischer-Eistert, Tel.: 4 80 80
Kathrin Pilkenroth, Tel.: 98 15 15
Heike Dahech, Tel.: 0173 / 594 86 25
Edmund Schönwald, Tel.: 39 75
Anita Brune, Tel.: 05429 / 18 95
Kristin Diel, Tel.:704477

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Di.	09.00 Uhr	Parkplatz Waldbühne	alle Walker/innen	Anita Brune
Mi.	19.00 Uhr	Parkplatz Waldstraße (im Winter auf dem Carl-Starcke-Platz)	alle Walker/innen	Sigrid Fischer-Eistert
	19.00 Uhr	Carl-Starcke-Platz	alle Walker/innen / Neueinsteiger/innen	Edmund Schönwald
Fr.	08.30 - 10.15	Studio Waldstraße	Bodystyling & Walking	Kristin Diel
Sa.	09.15 Uhr	Parkplatz Waldbühne	Nordic Walking	Kathrin Pilkenroth
	14.00 Uhr	Parkplatz Waldstraße	für Einsteiger und Übergewichtige alle Walker/innen	Sigrid Fischer-Eistert
So.	07.30 Uhr	Parkplatz Waldbühne	alle Walker/innen (nur im Winter)	Team

Orientierungslauf und Outdoorsport

Ansprechpartner: Wolfgang Wöldecke, Tel.: 05422 / 42310

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Di.	21.00-22.00 im Sommer Wellenfreibad um 19 Uhr	Hallenbad	Kenterrollentraining	Wolfgang Wöldecke

Radsport

Ansprechpartner: Peter Bode, Telefon 01 71 / 1433963

Info zur Mountainbike-Gruppe:

Der SC Melle 03 hat seit Mai 2014 eine Mountainbike-Gruppe für Einsteiger mit Schwerpunkt auf Touren. Treffpunkt ist regulär sonntags um 10 Uhr auf dem Wanderer-Parkplatz am Weberhaus in Melle-Bakum. Abweichungen davon und aktuelle Infos werden auf unserer Facebook-Seite unter ***facebook.com/mtbmelle*** bekanntgegeben. Als Ansprechpartner steht **Uwe Lammerschmidt, Tel. 0173 / 2701938**, gerne zur Verfügung.

Teilnahmevoraussetzungen

- Technisch einwandfreies Mountainbike
- Grundkondition für ca. 2 Stunden Tour mit max. 500 Höhenmetern
- Respektvoller Umgang mit der Natur und anderen Waldbenutzern
- Angemessene Schutzausstattung (Helmpflicht!)
- Witterungsangepasste Kleidung
- Mindestalter 16 Jahre

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mi.	18:00 Uhr	Vereinsheim	2 Leistungsgruppen	Gerd Bissmeyer
	(Apr.-Sep.)	Finale	Rennräder	Richard Sperling
				Peter Bode
So.	9:30 Uhr	Parkpl. Riemsloh	Rennräder, Crosstrainer	Peter Bode
	(Nov.-März)	Tankstelle		Gerd Bissmeyer
			Grundlagentraining (Tour1)	
So.	10:00 Uhr	E-Center	Rennräder, Crosstrainer	Richard Sperling
	(Nov.-März)	Industriestraße		
			Grundlagentraining (Tour2)	
So.	10.00 Uhr	Wandererparkpl.	Mountainbikes	Uwe Lammerschmidt
	(ganzjährig)	Weberhaus		0173 / 2701938

Radwandern

Ansprechpartner: Erhard Büscher, Telefon 0 54 22 / 4 30 43

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mi.	18:00 Uhr	Wellenbad	Radwandern	**Sommerzeit**
	(Apr. - Sep.)		Sportliches Fahren mit normalem	Erhard Büscher
			Rad ; Gruppeneinteilung erfolgt	Ingrid Kupke
			nach Leistungsstärke	
So.	09:30 Uhr	Schützenhaus	Radwandern	**Winterzeit**

Reha-Sport

Ansprechpartner: Geschäftsstelle: Tel.: 92 98 92

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
1. Rehabilitationssport				
1.1 Orthopädische Erkrankungen				
Erwachsene Trocken				
Mo.	15.30-16.30	Sportzentrum CSP		Bärbel Rüdiger
Di.	08.30-09.15*	Waldstraße, Studio 1		Daniela Wilmes
	09.00-10.00	Sportzentrum CSP		Andrea Constein
	15.30-16.30	Sportzentrum CSP		Frank Rüdiger
	17.00-18.00	Sportzentrum CSP		Diane Paehl
	19.00-20.00	Sportzentrum CSP		Martin Schulz
	19.00-20.00	Sportzentrum CSP		A. Bänsch-Radke
Mi.	08.00-09.00	Sportzentrum CSP		A. Bänsch-Radke
Do.	19.00-20.00	Sportzentrum CSP		Verena Völpel
	20.00-21.00	Sportzentrum CSP		Verena Völpel
	20.00-21.00	kleine Lindath		Diane Paehl
Fr.	08.30-09.30	Sportzentrum CSP		Daniela Wilmes
Jugendliche Trocken				
Di.	18.00-19.00	Sportzentrum CSP		Doris Pfitzner
Wasser				
Mo.	10.30-11.15	Bad Melle		Frank Rüdiger
	11.45-12.30	Bad Melle		Frank Rüdiger
Di.	08.00-08.45	Bad Melle		Monika Ekeler
	08.45-09.30	Bad Melle		Monika Ekeler
	09.30-10.15	Bad Melle		Monika Ekeler
Mi.	08.45-09.15	Bad Melle		Karina Borrmann
	09.15-10.00	Bad Melle		Karina Borrmann
	18.00-18.45	Bad Melle		Monika Ekeler
	18.45-19.30	Bad Melle		Monika Ekeler
	19.30-20.15	Bad Melle		Renate Manthey
Do.	08.00-08.45	Bad Melle		Monika Ekeler
	08.45-09.30	Bad Melle		Monika Ekeler
	10.30-11.15	Bad Melle		Monika Ekeler
Hockergymnastik				
Mo.	10.30-11.30	Sportzentrum CSP		Diane Paehl
Knie-Hüft-Gruppe				
Mi.	17.00-18.00	Sportzentrum CSP		Brigitte Arndt
	18.00-19.00	Sportzentrum CSP		Brigitte Arndt
Do.	18.00-19.00	Sportzentrum CSP		A. Bänsch-Radke
Schultergruppe				
Mi.	18.00-19.00	Waldstraße, Studio 1		Melanie Herzig
	19.00-20.00	Waldstraße, Studio 1		Melanie Herzig
Osteoporose-Sport				
Di.	13.30-14.30	Sportzentrum CSP		Bärbel Rüdiger

1.2 Innere Erkrankungen

Ambulanter Herzsport

Do.	17.00-18.30	Grönenberghalle	<75 Watt	Gaby Buth
	17.00-18.00*	Grönenberghalle		Übungsleiterteam
	18.30-20.00	Grönenberghalle	>75 Watt	Gaby Buth

Sport nach Schlaganfall / bei pa Vk

Mi.	10.45-12.15	Waldstraße, Studio 1		Doris Pfitzner

Sport in der Krebsnachsorge

Di.	16.00-17.00	Sportzentrum CSP		Diane Paehl

Diabetes Sport

Do.	17.15-18.00	Sportzentrum CSP*		Frank Rüdiger
Fr.	09.30-10.30	Sportzentrum CSP		Daniela Wilms

Sport bei Morbus Parkinson

Mo.	10.15-11.15	Sportzentrum CSP		Doris Pfitzner

Sport bei Lungenerkrankungen

Di.	08.00-09.30	Sportzentrum CSP		Doris Pfitzner
	11.30-13.00	Sportzentrum CSP		Doris Pfitzner
Do.	11.30-13.00	Sportzentrum CSP		Doris Pfitzner

1.3 Rehabilitationssport für Kinder

Entwicklungsauffälligkeiten im Kindesalter (Psychomotorik *)

Mo.	16.00-17.00	Grönenberghalle	4-7 Jahre	Diane Paehl
	17.00 - 18.00	kl. Lindath-Halle	3-6 Jahre	Heike Dahech
	18.00 - 19.00	LSW	6-9 Jahre	Sonja Birkemeyer
Di.	15.00-16.00	kl. Lindath-Halle	5-8 Jahre	Franka Westphal
	16.00-17.00	kl. Lindath-Halle	3-6 Jahre	Franka Westphal
	17.00-18.00	kl. Lindath-Halle	6-9 Jahre	Franka Westphal
Do.	16.00-17.00	KiBeZ	5-8 Jahre	Heike Dahech

* Zusatzbeitrag Psychomotorik 4,00 Euro. Bei ärztlicher Verordnung entfällt der Zusatzbeitrag

2. Funktionstraining

2.1 Trockengymnastik

Mo.	17.00-18.00	Waldstraße, Studio 1	Martin Schulz
	18.00-19.00	Waldstraße, Studio 1	Martin Schulz
	19.00-20.00	Waldstraße, Studio 1	Martin Schulz
	18.00-19.00	Sportzentrum CSP	Andrea Kuhn
	19.00-20.00	Sportzentrum CSP	Andrea Kuhn
Di.	10.15-11.15	Sportzentrum CSP	Andrea Constein
	15.30-16.30	Sportzentrum CSP	Frank Rüdiger
Mi.	08.30-09.30	Sportzentrum CSP	Frank Rüdiger
	19.00-20.00	Sportzentrum CSP	Tatjana Linke
Do.	16.00-17.00	Sportzentrum CSP	Andrea Kuhn
	17.00-18.00	Sportzentrum CSP	Andrea Kuhn
	19.00-20.00	Waldstraße, Studio 1	Dieter Koschel
	20.00-21.00	Waldstraße, Studio 1	Dieter Koschel
Fr.	08.30-09.30	Sportzentrum CSP	Frank Rüdiger

2.2 Wassergymnastik

Mo.	10.00-10.30	Bad Melle	Frank Rüdiger
Do.	10.00-10.30	Bad Melle	Daniela Wilmes
	10.30-11.00	Bad Melle	Daniela Wilmes
Fr.	11.15-11.45	Bad Melle	Frank Rüdiger
	16.00-16.15*	Christliches Klinikum	Frank Rüdiger

3. Ergänzende Angebote

3.1 Behindertensport - Wettkampf und Spiele

Rollstuhl-Basketball

Mo.	17.30-19.00	Sporthalle Eicken-Bruche	Frits Wiegmann
	Teamleiterin:	Lisa Schröder	rollstuhlbasketball@scmelle.de

Reha-Nachsorgegruppen ohne ärztliche Betreuung, ohne Verordnung

Wasser

Mo.	11.15-11.45	Bad Melle	Frank Rüdiger
Di.	08.30-09.15	Bad Melle	Monika Ekeler
Mi.	08.45-09.15	Bad Melle	Karina Borrmann
	10.00-10.30	Bad Melle	Karina Borrmann
Do.	08.45-09.30	Bad Melle	Monika Ekeler
	09.30-10.00	Bad Melle	Monika Ekeler
Fr.	11.45-12.15	Bad Melle	Frank Rüdiger

Herz-Kreislauf-Training Trocken

Mo.	17.00-18.30	Grönenberghalle	Übungsleiterteam
	18.30-20.00	Grönenberghalle	Übungsleiterteam
Mi.	18.00-19.30	Grönenberghalle	Übungsleiterteam

Angebote der Schwimmabteilung - Winterplan

Ansprechpartner: Geschäftsstelle 0 54 22 / 92 98 92

Änderungen werden rechtzeitig durch Aushang im Hallenbad bekannt gegeben

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	
Mo.	14.15-15.00	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Heike Dahech
	15.00-15:45	Hallenbad (Bahn)	Seepferdchen I	Ulrike Karrasch
	15.00-15:45	Hallenbad (Bahn)	Bronze I	Laura Hippe
	15.00-15.45	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Heike Dahech
	15.45-16:30	Hallenbad (Bahn)	Seepferdchen II	Ulrike Karrasch
	15.45-16.30	Hallenbad (Bahn)	Bronze II	Laura Hippe
	15.45-16.30	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Heike Dahech
	16.30-17:15	Hallenbad (Bahn)	Silber I	Katharina Strob
	16.30-17.15	Hallenbad (Bahn)	Gold I	Karina Borrmann
	16.30-17.15	Hallenbad (Bahn)	Seepferdchen III	Laura Hippe
	16.30-17.16	Hallenbad (MZB)	Wassergewöhnung (3,0-4,5 J.)	Karina B. / Ulrike K.
	17.15-18.00	Hallenbad (Bahn)	Silber II	Karina Borrmann
	17.15-18.00	Hallenbad (Bahn)	Gold II	Katharina Strob
	18.00-18.45	Hallenbad (Bahn)	Aufbau Wettkampf	Katharina Strob
	18.00-19.30	Hallenbad (Bahn)	Wettkampf	Trainerteam
Mi.	15.00-15.45	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Karina Borrmann
	15:00-15:45	Hallenbad (Bahn)	Bronze I	Ulrike Karrasch
	15:45-16.30	Hallenbad (Bahn)	Seepferdchen I	Heike Dahech
	15.45-16.30	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Karina Borrmann
	15:45-16:30	Hallenbad (Bahn)	Seepferdchen II	Ulrike Karrasch
	15:45-16:30	Hallenbad (Bahn)	Bronze II	Sabine Pleitner
	16.30-17.15	Hallenbad (MZB)	Anfängerschwimmen	Karina Borrmann
	16:30-17:15	Hallenbad (Bahn)	Silber I	Heike Dahech
	16:30-17:15	Hallenbad (Bahn)	Gold I	Sabine Pleitner
	17.15-18.00	Hallenbad (Bahn)	Silber II	Sabine Pleitner
	17.15-18.00	Hallenbad (Bahn)	Bronze III	Heike Dahech
	17.15-18.00	Hallenbad (MZB)	Wassergewöhnung (3,0-4,5 J.)*	Ulrike Karrasch
	18.00-18.45	Hallenbad (Bahn)	Schwimmen Inklusiv (14-tägig)	Heike Dahech
	18.00-18.45	Hallenbad (Bahn)	Aufbau Wettkampf	Sabine Pleitner
	18.45-20.15	Hallenbad (Bahn)	Wettkampf	Trainerteam

*Terminauskunft über Geschäftsstelle

Fr.	09.00-09.45	Bad Melle	Wassergewöhnung (ab 1 Jahr)	Doris Pfitzner
	09.45-10.30	Bad Melle	Wassergewöhnung (ab 1 Jahr)	Doris Pfitzner
	10.30-11.15	Bad Melle	Babyschwimmen (ab 5 Monate)	Doris Pfitzner

Monatsbeiträge für Schwimmangebote im Grönegaubad:

Teilnahme 1x/Woche 45min	4,00 €/Monat
Teilnahme 1x/Woche 90min	8,00 €/Monat
Teilnahme 2x/Woche 90min	13,00€/Monat

MZB = Mehrzweckbecken

Anmeldung für alle Angebote in der Geschäftsstelle erforderlich.

Turnen

Ansprechpartner: Diane Paehl, Tel.: 4 39 15 und Uschi Selchow, Tel.: 94 91 15

Kinder und Jugendliche

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	09.30-11.00	KiBeZ	E-K-T, 1-3 Jahre	Silvana Shabani
	16.00-17.00	Grönenberghalle	Psychomotorik* 4-6	Diane Paehl
	16.30-18.00	LSW	E-K-T, 1-4 Jahre	Sonja Birkemeyer
	17.00 - 18.00	kl. Lindathhalle	Psychomotorik* 3-6 Jahre	Heike Dahech
	18.00 - 19.00	LSW	Psychomotorik* 6-9 Jahre	Sonja Birkemeyer
Di.	10.15-11.30	Sportzentrum	Babyturnen ab 3 Monaten	Marion Suttmöller
	15.00-16.00	kl. Lindathhalle	Psychomotorik* 5-8	Franke N. Westphal
	16.00-17.00	kl. Lindathhalle	Psychomotorik* 3-6	Franke N. Westphal
	16.15-17.15	Grönenberghalle	Kinderturnen 3-6 Jahre	Lisa Bode
	16.00-17.30	LSW	Eltern-Kind-Turnen, 1-4 Jahre	Heike Dahech
	17.00-18.00	kl. Lindathhalle	Psychomotorik* 6-9 Jahre	Franke N. Westphal
	17.15-18.30	Grönenberghalle	Abenteuer-Turnen 6-12 Jahre	Lisa Bode
Mi.	15.30-17.00	Grönenberghalle	E-K-T, 1-4 Jahre	Diane Peahl
	18.15-19.15	LTS-Halle	Rope Skipping	Diane Peahl, U. Selchow
Do.	15.30-16.30	kl. Lindathhalle	Kinderturnen 3-5 Jahre	Adrian Shabani
	16.10-17.05	KiBeZ	Psychomotorik* 5-8 Jahre	Heike Dahech
	16.30-17.30	kl. Lindathhalle	Kindertrurnen 3-5 Jahre	Adrian Shabani
Fr.	15.00-16.00	Jahnhalle	Jugenturnen ab 6 Jahre	Heike Dahech
	15.00-16.00	Jahnhalle	Mädchenturnen 5-8 Jahre	Heike Dahech
	15.00-16.00	kl. Lindathhalle	Kinderturnen 5 und 6 Jahre	Rita Steppeler
	17.30-18.30	Jahnhalle	Mädchenturnen 9-12 Jahre	Heike Dahech
	18.30- 19.30	Jahnh./Schlauch	Geräteturnen für Frauen	Heike Dahech
Geräteturnen Junge/Männer- Ansprechpartner: Christian Kleinschmidt, Tel.: 9239534				
Mo.	18.00-20.00	Jahnh./Schlauch	Kunstturner ab 12 Jahre	C. Kleinschmidt
	19.00-21.00	LTS	Tricking "Passionistrix"	Walter Roloff
Mi.	17.30-20.00	Jahnh./Schlauch	Kunstturner ab 14 Jahre	C. Kleinschmidt
	18.00-20.00	Jahnh./Schlauch	Kunstturner 10-12 Jahre	B. Hüpohl / C. Arndt
Do.	19.00-21.00	LTS	Tricking "Passionistrix"	Walter Roloff
Fr.	16.00- 17.30	Jahnh./Schlauch	Turner (Aufbaugruppen)	H. Dahech
	17.00- 18.30	Jahnh./Schlauch	Kunstturner 10-12 Jahre	L.Erdmann / M. Wurm
	18.00-20.00	Jahnh./Schlauch	Kunstturner 12-14 Jahre	B. Hüpohl / B. Aufderheide
	18.00-20.30	Jahnh./Schlauch	Kunstturner ab 14 Jahre	C. Kleinschmidt
Geräteturnen Mädchen/Frauen - Ansprechpartner: Geschäftsstelle: 05422 / 92 98 92				
Mo.	15.00-17.00	Jahnh./Schlauch	Aufbaugruppe 1, Jg. 09-07	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 1, Jg. 08-01	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 2, Jg. 04-02	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Wettkampfgruppe, Jg. 04-02	Trainerteam
Di.	15.00-17.00	Jahnh./Schlauch	Anfänger, Jg. 11-08	Trainerteam
	17.00-19.00	Jahnh./Schlauch	Aufbaugruppe 2, Jg. 08-06	Trainerteam
	17.00-19.00	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 3, Jg. 04-03	Trainerteam
Mi.	15.00-17.00	Jahnh./Schlauch	Aufbaugruppe 1, Jg. 09-07	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 1, Jg. 08-01	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 2, Jg. 04-02	Trainerteam
	17.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Wettkampfgruppe, Jg. 04-02	Trainerteam
Do.	15.00-16.30	Jahnh./Schlauch	Anfänger, Jg. 11-08	Trainerteam
	16.30-18.00	Jahnh./Schlauch	Aufbaugruppe 2, Jg. 08-06	Trainerteam
	17.30-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 2, Jg. 04-02	Trainerteam
	18.00-19.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 1, Jg. 08-01	Trainerteam
Fr.	15.30-17.30	Jahnh./Schlauch	Fortgeschrittene 3, Jg. 04-03	Trainerteam
	16.00-18.00	LTS	Wettkampfgruppe, Jg. 04-02	Trainerteam
	16.30-18.30	Jahnh./Schlauch	allgemeine Turngruppe, Jg. ab 00	Trainerteam

Trainerteam: Sina Hohnsträter, Ulrike Diekjobst, Melanie Werner, Wolfgang Bache

Zusatzbeitrag für Wettkampfturnerinnen 6,00 Euro pro Monat
Zusatzbeitrag für Psychomotorik 4,00 Euro pro Monat
Bei ärtzlicher Verordnung entfällt der Zusatzbeitrag Psychomotorik

Tischtennis

Ansprechpartner: Werner Holst, Tel.: 1887

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Fr.	17:00-18:00	Grönenberghalle	Anfänger/innen	Thomas Hölter
	18:00-19:00	Grönenberghalle	Fortgeschrittene	Thomas Hölter

Trampolinturnen

Ansprechpartner: Gaby Ronsiek-Niederbröker, Tel.: 95 88 98

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	18.00-19.30	LTS-Halle	Leistungsgruppe	Gina Panhorst
Mi.	18.00-19.30	LTS-Halle	Leistungsgruppe	Gaby Ronsiek-N.
Do.	18.00-19.30	LTS-Halle	allgemeine Gruppe	Trainerteam
Fr.	18.00-19.30	LTS-Halle	Leistungsgruppe	Gaby Ronsiek-N. Gina Panhorst

SINGEN UND MUSIZIEREN MACHT SPASS –
FÖRDERT INTELLIGENZ UND KONZENTRATION

FORUM MUSAIK

Forum für musisch-ästhetische Erziehung

Eltern- Kind Kurse, Musische Frühförderung, Instrumentalunterricht

M. Berkefeld · Wittekindsweg 6 + 10 · 49324 Melle · Tel. 0 54 22 / 93 08 99
e-Mail: info@forum-musaik-melle.de · www.forum-musaik-melle.de

Tennis

Ansprechpartner: Werner Holst, Tel.: 1887

Trainingsort ist die Tennisanlage im Grönenbergpark

Volleyball

Ansprechpartner: Jörn Gehrke, Telefon 0175 4050771, JoernGehrke@gmx.de

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung/Gruppe	Übungsleiter/in
Mo.	20.00 - 22.00	Haferstraße	Seniorinnen	G. Auweiler
	20.00 - 22.00	Haferstraße	Hobby-Mixed	Trainerteam
Mi.	19.00 - 21.00	Haferstraße	Damen	T. Graap
	20.00 - 22.00	Haferstraße	Herren	Trainerteam
Fr.	18.00 - 20.00	LSW	Anfänger/Jugend	Sara Kleine-Heckmann
	20.00 - 22.00	Haferstraße	Damen	T. Graap

Sprungbrett

Sportartenübergreifendes Angebot

Mi.	17.00-18.00	Grönenberg Halle	1. Klasse (3 - 5 Jahre)	Diane Paehl
Do.	17.05- 18.00	KiBeZ*	2. Klasse (5 - 10 Jahre)	Heike Dahech

*KiBeZ= Kinderbewegungszentrum direkt neben dem Sportzentrum am Carl-Starcke Platz
Vorherige Anmeldung in der Geschäftsstelle
Zusatzbeitrag 4,50 Euro pro Monat

Rauschmayer
TRAURINGE · SEIT 1968

Ihr Rauschmayer-Juwelier

Kleinschmidt
Uhren · Schmuck
Augenoptik · Kontaktlinsen