STV-ECHO

122. Ausgabe

Juli – September 2015



Erleben Sie das gewisse Plus an Leistung: GiroPlus - Das Konto mit mehr Leben!





Phyto-Stars für alle!







Remifemin® plus

bei Wechseljahresbeschwerden

- Höchste Cimicifuga-Dosierung, sinnvoll kombiniert mit Johanniskraut
- Gegen Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen
- Hormonfrei und gut verträglich

Esberitox® Compact

bei Erkältung

- Verkürzt die Erkältung
- Lindert die Symptome
- Nur 3x 1 Tablette täglich
- Mit frischem Zitronengeschmack

Cystinol akut®

bei Blasenentzündungen

- Antibakteriell und entzündungshemmend
- Lindert die Beschwerden
- Beschleunigt den Heilungsverlauf
- Keine Resistenzbildung

Esberitox® COMPACT, Anwendungsgebiet: zur unterstützenden Therapie viraler Erkältungskrankheiten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Apothekenpflichtig.

Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter

Stand 05/13

Remifemin® plus, Anwendungsgebiete: Beschwerden in den Wechseljahren (Klimakterium) wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche, depressive Verstimmungszustände, psychovegetative Störungen wie Niedergeschlagenheit, innere Anspannung, Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche, Schlaflosigkeit, Angst und/oder nervöse Unruhe. Warnhinweis: Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Apothekenpflichtig. Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter Stand 8/09

Cystinol akut® Dragees, Wirkstoff: Bärentraubenblätter-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Entzündliche Erkrankungen der ableitenden Harnwege. Warnhinweis: Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Apothekenpflichtig. Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, 38259 Salzgitter

Neues vom Kinderturnen

Die jüngsten aktiven Mitglieder im STV treffen sich immer dienstags von 15.00 bis 15.45 Uhr zum Kinderturnen in der großen Turnhalle und haben dort mit Helga und Ulla viel zu tun. Vom Warmmachspiel bis zum Gut-Sport-Sagen vergeht die Zeit wie im Flug und es gibt immer eine Warteliste, auf der alle Kinder, die im Alter ab 3 Jahren bis zur Einschulung gern mitmachen möchten, erfasst und dann irgendwann auch eingeladen werden.

Meldungen am besten telefonisch unter 331791 bei Ulla oder unter 338275 bei Helga.

In diesem Sinne: Gut Sport - tschüss bis zum nächsten Mal!!!





Bericht des Bau- und Unterhaltungsausschusses

Die Arbeitseinsätze gehen mit großem Erfolg weiter. Am 18.07.15 wurden in der Garage die Halterungen für die Geräte sowie Regale angebracht. Der Lagerraum wurde aufgeräumt, die Tische und Stühle kontrolliert und repariert. Am 29.08.15 stand die Errichtung eines Zaunes gegen das Eindringen der Wildschweine auf den B-Platz an erster Stelle. Die Arbeiten sind jedoch noch nicht abgeschlossen und sollen beim nächsten Arbeitseinsatz am 17.10.15 weitergeführt werden. Darüberhinaus wurden die Löcher auf dem Platz mit Erde verfüllt, der Spielplatz gesäubert sowie das Unkraut aus den Beeten und Wegen entfernt. Auch außerhalb der Arbeitseinsätze gibt es immer wieder fleißige Helfer, die auf dem Sportgelände tätig sind und dazu beitragen, dass die Anlagen gepflegt werden.



Die "Zaunsetzer" bei der Arbeit

Spiel- und Turnverein Ringelheim e.V.

5. Arbeitseinsatz der Mitglieder des STV

Geplante Arbeiten: Restlichen Zaun am B-Platz (Wildschweinschutz) setzen, Löcher auf dem B-Platz mit Mutterboden verfüllen, allgemeine Säuberungsarbeiten rund um das Sportheim und Rabatte von Unkraut befreien

Treffpunkt: Sportheim STV Ringelheim

Samstag, 17.10.2015 von 09:00 bis 16:00 Uhr

Gem. Beschluss der Mitgliederversammlung am 23.01.2015 haben die Mitglieder des STV Pflichthelferstunden für den Verein abzuleisten. Arbeitskleidung und Handschuhe sind von jedem Teilnehmer selbst mitzubringen. Für das leibliche Wohl in den Pausen ist gesorgt.

Teilnehmermeldungen an: Marko Tegtmeier Tel.: 05341/331011 oder markotegtmeier@web.de

Der Leiter des Bau- u. Unterhaltungsausschusses Wolfgang Wolf

Bericht der Tennisabteilung

Die Sommersaison ist zum Erscheinungszeitpunkt des aktuellen STV-Echo schon beinahe Geschichte. Im Ergebnis können wir mit dem Erreichten aber sehr zufrieden sein in der Hoffnung, dass sich der positive Trend in den nächsten Jahren fortsetzen wird. Dennoch gibt es auch Sorgen, die primär den Bereich des Tennisnachwuchses betreffen. Es fehlen einfach Kinder und junge Leute, die sich für diesen schönen Sport begeistern. Daran müssen wir in der Zukunft stärker arbeiten, sind hier aber auch auf die Eltern angewiesen, die ihre Kinder ruhig mal zu einem Schnuppertraining schicken können. Bitte sprecht hierzu einfach unseren Jugendwart Tobias Kracke (Tel.: 01701802969 und E-Mail: tobias.kracke@t-online.de) an. Er wird euch die notwendigen Trainingsmöglichkeiten nennen.

Nachfolgend zunächst ein Überblick über die vergangene Sommersaison:

Midcourt Jungen

Unsere jüngsten Tennisspieler der Midcourt-Mannschaft haben sich gut geschlagen. Die nachstehende Tabelle zeigt den vor der Saison nicht vermuteten vierten Tabellenplatz. Sowohl Lasse Westermann als auch Mattes Rost konnten einige Partien gewinnen und so diesen Tabellenplatz festigen. Weiterer Trainingseifer vorausgesetzt, werden die Spieler auch in der nächsten Saison überzeugen.

Abschlusstabelle Midcourt Jungen Regionsliga:

Mannschaft	Spiele	s	U	N	Punkte	Matchpunkte	Sätze
1. TC Salzgitter-Bad	5	5	0	0	10:00	13:02	26:05
2. MTV Astfeld	5	4	0	1	08:02	13:02	26:05
3. MTV Jahn Schladen	5	3	0	2	06:04	08:07	18:14
4. STV Ringelheim	5	2	0	3	04:06	08:07	17:16
5. TV Gut-Heil-Barum	5	1	0	4	02:08	03:12	07:25
6. TSV Salzgitter	5	0	0	5	00:10	00:15	01:30

Herren 30

Die Spielgemeinschaft (TC Liebenburg und STV Ringelheim) der Herren 30 haben mit Platz zwei die Vizemeisterschaft errungen. Manche würden auch von der silbernen Zitrone sprechen, weil die Meisterschaft und der Aufstieg damit tatsächlich ganz knapp verpasst wurde. Trotzdem eine sehr positive Saison. Alle Spieler konnten überzeugen. Mit etwas mehr Glück kann es in der nächsten Saison auch mit der Meisterschaft klappen.

Abschlusstabelle Herren 30 Regionsklasse:

Mannschaft	Spiele	s	U	N	Punkte	Matchpunkte	Sätze
3 TC Hedemünden	5	3	2	0	08:02	20:10	42:23
2 STV Ringelheim	5	3	2	0	08:02	19:11	15:28
3 Nikolausberger SC	5	2	2	1	06:04	19:11	19:23
4 SV GW Barterode	5	2	1	2	05:05	15:15	10:34
5 TSV Eintracht Wolfshagen	5	0	2	3	02:08	11:19	00:41
6 TC Wulften e.V.	5	0	1	4	01:09	06:24	15:48

Herren 50

Die Herren 50 haben eine überzeugende Saison hingelegt und die Meisterschaft und damit den Aufstieg in die Regionsliga realisiert. Besonders gegen den ärgsten Konkurrenten um die Meisterschaft, den SSV Remlingen, konnte ein ungefährdeter 5:1 Erfolg eingefahren werden.

Abschlusstabelle Herren 50 Regionsklasse:

Mannschaft	Spiele	s	υ	N	Punkte	Matchpunkte	Sätze
1 STV Ringelheim	5	5	0	0	10:00	26;04	53;12
2 SSV Remlingen	5	4	0	1	08:02	21:09	19:24
3 SV Innerstetal-Baddeckenstedt II	5	2	0	3	04:06	12:18	02:41
4 Turnerbund Lengede II	5	1	1	3	03:07	12:18	10:39
5 TSV Rethen (BS)	5	1	1	3	03:07	11:19	23:42
6 MTV Jahn Schladen	5	1	0	4	02:08	08:22	00:45



Am Erfolg beteiligt waren (von links): Ulrich Spanke, Eugen Kreuzer, Manfred Flügge, Herbert Hanke, Wolfgang Wolf, Dieter Anton, Joachim Rücker und Abteilungsleiter Hans-Georg Syring.

Damen 40

Die vier Ringelheimer Damen 40 (Birgit Rebentisch, Gabriele Kracke, Andrea Westermann und Birgit Spanke) spielten in der Saison als Spielgemeinschaft unter Federführung des TC Hahndorf III in der Regionsklasse. Nach drei Niederlagen und drei Siegen konnte am Ende

ein guter Platz 4 in der Tabelle belegt werden. Durch das insgesamt positive Feedback der Damen wird diese Spielgemeinschaft wohl auch in der nächsten Saison fortgesetzt werden.

Abschlusstabelle Damen 40 Regionsklasse

Mannschaft	Spiele	S	U	N	Punkte	Matchpunkte	Sätze
1. TSV Schapen	6	5	1	0	11:01	30;06	61:16
2. MTV Immendorf	6	4	2	0	10:02	27;09	58:24
3. TC BG Stöckheim	6	3	2	1	08:04	21:15	46:32
4. Hahndorfer TC III/ Ringelheim	6	3	0	3	06:06	20:16	41:36
5. TC Rot-Gelb Bad Harzburg	6	1	1	4	03:09	11:25	24:52
6. SV DW Calberlah II	6	1	1	4	03:09	10:26	23:55
7. TV Gittelde e.V.	6	0	1	5	01:11	07:29	07:29

Doppelrunde Herren 60

Die Konkurrenz der Doppelrunde 60 lief parallel zu den Punktspielen und ist primär für die Spieler gedacht, die nicht mehr so gern an Einzelkonkurrenzen teilnehmen. Vielmehr steht hier die Teilnahme im Vordergrund. Folgende Spieler haben am Spielbetrieb teilgenommen: Peter Bonk (Mannschaftsführer), Dieter Anton, Manfred Flügge, Hans Weiss, Ernst Halmanseder, Hans Hartmann, Hans-Georg Syring. Trainiert wurde jeweils montags. Die Spiele fanden je nach Terminabsprache in der Woche statt

Leider gingen die Fahrten zu den Auswärtsspielen bis nach Helmstedt. Die Ergebnisse waren durchwachsen. Dennoch hat es den Spielern viel Spaß gemacht. Zumindest soll das Doppeltraining am Montag auch in der nächsten Sommersaison beibehalten werden. Nicht zuletzt auch deshalb, weil anschließend in gemeinsamer Runde gegrillt wird und ein gemütlicher Smalltalk das Geschehen abrundet.

Vereinsmeisterschaften 2015:

Nach dem Ausspielen der Gruppenspiele gewann in den Halbfinals Wolfgang Wolf gegen Eugen Kreuzer mit 6:2 und 6:0. In der zweiten Halbfinalbegegnung standen sich Tobias Kracke und Ulrich Spanke gegenüber. Nach den ersten beiden Sätzen stand es 1:1 (3:6 und 7:6), sodass der Match-Tie Break entscheiden musste. Diesen konnte Ulrich Spanke knapp mit 10:8 für sich entscheiden. Damit standen die am 20.September ausgespielten Finalspiele fest. Leider konnte Eugen Kreuzer zum Spiel um Platz 3 urlaubsbedingt nicht antreten, so dass der Drittplatzierte aus der Gruppe ausschreibungsgemäß in Vertretung nachgerückt ist.

Im Spiel um Platz drei standen sich somit Tobias Kracke und Joachim Papesch gegenüber. Nach zum Teil knappen Spielen konnte Tobias Kracke das Match am Ende leistungerecht mit 6:1 und 6:2 für sich entscheiden und wurde somit dritter der Vereinsmeisterschaft 2015.

Im Endspiel standen sich anschließend Wolfgang Wolf und Ulrich Spanke gegenüber. Wolfgang dominierte durch das insgesamt druckvollere Spiel beide Sätze und gewann verdient mit 6:2 und 6:2. Herzlichen Glückwunsch an dieser Stelle für den Titel des Vereinsmeisters im Herreneinzel an Wolfgang Wolf.

Der stellvertretende Abteilungsleiter Peter Bonk übergab nach den jeweiligen Partien die Pokale für die Teilnehmer der Finalbegegnungen.



Von Links: Peter Bonk mit dem Drittplatzierten Tobias Kracke und Joachim Papesch



Von links: Peter Bonk mit Vizemeister Ulrich Spanke und Vereinsmeister Wolfgang Wolf. gez. Ulrich Spanke (Sportwart Tennis)

Minigolfturnier des Reha-und Gesundheitssportvereins am 01.08.2015

Auch im diesem Jahr nahm der STV Ringelheim am Minigolfturnier des Reha- und Gesundheitssportvereins teil.

Am 01.08.2015 wurden wieder die besten Hobbymannschaften im Minigolf gesucht. Der STV Ringelheim stellte schon zum zweiten Mal zwei Mannschaften und erlebte einen schönen Nachmittag an den Bahnen. Es wurde diskutiert und man bekam hilfreiche Tipps zu den einzelnen Hindernissen. Anders als beim Minigolf, was die Meisten nur aus dem Urlaub kennen, wurde für jede Bahn ein anderer Ball benutzt. Mal rollte er wie ein Stein, mal sprang er fast wie ein Flummi. Was am Anfang komisch und gewöhnungsbedürftig war, wurde im Verlauf des Spiels verständlich und führte zu guten Ergebnissen. Die Bälle waren sehr gut auf die einzelnen Bahnen abgestimmt und so konnte bei jeder Bahn theoretisch ein Ass geschafft werden. Jedes Ass, also das Loch beim ersten Versuch treffen, wurde von den Gruppenmitgliedern beklatscht. Die Gruppen waren jeweils vier Spieler aus unterschiedlichen Mannschaften, welche sich an den Bahnen versuchten. Zum Schluss der Veranstaltung wurde ein erfolgreicher dritter und vierter Platz mit derselben Schlaganzahl erreicht. Die Asse entschieden über die Platzierung. Die STV Mannschaft vom Tischtennis hatte knappe drei Asse mehr erreicht als die STV Mannschaft vom Volleyball, die als "die Spaßvögel" antraten. Zusätzlich zur guten Mannschaftsleistung wurde Astrid Grahl (STV Volleyball) drittbeste Minigolfspielerin des Turniers mit 83 Schlägen und 12 Assen. Sina Grahl (STV Volleyball) viertbeste Minigolfspielerin mit 86 Schlägen und 10 Assen und Sven Hoppstock (STV Tischtennis) wurde viertbester Minigolfspieler mit 69 Schlägen und den drittmeisten Assen (17 Asse).





Die siegreiche Mannschaft mit Sven, Günter + Carmen Hoppstock

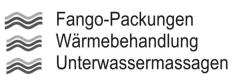
die drittbeste Spielerin Astrid Grahl

gez. Sven Hoppstock



Physiotherapie Krankengymnastik Simon Schönberner

Johannes Str. 12 38259 Salzgitter (Ringelheim) Telefon (05341) 33 85 21





Manuelle Lymphdrainage
Solarium

Alle Kassen Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag von 8:00 Uhr bis 12:30 Uhr und 14:30 Uhr bis 18:30 Uhr und nach Vereinbarung

TT-Fahrradtour

Am 05.09.2015 fand die alljährliche Radtour statt. Wie auch in den letzten Jahren wurde die Radtour wieder von Christian Zyzik ausgerichtet.

Nachdem der Start wegen eines Regenschauers um 30 Minuten verschoben wurde, ging es dann um 10.30 Uhr los. Vom Marktplatz aus führte die Strecke durch die Feldmark in Richtung Haverlah, über die B6 nach Steinlah und über die Feldwege Richtung Elbe. Auf diesem Weg blies uns der kräftige Westwind permanent ins Gesicht. Aber der Wind sowie ein weiterer Regenschauer, der uns auf dem Weg nach Sehlde zu einer etwas längeren Pause zwang, konnte die Stimmung nicht trüben. Am Ziel angekommen, dieses Mal der Garten vom Ausrichter der Radtour, wurde wie in jedem Jahr der Grill angeschmissen. Beim gemütlichen Beisammensein und lockeren Gesprächen wurde so manche TT-Geschichte erzählt.



Christian Zyzik

Tennistraining

Am 04.08.2015 trafen sich die TT-Spieler auf dem Tennisplatz, um von Wolfgang Wolf eine "Lehrstunde" im Tennis zu erhalten. Zuerst mussten einige Ballübungen absolviert werden, um ein Gefühl für den doch etwas größeren Schläger und Ball zu bekommen. Anschließend wurde das Erlernte bei einem Doppelmatch in die Tat umgesetzt. Alle Teilnehmer hatten viel Spaß. Ein herzliches Dankeschön an Wolfgang, der sich die Zeit für uns nahm.



Neues vom Tischtennis

1. Mannschaft - 1. Kreisklasse

Die Mannschaft spielt nach dem Aufstieg nun in der ersten Kreisklasse. Die Mannschaftsaufstellung ist geblieben und bislang wurde ein Pokalspiel absolviert.

Mannschaftsaufstellung:

Sven Hoppstock Günter Hoppstock Markus Rath Christian Wulfes

2. Mannschaft - 3. Kreisklasse

Die Saison hat gerade erst begonnen und die zweite Mannschaft hat noch kein Punktspiel bestritten. Wir spielen in der 3. Kreisklasse. Durch die Zusammenlegung der beiden Parallelstaffeln spielt auch unsere dritte Mannschaft in dieser Klasse. Unser erstes Punkspiel am 21.09. ist dann auch gleich das Derby gegen die dritte Mannschaft.

Mannschaftsaufstellung:

Keune, Günther Zyzik, Christian Hofmeister, Peter Stammersatzspieler Bartels, Barbara Hötzel, Dirk

3. Mannschaft - 3. Kreisklasse

Die dritte Mannschaft hat ihr erstes Punktspiel bereits hinter sich. Leider konnte man keinen Sieg einfahren. Da in diese Mannschaft auch ehemalige Jugendspieler aufgerückt sind, die erst Erfahrungen im Herrenbereich sammeln müssen, wird es nicht leicht werden, sich in dieser doch recht starken Klasse zu behaupten.

Mannschaftsaufstellung

Ulrich Schuster	Reservespieler	9. Kevin Pause	Reservespieler
2. Bodo Hoffmann	Stammspieler	10. Jordan Grochla	Jugendersatzspieler
3. Thore Schallenberg	Reservespieler	11. Torsten Schütt	Reservespieler
4. Konstantin Hille	Reservespieler	12. Julius Brunke	Stammspieler
Jörg Schwieger	Reservespieler	13. Nico Keutel	Jugendersatzspieler
6. Dustin Depta	Stammspieler	14. Marc Schönbrunn	Stammspieler
7. Martin Exner (MF)	Stammspieler	15. Pascal Berner	Jugendersatzspieler
Marcel Sutter	Jugendersatzspieler		

1. Schüler-Mannschaft - 1 Kreisklasse Staffel B

Durch die Zusammenlegung der Kreise Braunschweig, Wolfenbüttel und Salzgitter werden nun viele unbekannte Gegner auf die Mannschaft zukommen. Man wird daher erst am Ende der Saison sehen, wohin der Weg führt. Das erste Punktspiel wird am 24.09.15 sein.

Mannschaftsaufstellung:

Marcel Sutter Jordan Grochla Nico Keutel Pascal Berner Eike Samtleben

Spannende Pokalnacht mit Happy End

Der STV Ringelheim zieht nach langem schweren Kampf in die nächste Pokalrunde ein. Am 14.09.2015 war der SV Post Salzgitter 3 zu Gast am Silberkamp und es kam zum Wiedersehen mit alten Bekannten. Nicolas Agredano punktete schon bei den Punktspielen der vergangenen Saison gegen Ringelheim und besaß eine der besten Bilanzen der letzten Saison. Ringelheim trat ohne ihre Nummer zwei an, während bei Post die Nummer drei fehlte. Beim gewöhnungsbedürftigen Swaythling-Cup-System kommt es gleich zu Beginn zum Spitzenspiel der beiden Nummer Einsen der Teams. Sven Hoppstock spielte nach langer Verletzungspause wieder und durfte gleich gegen Nicolas Agredano, welchen er bis dahin noch nie geschlagen hatte. Die lange Sommerpause sah man den beiden nicht an und es entwickelte sich ein ansehnliches Spiel. Ganz klassisch spielte Sven seine Verteidigungsstrategie gegen den gewohnt aggressiv agierenden Angriffsspieler. Der erste Satz knapp, aber verdient an Sven, welcher immer besser ins Spiel kam. Bereits im zweiten Satz konnte er sein Spiel durchbringen und Nicolas fand kein Mittel dagegen. Erst im dritten Satz kam Nicolas wieder heran und ging bei 10:9 zum ersten Mal wieder in Führung. Doch er konnte nichts gegen die Verteidigung von Sven ausrichten und verschlug nicht nur den Satzball, sondern auch die zwei folgenden Bälle. Damit ging zum ersten Mal Sven als Sieger aus dem Spiel hervor. Im zweiten Spiel unterlag leider Markus Rath dem stark aufspielenden Lothar Decker und Post glich wieder aus. Christian Wulfes konnte nach leichten Anfangsschwierigkeiten sein Auftaktmatch gewinnen. Seine harten kompromisslosen Schläge hatten an dem Tag eine gute Trefferquote und die Nummer drei von Post hatte dem nichts mehr entgegen zu setzen. Nicolas Agredano konnte sich schnell von der Auftaktniederlage erholen und setzte Markus Rath mächtig unter Druck.





Montage- Demontageservice Dienstleistungen für Industrie, Bau & Haus Zaun-, Tor- u. Schweißtechnik Salzgitter

M&M GmbH Akazienstraße 3 37154 Northeim Tel. (0 55 51) 9 09 98 50 Fax (0 55 51) 9 09 98 51 Betriebsteil P.O.H.L. Wallmodener Str. 38 38259 Salzgitter-Ringelheim Tel. (0 53 41) 3 32 48 u. 3 34 78 Fax (0 53 41) 3 35 91

E-Mail info@m-m-pohl.de · Internet www.m-m-pohl.de

Das Spiel war durch viel Taktik geprägt und immer wieder durchbrach Markus die schnellen Angriffe durch seine starke Schnittabwehr. Auch sein berühmtes Aufschlagspiel kam zum Einsatz, aber zu oft agierte er glücklos gegen die Nummer eins. Nur im dritten Satz hatte er einen Satzball, musste sich aber unglücklich seinem Kontrahenten beugen. Post glich ein weiteres Mal aus. Sven Hoppstock brachte dann den STV wieder in Führung und gewann überlegen seine zweite Partie gegen Gerhard Verwied. Das nächste Spiel war an Spannung nicht zu überbieten. Christian Wulfes musste sich Lothar Decker stellen. Beide gewannen ihre Auftaktmatche und gingen dementsprechend mit viel Selbstvertrauen in die Partie. Die kurzen Ballwechsel waren vom dauerhaften Angriff geprägt. Die Trefferquote beider Spieler war sehr hoch und so wurde es das wahrscheinlich beste Spiel des Abends. Beide Mannschaften fieberten mit und spornten die Spieler so Höchstleistungen an. Leider musste sich zum Schluss Christian Wulfes mit 11:9 im entscheidenden fünften Satz geschlagen geben. Post glich zum dritten Mal aus. Markus Rath zeigte sich nun entschlossener und hatte nach kleinen Schwierigkeiten einen sehr gut herausgespielten Sieg gegen Gerhard Verwied vorzuweisen. Dann war es wieder Christian Wulfes, der es spannend machte. Auch gegen die Nummer eins spielte er nicht nur gut mit sondern die beiden steigerten sich von Satz zu Satz. Auch hier ging es wieder in den Entscheidungssatz und war zum Schluss das Quäntchen Glück was gefehlt hatte und Post glich zum vierten Mal aus. Im Entscheidungsspiel traten mit Sven Hoppstock und Lothar Decker die beiden noch ungeschlagenen Spieler an. Überraschenderweise konnte Lothar sein Spiel kaum durchsetzen und verlor die ersten zwei Sätze gegen Svens unspektakuläres Spiel. Bei Stand von 5:5 im dritten Satz kam es dann zum entscheidenden Ball, als Lothar mit mehreren Schmetterbällen nicht durch die Abwehr von Sven kam und er dann auch noch den Punkt verlor mit einem schlechten Stoppball, welcher vom Sven zu einem Schuss genutzt wurde. Dieser verlorene "Kampfpunkt" war ein moralischer Tiefschlag, von dem er sich nicht erholte, und Sven auch diesen Satz für sich entschied. Am Ende stand es 5:4 in Punkten und der STV war eine Runde weiter.

Baggerbetrieb Pella

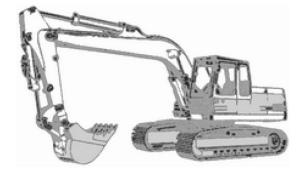
Inh. Rolf Gangolf

- Baggerarbeiten
- · Erdbau
- · Tiefbau
- · Straßenbau
- Abbrucharbeiten

Lindenstraße 32 38259 Salzgitter (Ringelheim)

Telefon: (0 53 41) 33 17 75 · Telefax: (0 53 41) 33 86 49

E-Mail: pella-gangolf@vodafone.de



Bericht der Fußballabteilung

Herren:

Trotz Aufstieg in die 1.Kreisklasse verließen uns 4 Spieler der 1. Herren. Beim 1. Training zur neuen Saison waren erstaunliche 23 Spieler, dieses änderte sich aber schlagartig. Es wurden immer weniger, so dass es nachher im Schnitt 5-7 Mann waren und das in der Vorbereitung. Wir beschlossen vor dem 1. Pflichtspiel die 2. Herren abzumelden und gingen in die neue Saison mit Florian Rettig als Trainer und Mario Loba als Co-Trainer.

In der Sportwoche in Beinum belegten wir den 2.Platz und in der Sportwoche Steinlah/Haverlah traten wir um Platz 3-4 gar nicht an, wegen Spielermangel, dieses war echt blamabel. Die Sportwoche SVI mit Platz 3 war in Ordnung. Die 2. Herren vor ihrem 1. Pflichtspiel abzumelden, war der richtige Weg. Mit den drei Neuzugängen Rene Sikora, Benjamin Schneider und Stefan Granzow sowie einige Spieler der ehemaligen 2. Herren haben wir jetzt einen Kader von ca. 20 Mann. Von den ersten 5 Punktspielen konnten wir leider nur eins gewinnen und somit sind wir gleich mitten im Abstiegskampf, wo wir natürlich mit gerechnet haben. Der Arbeitseinsatz am 29.8.15 unter dem Motto: Löcher auf dem B-Platz mit Erde befüllen, sowie einen Zaun errichten gegen die Wildschweine war mit 16 Mann gut besucht, nur leider war ich der einzige Fußballer.

Danke an dieser Stelle den anderen Abteilungen für ihre Hilfsbereitschaft. Erfreulich war, dass sich spontan ein paar Fußballer getroffen haben, um am B-Platz weiter zu arbeiten, so dass dieses Jahr da wohl wieder drauf trainiert werden kann. Genauso erfreulich ist, dass wir mit Kristoff Gau einen Betreuer gefunden haben und der A-Platz wieder in einem super Zustand ist.

Jugend:

Jugendbetreuer vom STV sind leider immer noch nicht gefunden. In der Spielgemeinschaft spielen 9 Jugendliche vom STV. Einer Anfrage, ob die D-Jugend ein Punktspiel am 9.9.15 in Ringelheim spielen könnte, haben wir natürlich zugesagt. Gegen den MTV Wolfenbüttel lagen sie 1-0 vorne, mussten sich dann aber 1-4 geschlagen geben.

Der nächste Arbeitseinsatz ist am Samstag den 17.10.15 von 9:00 -16:00 Uhr. Schwerpunkt B-Platz, wo ich dieses Mal mit einigen Fußballern rechne.

In diesem Sinne wünsche ich allen viel Erfolg.

Marko Tegtmeier

Tabelle 1.Kreisklasse Staffel 2

Platz	Mannschaften	Spiele	G	U	V	Torverhältnis	Tordifferenz	Punkte
→ 1.	TSV Hallendorf	5	4	1	0	20 : 3	17	13
→ 2.	FC 45 Salzgitter	5	4	0	1	27 : 16	11	12
⊅ 3.	SV GA Gebhardshagen	4	4	0	0	12 : 7	5	12
ч 4.	KSV Vahdet Salzgitter III	5	3	0	2	20 : 17	3	9
⊅ 5.	VfL Salder II	4	2	1	1	15 : 8	7	7
ъ 6.	SV Union Salzgitter II	4	2	1	1	10:3	7	7
→ 7.	SV Fortuna Lebenstedt III	5	2	0	3	19 : 16	3	6
₹ 8.	TSV Üfingen II	5	2	0	3	11 : 16	-5	6
у 9.	AKV Salzgitter	3	1	2	0	7 : 4	3	5
→ 10.	FC Germania Bleckenstedt	4	1	1	2	6:9	-3	4
ч 11.	▲ SV Innerstetal II	4	1	0	3	7 : 10	-3	3
ч 12.	STV Ringelheim	5	1	0	4	11 : 17	-6	3
₹ 13.	ISV Beinum	4	1	0	3	7 : 16	-9	3
→ 14.	SG Steinlah/Haverlah	4	1	0	3	3 : 12	-9	3
¥ 15.	TSV Salzgitter	5	1	0	4	7 : 28	-21	3_

Petanque - Abteilung

Unsere 3. Vereinsmeisterschaft spielten wir am 11. September 2015 auf dem Gelände des FSB. Bei angenehmen Temperaturen fanden sich 16 aktive Spieler, um jeweils als Doublette (Zweierteam) gegeneinander zu spielen. Ein Spiel endet, wenn eine Doublette 13 Punkte erreicht hat. Da wir aus zeitlichen Gründen ein wenig eingeschränkt waren, hatten wir beschlossen, die Spiele auf 30 Minuten zu begrenzen. Wenn dann noch keine Mannschaft 13 Punkte erreicht hatte, wurde der bis dahin erspielte Punktestand von beiden Doubletten notiert. Wir hatten viel Spaß bei unseren Spielen, die sehr harmonisch und mit kleinen Pausen zwischendurch abgelaufen sind.

Die Platzierungen sind wie folgt:

1.Platz Bernd Radue/Heinz Molke

2. Platz Hiltraud Fröhlich/Hubert Fröhlich

3. Platz Ernst-Henning Kracke/Horst Husistein

4. Platz Ursula Weiser/Albert Weiser

5. Platz Wilfried Meißner/Ernst Tegtmeier

6. Platz Jürgen Hammerschmidt/Friedhelm Schürholz

7. Platz Karin Pella/Dieter Pella

8. Platz Alfred Kaufmann/Dr. Peter Renneberg

Gez. Karin Pella





www.myvoba.com



Wir machen den Weg frei.

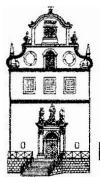
Werden auch Sie Mitglied bei Ihrer Volksbank eG in Salzgitter-Ringelheim und profitieren Sie von umfassender Transparenz, weitgehender Mitbestimmung und exklusiven Mehrwerten. Sprechen Sie einfach mit Ihrem Berater, rufen Sie an (05326/9177-0) oder gehen Sie online: www.myvoba.com



Fit and Fun

Antara - Training für Körper und Seele

Heute werde ich Ihnen, eine wahrscheinlich unbekannte, aber dennoch interessante Sportart vorstellen. Antara kommt nicht wie zunächst vermutet aus einem orientalischen Land, sondern aus der kleinen beschaulichen Schweiz. Diese spezielle Gymnastik Sportart ist zusammen mit der University of Queensland entwickelt worden und für jede Altersstufe zu empfehlen. Bei der Sportart wird das Prinzip: "von innen nach außen" praktiziert. Dies hat nichts mit Esoterik zu tun, sondern es ist darunter zu verstehen, dass man durch die langsamen und ruhigen Bewegungsabläufe den Alltagsstress schnell vergessen soll. Antara ist an Yoga angelehnt, doch um einiges präziser auf die Bauch und Rückenmuskulatur fokussiert. Die Sportart ist ein modernes Work-Out, die den Körper in Einklang bringen soll durch viele kleine Übungen. Die Haltung wird spürbar gestärkt und die Core-Muskulatur (der Bereich zwischen Zwerchfell und Beckenboden) wird stark verbessert. Mit verschiedenen Dehnungsübungen und neuen Erkenntnissen im Fitnessbereich kommt diese Sportart daher. So gut wie jede Altersgruppe kann dies ausführen, denn Antara ist sowohl für Senioren als auch junge Erwachsene geeignet, die sich für Gymnastik und Fitness interessieren. Falls Sie Interesse an Antara bekommen haben, finden sich viele Informationen dazu und natürlich auch Orte, wo Sie Antara ausprobieren können, auf folgender Seite: http://www.antara-training.ch



Schloss-Apotheke

Salzgitter-Ringelheim
Inh. Dr. Torben Raeth ,Goslarsche Str. 50

Ihr Arzneimittelexperte aus der Region für die Region

Sie können nicht aus dem Haus oder ein Angehöriger (Kind, Eltern, Großeltern) verlangt ständige Anwesenheit?
-auf Anruf holen wir das Rezept bei Ihnen ab und stellen Ihnen die benötigten Medikamente zu-

Tel.:05341/33366 Fax:05341/338455

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr.: 8:00-13:00 und 15:00-18:00

Mi.: 8:00-13:00 und Sa.: 8:30-12:30

Ebene Radtour zu den versteckten Teichen

Als Radfahrer oder Wanderer hat man immer ein Problem: Wohin? Klar gibt es viele schöne und interessante Orte in der Region, doch die wenigsten kennt man. Meistens fährt man die Strecken, die man kennt, zu Orten, die man schon mehrfach gesehen hat. Der Weg ist das Ziel für die Meisten und somit wird es nicht als allzu schlimm gesehen. Wahrscheinlich kennt jeder Fahrradfahrer die Innerste oder die Westerbeekteiche bei Söderhof. Doch es gibt noch mehr schöne Ecken in der Region und deshalb will ich Ihnen mal zwei etwas unbekanntere Teiche vorstellen. Diese sind etwas weiter weg und somit ist es eher eine Tagestour, die man an einem schönen Herbstwochenende machen könnte. Es geht zum Fortuna Teich und zum Morgensternteich. Diese liegen im Landkreis Goslar/Liebenburg und sind ehemalige Bergbauteiche. Der Startpunkt ist direkt Ringelheim und wir fahren gemütlich Richtung Hohenrode auf der L498 (Goslarsche Straße). In Hohenrode angekommen fahren wir nach links in die Schacht-Georg-Straße in Richtung Gitter. Nach dem Überqueren der Gleise fahren wir dann den ersten Feldweg rechts ab und folgen ihm unter der Bundesstraße hindurch. Den dritten Feldweg links hinein und dort nach kurzer Zeit wieder die erste rechts. Der Weg endet in Othfresen, dort folgen wir der Grubenstraße und anschließend der Bahnhofsstraße immer an den Gleisen entlang. Die Straße ändert den Namen in Drankenschwanz und macht dann einen Linksknick. Die erste Straße rechts (die Krühstraße) geht es hinein und diese fahren wir immer weiter bis zur K2. Dort fahren wir wieder nach rechts. Nun folgen wir der linken Straße, die kurz vor dem Gleisübergang abgeht. Wir halten uns auf der rechten Gleisseite und fahren anschließend die zweite Abfahrt links hinein. Der Feld führt nach einer Rechts- und dann Linksbiegung zum Fortunateich. Nach einer Rast geht es entweder den gleichen Weg zurück zu den Gleisen oder man benutzt den Querweg nach rechts. Dieser endet auf einem Feldweg, welcher in westlicher Richtung wieder zu den Gleisen führt. An den Gleisen angekommen, die wir nicht überqueren, sondern wir fahren links weiter entlang des Weges. Dem Weg folgend geht es an Dörnten vorbei, bis wir auf den Süllbach treffen. Wir folgen nun den Bachlauf in östlicher Richtung, welcher vor Hahndorf nun von den Gleisen Abstand nimmt und Richtung K32 schwenkt. Wir folgen dem Weg am Süllbach entlang über die K32 und fahren dort zum Morgensternteich. Hier angekommen sind Sie nun ca. 17 km unterwegs gewesen und können sich überlegen, ob für den Rückweg entweder die gleiche Strecke genommen wird oder Sie fahren die K32 nach Hahndorf und dort über die K1 nach Jerstedt. Von dort geht es über die B6 (und hinter Posthof dann auf dem Innersteweg) zurück. Eine andere Alternative wäre die K32 nach Norden zu fahren und dann dort die K3 nach Dörnten zu nehmen, der Straße folgend kommen Sie nach Othfresen. Dort fahren Sie dann über die Innerste und biegen nach rechts Richtung Upen ab. Dort geht dann nach dem Lakebach der Innersteradweg ab, welcher über die Franzosenbrücke immer entlang des Flusses zurück nach Ringelheim geht. Nach insgesamt ca. 35km wären Sie dann wieder am Ziel.

Falls Sie mal ein interessantes Ziel haben oder eine Sportart, die Sie gerne vorstellen wollen, zögern Sie nicht, sich bei uns zu melden.

Ihr Öffentlichkeitsausschuss

Beachvolleyballturnier des FSB am 11.07.2015

Am 11.07.2015 fand wie jedes Jahr bereits zum 40. Mal das allseits beliebte Prellballturnier des FSB Salzgitter statt.

Seit 2010 wird parallel dazu ein Beachvolleyballturnier veranstaltet. Die Mannschaft des STV nahm gerne die Einladung an und stellte eine Beachvolleyballmannschaft. Als letztjähriger Platz zwei gingen sie als einer der Favoriten ins Feld und bekamen im ersten Spiel mit dem Reha und Gesundheitssportverein den Titelverteidiger vorgesetzt. Wie immer wurden es hart umkämpfte Sätze und spannend bis zum Schluss. Letztlich waren es die besseren Nerven, die den Ausschlag für den STV gaben, und sie gewannen 21:19 und 21:18. Im zweiten Spiel traten sie dann gegen FSB Salzgitter 2 an. Der Sieg im Rücken stärkte die Moral und die starken Angaben von allen Spielern setzte FSB sehr unter Druck. Viele Punkte entstanden direkt durch die Angaben gegen die völlig überforderten FSBler. Zum Schluss schlug ein ungefährdeter 21:6 und 21:4 Sieg zu Buche. Die diesjährige Mannschaft der Prellballer war dann der nächste Gegner für den STV. Im ersten Satz gingen die Prellballer zwar erst 6:7 in Führung, aber der STV fand dann zu seinem Spiel. Der Satz konnte eindrucksvoll mit 21:8 gewonnen werden. Auch im zweiten Satz zeigten die guten Angaben Wirkung und ließen die Gegner kaum ins Spiel kommen und so wurde ein klarer 21:10 Sieg eingefahren. Der Reha und Gesundheitssportverein setzte sich im nächsten Spiel knapp gegen den FSB Salzgitter 1 durch und so musste im letzten Spiel nur noch ein Satz dem FSB abgenommen werden, um das Turnier zu gewinnen. Der erste Satz war lange Zeit ausgeglichen, bis Darek Dynowski den STV mit einer Aufschlagserie in Front brachte. Den Vorsprung ließ sich der STV nicht mehr nehmen und Sina Grahl sorgte zum Ende des Satzes mit einer zweiten Aufschlagserie für den 21:14 Sieg. Im zweiten Satz schlichen sich mehr Eigenfehler in das Spiel des STV, die Konzentration konnte nicht aufrecht erhalten werden und es kam zu vielen "geschenkten" Punkten für den Gegner. Zum Schluss konnte das Spiel stabilisiert werden, doch der FSB war schon zu weit vorgeeilt und schließlich musste sich der STV geschlagen geben und verlor mit 21:18 den ersten Satz des Turniers. Im Entscheidungssatz war der STV wieder voll da und punktete gleich zu Beginn mit guten Angaben und Schmetterbällen. Dies zeigte Wirkung und der FSB war verunsichert und kam zu wenigen eigenen Punkten. Die Angaben wurden präzise und druckvoll geschlagen und somit konnte der Druck noch erhöht werden. Der FSB hatte schließlich nichts mehr entgegen zu setzen und der STV gewann verdient mit 15:8 und somit auch sein letztes Spiel. Im nächsten Spiel kam es dann zur Überraschung des Tages, als die Mannschaft des FSB Salzgitter 2 ihre erste Auswahl mit 2:1 (25:23, 9:21, 15:10) besiegte und erstaunte Gesichter zurück ließ.

Die abschließende Tabelle:

- 1. STV Ringelheim (4:0 Spiele, 8:1 Sätze)
- 2. Reha und Gesundheitssportverein Salzgitter (3:1 Spiele, 6: 3 Sätze)
- 3. FSB Salzgitter 1 (1:3 Spiele, 5:6 Sätze)
- 4. Prellballer (1:3 Spiele, 2:6 Sätze)
- 5. FSB Salzgitter 2 (1:3 Spiele, 2:7 Sätze)



die siegreiche Mannschaft: v. I. Darek Dynowski, Carmen Hoppstock, Sina Grahl, Astrid Grahl, Kevin Pause hinten die Organisatoren v. I. Frank Giffhorn, Matthias Giffhorn

Rücken- und Wirbelsäulengymnastik-Gruppe

Es war ein herrlicher, sonniger 16. Juli 2015, ein Donnerstag, der letzte Sporttag vor den Sommerferien für die Gruppe.

Wie geplant, trafen wir uns um 17.30 Uhr zum Boßeln am Parkstadion. 2 Mannschaften wurden gebildet, bestehend aus einer "Roten" und einer "Schwarzen" Gruppe. Mit 12 Personen stiegen wir ein.

Unsere Übungsleiterin, Sabine Behnke, begann mit einem Weitwurf auf dem Sportplatz. Von dort aus ging es weiter an der Innersten entlang. Ein kleiner Getränkewagen, reichlich bestückt, wurde von den sportlichen Männern gezogen.

Mit kraftvollen bzw. schwungvollen Würfen wurde einige Male die Kugel der gegnerischen Mannschaft getroffen und musste im hohen Gras gesucht werden. Das war dann ein beliebter Anlass für eine Trinkpause. Es wurde viel gelacht und noch mehr erzählt. So verging die Zeit sehr schnell.

Gegen 19.30 Uhr hatten wir das Ziel, die Terrasse der Tennisanlage, erreicht.

Unser Grillmeister Wilfried erwartete uns bereits. 6 Sportlerinnen und 5 Sportler, die leider nicht mit Boßeln konnten, waren schon beim Essen. Auch wir hatten nach dieser kleinen Anstrengung Appetit.

Nun saßen wir, 23 Personen, in gemütlicher Runde. Kühle Getränke, u. a. eine fruchtige Erdbeerbowle, trugen dazu bei.

Die Auswertung der sportlichen Leistung ergab: Die "Schwarze Gruppe" siegte mit der geringeren Anzahl an Würfen. Eine kleine süße Überraschung gab es danach für jeden Teilnehmer.





Es war wieder einmal ein sportlicher, gemütlicher Abschluss vor der langen Sommerpause.

Brunhilde Hartmann





Die Mannschaften der Saison 2015/2016

Die Saison 2015/16 hat begonnen. Die Volleyball-Mannschaften der SG STV/MTV Salzgitter treten in folgenden Klassen an: Das 1.SG-Herren-Team tritt nach dem souveränen Klassenerhalt wieder in der Regionalliga Nordwest an, die 2. Mannschaft nach ihrem Vizemeistertitel und Aufstieg in der Verbandsliga 3 und die 3. Mannschaft in der Bezirksliga 11. Die Hobby-Mannschaft startet wieder in der Freizeitliga Salzgitter.

SG I.Herren:

Spielerstamm: Kristof Gierga, Raffael Hermann, Marcel Ludwigh, Sebastian Mahlke,

Julian Peisker, Alexander Pioßek, Patrick Pioßek, Tobias Schneider,

Zugänge: Tobias Schneider (eigene Zweite).

Yannik Jokmin (TSV Giesen-2.Liga), Lauritz Peisker (USC Braun-Abgänge:

schweig II), Sven Suchanek (studiert in Köln), Kevin Wieloch (eigene

Zweite).

Saisonziel: Klassenerhalt. Patrick Pioßek. Trainer:

Die 1.Mannschaft schaffte im letzten Jahr einen sehr guten 4.Tabellenrang und erhielt damit souverän die Klasse. Da es neben nur einem Zugang aus der eigenen Zweiten, Abgänge wichtiger Spieler gibt und die Staffel durch drei sehr gute Aufsteiger noch einmal an Spielniveau zugelegt hat, zudem noch ein versierter Trainer fehlt, gibt es nur ein Saisonziel, das Klassenerhalt heißt. Die Mannschaft ist trotzdem ganz gut eingespielt und konnte in der Vorbereitung den Verbandsligisten Wolfenbütteler VC schlagen und schnitt beim Turnier des DJK Kolping Northeim ebenfalls gut ab.

SG II.Herren:

Spielerstamm:

Dennis Beims, Florian Dach, Jannik und Tobias Feustel, Linus Herrmann, Yannik Lindenberg, Malte-Andreas Sandvoß, Finn Schäfer,

Marcel Schreiner, Kevin Wieloch, Daniel von Zepelin.

Zugänge: Kevin Wieloch (eigene Erste).

Abgänge: Tobias Schneider (eigene Erste), Martin Laskowski.

Saisonziel: Klassenerhalt.

Trainer: N.A.

Das zweite SG-Team setzt sich aus erfahrenen Spielern und Jugendspielern, die an den Wettkampfbetrieb herangeführt werden sollen, zusammen. Alle Jugendlichen können und sollen auch in der Ersten eingesetzt werden, um Wettkampferfahrung in der Regionalliga zu sammeln. Handicap ist das Fehlen eines Trainers.

SG III.Herren:

Spielerstamm: Florian Bierbrauer, Udo Cramme, Ingo Dolder, Thomas Feustel,

Thorsten Grieß, Matthias Hanck, Felix Kostial, Andreas Kuckelkorn, Matthias Langer, Thomas Lindenberg, Jochen Nowak, Frank Pioßek,

Xavier Romanet, Ali Taleb, Mohamad Yassine.

Zugänge: Thorsten Grieß, Felix Kostial, Ali Taleb (alle Neueinsteiger), Mohamad

Yassine (US Embassy Club Beirut).

Abgänge:

Saisonziel: gesichertes Mittelfeld.

Frank Pioßek Trainer:

Mit einem sehr gut eingespielten und personell vergrößerten Kader geht die dritte Herren in die neue Saison. Die Bezirksliga-Staffel 11 ist mit einigen der SG bekannten Mannschaften besetzt.

Freizeitliga:

Besseren Zuspruch könnte die nach wie vor donnerstags ab 18.30 Uhr in der Ringelheimer Turnhalle trainierende gemischte Freizeitliga-Mannschaft haben. An normalen Trainingstagen pritschen und baggern üblicherweise 10 Sportlerinnen und Sportler den bunten Ball. Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen. In der neuen Saison trifft der STV in der Freizeitliga Salzgitter auf fünf andere Teams. Gespielt wird an Trainingsabenden in einer einfachen Runde ohne Rückspiele.

Die Punktspiele der Volleyballer in der Saison 2015/16 sind im Internet unter <u>www.nvv-online.de</u> in der Rubrik "Spielbetrieb" zu finden.

Die Heimspiele der 1. SG-STV/MTV-Herren finden grundsätzlich in der Sporthalle des Gymnasiums SZ-Bad statt.

Spielbeginn: samstags 19.30 Uhr oder sonntags um 16.00 bzw. 17.00 Uhr.

Die Heimspiele der beiden anderen SG-Männermannschaften finden ebenfalls in der Sporthalle des Gymnasiums SZ-Bad statt.

Spielbeginn: samstags um 14.00 oder 15.00 Uhr bzw. sonntags um 11.00 Uhr

gez. Frank Pioßek

Seniorentreffen am 04.07.2015

Bereits zum 29. Mal fand das alljährliche Seniorentreffen statt. Dass diese Veranstaltung sehr beliebt ist, zeigt, dass 80 Personen der Einladung gefolgt sind, um im Sportheim ein paar gemütliche Stunden zu verbringen. Auch von den tropischen Temperaturen in diesem Jahr, ließen sich die Seniorinnen und Senioren nicht abschrecken. Jürgen Hammerschmidt begrüßte die Gäste und berichtete kurz über die Aktivitäten im STV. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurden noch zwei Personen geehrt, die bei der Mitgliederversammlung nicht anwesend waren. So erhielt Hubert Fröhlich ein Präsent für seine geleistete Arbeit als Leiter des Bauausschusses und Helmut Molke wurde für 55-jährige Mitgliedschaft geehrt.

Nach einem gemeinsamen Mittagessen wechselten viele in den, zwar nicht kühlen Schatten hinter dem Sportheim und es wurde bei kühlen Getränken geplaudert und diskutiert. Dort konnte man sich untereinander besser kennen lernen. Die fleißigen Helfer mussten ganz schön flitzen, damit die Gäste bei diesen Temperaturen nicht "verdursten". Der nächste Höhepunkt war das tolle Kuchenbüffet. Herzlichen Dank hier noch einmal an die vielen Kuchenspender. In gemütlicher Runde wurde noch lange über alte Zeiten geplaudert.





Viele sprechen über die Region. Wir fördern sie.



Bericht der Gymnastik-Abteilungen

Zumba-Gruppe:

Wir freuen uns besonders über den guten Zuspruch in der Zumba-Gruppe.

Einen sehr beeindruckenden Einblick in diese Sportart konnte man auf dem Altstadtfest Salzgitter-Bad am 19.07.2015 erhalten, bei der auch unsere Übungsleiterin Anika Sax(rechts im Bild) aktiv teilnahm.



Für Interessierte: Die Zumba-Stunden finden jeden Dienstag um 19.00 Uhr in der Turnhalle statt! Übrigens nicht nur für Frauen!!! Nur Mut!

Mittwochsgruppe:

Die alljährliche Radtour der Mittwochs-Gymnastik-Gruppe fand in diesem Jahr am 22.07.2015 statt.

Unterwegs waren wir mit 23 Damen über Sehlde und Heere nach Baddeckenstedt. Dort gab es bei schönstem Wetter ein gemütliches Abendessen, bevor es dann durch die Feldmark zurück nach Ringelheim ging.



Kleine Ergänzung von der Mittwochssteppgruppe:

Abschlussradtour auch in der Stepp-Aerobic Gruppe

Am 22.07. startete die Steppaerobic Gruppe zu einer Radtour Richtung Sehlde. Gemeinsam mit der Sehlder Sportgruppe ging die Fahrt durch die schöne Feldmarkt nach Groß Elbe in die Bürgerschänke. Nach einer Stärkung und einigen lustigen gemeinsamen Stunden ging es gemütlich zurück nach Ringelheim.

Zum Schützenfest-Umzug am 26.07.2015 war auch wieder eine – wenn auch kleine – Gruppe der Gymnastik-Damen vertreten.



Leider gab es dann auch schlechte Nachrichten für unsere Gruppe.

Kurz nach Beginn der Sommerferien teilte uns Christel Reckleben mit, dass sie berufsbedingt die Übungsleitung für die Gymnastik nicht mehr weiterführen kann.

Darüber sind wir sehr traurig, da sie bereits seit 20 Jahren für unsere Gruppe tätig war und auch Vertretungsweise in den anderen Gruppen immer wieder einmal ausgeholfen hat.

Wir verlieren mit ihr eine immer motivierende und zuverlässige Übungsleiterin und sind sehr betroffen! Andererseits haben wir jedoch auch Verständnis für ihre Entscheidung und wünschen ihr viel Erfolg für ihre neue berufliche Herausforderung.

Für uns begann nun eine schwierige Suche nach einer neuen Übungsleitung, und dies auch noch während der Ferien.

Zum Start nach der Sommerpause am 09.09.2015 hatten wir noch niemanden! So hat sich Nikol Wilheine bereit erklärt, die Übungsleitung vorerst zu übernehmen. Das hat sie super hinbekommen und alle waren mit Spaß dabei!

Bereits für die darauf folgende Woche, am 16.09.2015 haben wir dann doch eine neue Übungsleiterin gefunden!

Und so freuen wir uns, dass **Frau Kerstin Schade** aus Alt Wallmoden ab sofort unsere Gruppen weiterführen wird.

Wir freuen uns sehr und sind gespannt auf unsere neuen Übungsabende!

Am 19.09.2015 fand unsere Wanderung statt.

Es ging um 8:41 Uhr mit dem Zug nach Goslar und dann mit dem Bus nach Clausthal Zellerfeld. Dort sind wir mit insgesamt 15 Damen zu dem Spiegeltaler Wasserfall gewandert. Leider war es durch den Regen der letzten Tage sehr matschig dort doch wir waren froh, bei gutem Wetter wandern zu können.

Am Ende der Wanderung landeten wir im Restaurant "Biermünze" in Clausthal Zellerfeld. Nachdem wir uns dort gut gestärkt haben, haben wir uns noch die Glas-Ausstellung der Glashütte im Kunsthandwerkerhof angeschaut.

Nun setzte jedoch heftiger Regen ein und wir mussten leider dann doch noch die Schirme auspacken. Mit Bus und Bahn ging es dann wieder Richtung Heimat.





Gruppe	Ort	Wochentag	Uhrzeit	Übungsleitung
Stepp-Aerobic	Turnhalle	Mittwoch	18:00	Britta Hötzel
Quigong/Tai-Chi	Sportheim	Dienstag	18:30	Frank Härdter
Zumba	Turnhalle	Dienstag	19:00	Anika Sax
Gymnastik	Turnhalle	Mittwoch	19:00 + 20:00	Kerstin Schade
Senioren-Gymnastik	Turnhalle	Montag	15:00	Brunhilde Hartmann
Rückengymnastik	Turnhalle	Donnerstag	17:30	Sabine Behnke
Joga	Sportheim	Donnerstag	19:00	Petra Winck

Seniorinnen-Gymnastikgruppe

Tagesfahrt nach Wolfsburg zum Phaeno und zum Planetarium

Das Natur- und Technikmuseum "<u>Phaeno"</u>, das einzigartige Bauwerk der Stararchitektin Zaha Hadid in Wolfsburg, feiert in diesem Jahr sein 10-jähriges Bestehen.

Viele interessante Veranstaltungen werden angeboten, u. a. eine individuelle Führung für Senioren. Dieses Angebot nahmen wir – 19 Seniorinnen – am 29. Juli 2015 wahr.





Mit einem Bus der Fa. Rühe fuhren wir am Vormittag um 11.00 Uhr vom Marktplatz aus nach Wolfsburg. Um 12.30 Uhr nahm uns eine Angestellte im Phaeno in Empfang und es begann eine einstündige Führung.

An interessante Kunstwerke wurden wir herangeführt. Einiges konnten wir nur durch Bewegung am Objekt verstehen.

Nach den vielen interessanten Eindrücken erholten wir uns erst einmal im Bistro mit Kaffee und Kuchen.

Neugierig waren wir natürlich auf weitere Stationen. In kleinen Gruppen gingen wir dann auf Entdeckungstour. An den verschiedenen Experimentierstationen konnten wir vieles ausprobieren, erfassen, ertasten oder auch erraten.

Wir staunten über Phänomene, die oft kaum zu begreifen waren, bzw. das einiges überhaupt möglich war. Schmunzelnd standen wir vor Spiegelwänden, vor denen wir uns verzerrt oder auf dem Kopf stehend sahen.

Ein 6 m hoher Feuertornado, den wir von einer Empore aus betrachten konnten, war zum Abschluss noch einmal ein besonderes Highlith.





Drei erlebnisreiche Stunden vergingen sehr schnell!

<u>Planetarium</u>

"2015 Jahr des Lichts"

Die größte Sternen-Kuppel Niedersachsens hat das Planetarium Wolfsburg.

Um 16.00 Uhr begann die Vorstellung: "Die Macht der Sterne". Der große Kuppelraum zeigt einen grandiosen Sternenhimmel mit 9000 Sternen.

Eine Zeitreise ins Universum begann!

Mond, Planeten, Sterne und das matt schimmernde Band der Milchstraße werden sichtbar.

Wie bestimmen die Sterne das Geschehen auf unserer Welt und welche Vorstellungen davon gab es in der Frühzeit der Menschheit?

Diese astronomischen Ereignisse am nächtlichen Sternenhimmel wurden uns anschaulich, ausdrucksstark und mit musikalischer Untermalung präsentiert.

In bequemen Kipppolstern konnten wir eine wundervolle Abenteuerreise erleben und genießen.



Ein interessanter Tag mit zwei grundverschiedenen Erlebnissen wird uns sicherlich in guter Erinnerung bleiben.

Brunhilde Hartmann (Übungsleiterin)



					22.00 0111	22.00 011
	//	//		//	- //	22 00 I Ibr
	11	//		11		21.00 bis
	//	//	//	(H. Syring)		21.00 Uhr
		(H. Pioßek)	11	Leistungssport		20.30 bis
		Damen				20.30 Uhr
	(H. Hoppstock)	Volleyball	- 11	//	(H. Hoppstock)	20.00 bis
	Damen/Herren				Damen/Herren	20.00 Uhr
	Tischtennis	11)	11		Tischtennis	19.30 Uhr
	//		(Fr. Reckleben)	(Fr. Haase)	11	19.30 Uhr
	11	(H. Pioßek)	Damengymnastik	Zumba		19.00 bis
	//	Herren			//	19.00 Uhr
		Volleyball	11	11	//	18.30 bis
	//			11	//	18.30 Uhr
	//	11	(Fr. Hötzel)			18.15 bis
	//		Damen	//	//	18.15 Uhr
	(H. Hoppstock)	(Fr. Behnke)	Aerobic		(H.Hoppstock)	18.00 bis
	Jugend	Rückengymnastik		//	Jugend	18.00 Uhr
	Tischtennis	Wirbelsäulen- und			Tischtennis	17.30 bis
			(H.Wolf)			17.30 Uhr
			Tennis			17.00 bis
				//		17.00 Uhr
	bis 16.30 Uhr		bis 16.45 Uhr	//		16.15 bis
	//	(H.Wolf)		(H. Lengsfeld)		16.15 Uhr
	//	Tennis	11	Ju-Jutsu		16.00 bis
	//				//	16.00 Uhr
•			Jeschke (Graun)			15.45 bis
			11	(Fr. Roth)	//	15.45 Uhr
(H.Halmanseder)	(Fr. Glückmann-Kettler)		11	(Fr. Glückmann-Kettler)	11	15.30 bis
Tennis	6 bis 8 Jahre		//	3 bis 6 Jahre	(Fr. Hartmann)	15.30 Uhr
11 – 13 Uhr	Ballspiele + Fitess		Erlengrund	Kinderturnen	Seniorengymnastik	15.00 bis
Samstag	Freitag	Donnerstag	Mittwoch	Dienstag	Montag	Uhrzeit
Stand: 01.01.2015				Ringelheim	Turnhallenbelegungsplan der Grundschule Ringelheim	Turnhallenbelegung

In (Klammern) der jeweilige Ansprechpartner

Der Jugend- und Mehrzweckraum im Parkstadion ist wie folgt belegt: dienstags von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr = Qigong/Tai Chi (H. Härdter) donnerstags von 19.00 Uhr bis 20.30 Uhr = Yoga (Fr. Winck)

STV-Wanderung am 13.09.2015

Erstmals richtete die Tischtennis-Abteilung die jährliche Wanderung als STV-Wanderung aus, um interessierten Wanderfreunden aus den anderen STV-Abteilungen die Teilnahme zu ermöglichen.

Mit neun Teilnehmern starteten wir von Könneckenrode aus und gelangten über den breiten Kammweg über Vorberg und Westerberg nach Neu Wallmoden. Hier boten sich schöne Ausblicke ins Innerstetal. Auch das schmale Neiletal bei Neu Wallmoden gefiel der Wandergruppe. Weiter ging es über den Mädeberg auf einen kleinen interessanten Kammweg in Richtung Pagenberg. Zahlreiche alte Grenzsteine erinnern auf dem Kammweg an eine historische Grenze, die Inschriften KH und HB stehen für Königreich Hannover und Herzogtum Braunschweig. Unterhalb des Pagenbergs und am Naturdenkmal Dicke Eiche vorbei, führte uns die Wanderstrecke nach Lutter. Dort wurde am Festplatz die Mittagspause gehalten. Der Rückweg führte uns dann durch die Sandsteinbrüche zur ILE-Stempelstelle 10. Danach ging es über den Steinbruchweg und Klippenweg am Petersbrunnen vorbei zum Ausgangspunkt Könneckenrode zurück. Alle Teilnehmer hatten viel Spaß an der Wanderung.



gez. Thore Schallenberg

Veranstaltungen 2015/2016

17.10.15 5. Arbeitseinsatz von 9:00 bis 16:00 Uhr, STV Sportheim Parkstadion 22.01.16 Mitgliederversammlung, STV Sportheim Parkstadion

Redaktionsschluss für das nächste STV-ECHO: 29. Dezember 2015

Impressum: Herausgeber:

Anzeigen und Redaktion:

Druck: Auflage: STV Ringelheim e.V. Jacqueline Wiese Hainbergblick 28, 38259

Hainbergblick 28, 38259 Salzgitter Druckerei Schubert , Salzgitter

200 Stück

Bauen, kaufen, wohnen.

Ihr Partner für die Immobilie - von der Vermittlung über die Finanzierung bis zur Versicherung.

