

Jahresberichte 2022 aus dem Bereich Hallensport

Highlights, Attraktionen, Außergewöhnliches

Aroha:

Übungsleiterin: Chris Bradler

Donnerstag, 10.00-11.00

An diesem Angebot gefällt den Teilnehmer*innen die Vielfältigkeit und der Abwechslungsreichtum.

Die Choreographien wechseln wöchentlich mit neuen Elementen, die allen viel Spaß machen.

Hierbei steht die Musik im Vordergrund, Geräte werden seltener eingesetzt.

Badminton:

Übungsleiter: Marco Walter

Dienstag, Jugend: 18.00-19.30, Ältere: 19.30-21.00

Über zwei Tage hinweg fand nun endlich nach der Corona Pause, das mittlerweile im Landkreis sehr bekannte E-Ranglisten Turnier des VfL Stenum statt. Diese Veranstaltung ist immer ein großes Event und motivierend für Spielende und Angehörige.

Es wurde zum 4. Mal von Marco und vielen weiteren Helfer*innen in der Sporthalle Altengraben ausgerichtet.

Fast 150 Jugendliche, im Alter von 9-18 Jahren aus 18 Vereinen traten gegeneinander an.



Eltern-Kind-Turnen:

Übungsleiterin Sarina Willmer, unterstützt von Markus Neufang

Montag: 14.30-15.15 (8-18 Monate), 15.15-16.15 (3-4 J.), 16.15-17.15 (1,5-2J)

In diesen 3 Gruppen werden 70 Kinder zusammen mit ihren Eltern betreut.

Es gab die Möglichkeit ein kleines Turnabzeichen vom LandesSportbund Niedersachsen zu machen. Viele Kinder haben dieses Abzeichen mit Begeisterung bestanden.

Vor Beginn der Sommerferien war ein großes Abschlussfest geplant. Ein Outdoorprogramm mit dem Turntiger, Rollrutsche vom Spielmobil Spielfant in Oldenburg, Glitzer-Tattoos, Kinderschminke und toller Musik. Wetterbedingt wurde es spontan in die große Halle Altengraben verlegt. Aber dies tat der Stimmung keinen Abbruch. Es wurde auch gegrillt und die Eltern brachten viele Salate mit.

Fit im Alter:

Übungsleiterin: Chris Bradler

Freitag, 9.00-10.00, 10.30-11.30

Die Stunden sind so aufgebaut, dass alle Sinne, Gelenke und Muskeln der Senioren und Seniorinnen angesprochen werden. Kleine Geräte kommen im Wechsel zum Einsatz.

Im Sommer fand eine ausgiebige Fahrradtour zum Falkensteinsee mit gemütlicher Mittagspause statt. Auf dem Rückweg wurde dieser Tag durch den Besuch einer Eisdiele in Ganderkesee abgerundet.

Fitness Männer:

Übungsleiter. Markus Neufang

Mittwoch, 20.00-21.00

Die Wünsche der Teilnehmer werden hier immer berücksichtigt, dadurch ist eine flexible Gestaltung der Stunden möglich.

Ausdauer, Kraft und Geschicklichkeit werden mit aktuellsten Trendsportarten kombiniert.

Im Sommer fand zur Freude aller Teilnehmer eine Fahrradtour durch Schierbrok, Rethorn, Bookholzberg und Lemwerder statt.

Markus möchte gerne noch weitere Teilnehmer willkommen heißen.

Herzsport:

Übungsleiterin bis August: Miriam Segelhorst, danach Marina Münstermann
zusammen mit Doris Karch (ab Dezember 2022)

Donnerstag, 14.45-16.00, 18.45-19.45

Anlässlich unseres Jubiläums im Juli trafen sich beide Gruppen in der Halle in Altengraben zum Line Dance.

Unser betreuender Arzt Dr. Tafel studierte mit allen einen Tanz mit vielen unterschiedlichen Bewegungen und Schritten ein.

Die Kombination aus Koordination, Ausdauer, Merkfähigkeit und Rhythmus zu einladender Musik hat den weiblichen, aber auch den männlichen Teilnehmern, sowie den Gästen, sehr gut gefallen.



Zur Freude aller konnten die Weihnachtsfeiern wieder stattfinden.

Am Nachmittag traf sich eine Gruppe zum Kaffeeklatsch im Vereinsheim, die andere abends im „Airfield“ zum Schlemmen.

In der Nachmittagsgruppe genießen die Teilnehmer*innen die Fantasiereisen zu entspannter Musik zum Abschluss der Stunde.



Hip-Hop:

Tanzmäuse: (3-4Jahre)

Übungsleiterin: Kendra Padeken

One 2 Step: (5-6Jahre)

Übungsleiterinnen: Mara Kattner, Lina Dehmel

Zur Weihnachtsfeier durften alle ihre Lieblingskuscheltiere mitbringen, die einen Ehrenplatz bekamen. Die Kinder hatten strahlende Augen und waren überrascht, als sie die mit Sternen, Tüchern und Lichterkerzen geschmückte Halle betraten, die in gedämpftes Licht getaucht war. Es wurde viel gespielt, gesungen und getanzt.

Zum Abschluss bekamen die Tänzer*innen ein kleines, liebevoll verpacktes, Geschenk.

Little Dance Sensation: (7-8Jahre)

Übungsleiterinnen: Jana Griep-Raming, Leona Münster

Diese Gruppe besteht aus 30 Kindern, die alle sehr motiviert sind und zu einer Gemeinschaft zusammengewachsen sind.

Sie tanzten im gemütlichen Gymnastikraum nach Hip-Hop Liedern.

Dance Sensation: (7-8 Jahre)

Übungsleiterin: Milla Schulz

Hier war das Highlight die Jubiläumswoche.

Die Stammgruppe übte mit Besucher Kindern eine kleine Choreo ein.

Auch ein Vater tanzte mit, um seinem Sohn den Einstieg zu erleichtern.

Es war eine fröhliche entspannte Atmosphäre.

Release Anfänger: (10-12 Jahre)

Übungsleiterin: Doris Karch

Nach den Sommerferien wechselten die älteren Mädchen in die Fortgeschrittenen Gruppe.

Am Ende des Jahres überlegten sich die Mädchen zu einem Lied von Chris Brown eigene Tanzschritte, die in der neuen Choreo vertanzt werden sollen. Selbstverständlich fand auch hier die beliebte Weihnachtsfeier statt.

Release Fortgeschrittene (13-15 Jahre)

Übungsleiterin: Doris Karch

Die Jugendlichen nutzten die Corona Zeit, um eine eigene Choreo entstehen zu lassen.



Mit viel Aufwand und Engagement wurde geprobt für ihren Auftritt im Rahmen unseres Jubiläums auf dem Kunstrasenplatz. Dafür wurden sie von den Zuschauern mit großem Beifall belohnt.

Ebenfalls anlässlich unserer 75 Jahrfeier traten sie zusammen mit DNC vor Eltern, Verwandten und Bekannten auf. Es war ein tolles Event.

Gefeiert wurde vor den Weihnachtsferien im Steinhaus zusammen mit DNC, ehemalige Tänzer*innen waren auch dabei.

DNC: (ab 16 Jahre)

Übungsleiterin: Doris Karch

Leider konnten diese Tänzerinnen nicht auf dem Kunstrasenplatz auftreten, da eine Teilnehmerin erkrankt war. Dies war für alle sehr enttäuschend.

Im Januar 23 ist ein Besuch im Paradise geplant, sowie die Teilnahme an diversen Contesten. Es geht zum Glück wieder los!

Kinder- und Jugendturnen

Übungsleiterinnen: Finja Hrabowyj, Elly Tönnies, Stine Hrabowyj

Dienstag: 16.00-17.00, 17.00-18.00, Mittwoch: 17.00-18.00

Für unsere Übungsleiterinnen ist es ein „Jahr der schönen Erinnerungen!“

Es sind viele neue Kinder hinzugekommen, die mit Spaß und ohne Zwang in der Halle turnen, rennen, klettern....

Finja hat die Möglichkeit genutzt im Rahmen ihrer Ausbildung zur staatlich geprüften Sozialassistentin am Beruflichen Gymnasium Gesundheit und Soziales (BBSII) ihre praktische Prüfung mit weiteren Mitschülerinnen innerhalb einer Kindergruppe zu absolvieren. Es wurde eine Bewegungslandschaft zum Thema: „Dschungel“ aufgebaut. Kinder und Eltern waren davon begeistert. Alle haben die Prüfung bestanden. Glückwunsch!

Wir vom Vorstand sind sehr froh darüber den Schülerinnen diese Möglichkeit bieten zu können, und dass sie auch genutzt wird.

Ein weiteres Highlight war das Laternelaufen in der Halle über verschiedene Geräte, sowie das Turnen für Weihnachtsmänner.



Qigong

Übungsleiterin: Babara Krause

Mittwoch: 9.00-10.30

Innerhalb unserer offenen Sportwoche konnten hier zwei neue Mitglieder*innen gewonnen werden.

Barbara hat sporadisch in ihrer Stunde Fußgymnastik angeboten. Dies hat allen so gut gefallen, so dass dies jetzt regelmäßig einmal im Monat stattfindet.

Jedes Jahr zu den Herbstferien organisieren alle ein gemeinsames Frühstück.

Reha-Rücken

Übungsleiterin: Doris Karch

Dienstag: 8.30-9.30, 9.45-10.45, Donnerstag: 11.30-12.30

Übungsleiterin: Marina Münstermann

Dienstag: 18.30-19.30, 19.45-20.45

In den Gruppen am Vormittag ist nach Corona nun wieder „Normalität“ eingeleitet.

Die Weihnachtsfeier fand in einer Bäckerei in Hude statt, neben dem Verzehr eines leckeren Frühstücks wurde Klönschnack gehalten und viel gelacht.

Abends:

Diese Gruppen konnten den Corona-Einschränkungen auch eine positive Seite abgewinnen. Die sportlichen Aktivitäten finden im Sommer, wenn das Wetter es zulässt vermehrt draußen statt. Die Teilnehmer*innen genießen es mit der untergehenden Abendsonne Sport zu treiben, auch wenn die Ameisen stören. Vor Weihnachten fand in einer Gruppe eine spontane Feier statt, mit Glühwein und Keksen im Aufenthaltsraum.

Weitere gesellige Aktionen sind in die wärmere Jahreszeit verlegt worden.

Senioren-sport

Übungsleiterin: Heidi Broda, unterstützt von Frauke Broda

Dienstag: 14.30-15.30

Die Senioren turnen regelmäßig, immer wenn die Halle geöffnet ist. Auch hier ist die Freude groß, dass sich alle wieder ohne großes Ansteckungsrisiko treffen können.

Neben dem Turnen gibt es zwei feste Termine im Jahr, Sommergrillen und Weihnachtsfeier, die mit großem Engagement vorbereitet werden. Diese dürfen auf keinem Fall verpasst werden.



Sportabzeichen

Prüferin: Frauke Broda und Team

Mittwoch: 17.30-20.00, mai-September

Sehr zur Freude des gesamten Teams gab es neues Material und Absprungbalken.

Leider waren es 2022 nur 32 Kinder und 33 Erwachsene, die teilgenommen haben. Die Hoffnung liegt in der kommenden Saison, denn die Prüfungszeiten können auf Anfrage auch den jeweiligen Trainingszeiten zum Beispiel der Fußballmannschaften angepasst werden.

In den Delme Werkstätten konnte wieder das Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung abgenommen werden, 5 Prüfer unterstützten beim Sportivationstag (Sportabzeichentag für Förderschulen) in Sandkrug und 2 waren bei Sportabzeichenchallenge der Grundschulen im Landkreis Oldenburg dabei.

Sogar in 1 Krippen- und 3 Kindergartengruppen wurde von den Kleinen das Minisportabzeichen mit Bravour bestanden.

Drei engagierte Prüfer*innen beteiligten sich, wie bereits im letzten Jahr, mit dem Angebot: „Taktische Spiele mit dem Nerf“ auch an der Ferienpassaktion der Gemeinde.

Hier ist Zulauf so groß, dass 40 Jugendliche auf zwei Veranstaltungen verteilt wurden. Darunter befanden sich auch viele Wiederholer

Tischtennis

Trainer: Lars Munderloh, Dennis Stelljes, Daniel Fangmann

Montag: ab 19.30, Freitag: 18.00-22.00



Die 1. Herrenmannschaft hat einen Neuzugang, Nelson Janel, der 250 Punkte mehr als der beste Stenumer Spieler hat. Aus diesem Grund hat die Mannschaft jetzt den 2. Tabellenplatz und die Chance in die Bezirksliga aufzusteigen. Einzigartig in der Vereinsgeschichte.

Auch die Corona Einschränkungen haben sie alle gut überstanden.

Die Trainer haben es geschafft, durch eine neue Aufteilung, dass fast alle wieder am Punktspielbetrieb teilnehmen können.

Die Tischtennisabteilung feierte eine Weihnachtsfeier der ganz besonderen Art. Es wurde bei Schwarzlicht Tischtennis gespielt, bestückt mit Leuchtbändern, kam alles gut zur Geltung.

Die Blacklight-Anlage hatte Lars vom KreisSportbund aus Sandkrug ausgeliehen. Danach gab es Pizza, die von Eltern und Spielern gebacken wurde.

Auch die Herrenmannschaft hat noch an diesem Event teilgenommen.

Also eine gelungene Feier.



Volleyball-Hobbygruppe

Trainerin: Claudia Grahl

Freitag: 20.00-22.00

Endlich sollte es wieder losgehen mit Punktspielen in der Oldenburger Hobbyrunde. Alle warteten gespannt auf den Staffeltag. Wie viele Mannschaften wird es nach Corona noch geben? Diesmal hatten sie nur eine Mannschaft gemeldet. Es sind nur 3 Gruppen übriggeblieben.

Die Volleyballer*innen starteten in Gruppe B und liegen nach der Hinrunde im Mittelfeld.

Eine witzige Aktion war der Fototermin mit Marina für die Jubiläums Zeitung.



Jeder hatte sich ein Trikot besorgt und mit viel guter Laune entstanden schiefe, aber lustige Mannschaftsfotos.

Einige Mitglieder der Gruppe nutzten die offene Sportwoche,

um andere Gruppen kennenzulernen. Auch schauten einige Vereinsmitglieder bei ihrem Training vorbei.

Ein weiteres Highlight für alle ist, dass sie in Altengraben warm duschen können.

Wirbelsäulengymnastik

Übungsleiterin: Doris Karch

Donnerstag: 17.30-18.30

In dieser Gruppe sind alle erfreut, dass sie wieder die vereinseigenen Matten nutzen können und nach der Corona Zeit wieder mit Kleinmaterialien turnen können. Den Abschluss des Jahres bildete auch hier eine Weihnachtsfeier in einem Grill in Elmelo, an der auch einige Ehemaligen teilnahmen.

Den Abschluss des Jahres bildete auch hier eine Weihnachtsfeier in einem Grill in Elmelo, an der auch einige Ehemaligen teilnahmen.

Yoga

Lehrerin: Anette Klug

Montag: 9.00-10.30, 10.45-12.15

Als Anette ihre Teilnehmer*innen für den Jahresbericht fragte, was ihre schönsten Momente seien, erhielt sie folgende Antwort: „Dass wir überhaupt wieder Yoga praktizieren können, ohne nennenswerten Coronaauflagen.“

Jede Stunde hat viele schöne Momente, die jeder individuell genießt.

Die 1. Gruppe hat sich in den Herbstferien zu einem gemeinsamen Frühstück getroffen, während die zweite im Februar eine gemeinsame Kohlfahrt unternimmt.

Yoga für Kinder

Übungsleiterin: Sabine Schmöcker-Totzke

Donnerstag: 14.30-15.30 (5-7 Jahre), 15.45-16.45 (7-12Jahre)

Diese Gruppe hat einen großen Zulauf erfahren. Aus einer Gruppe mit wenigen Kindern sind zwei geworden mit jeweils 10 und 6 Kindern.

Unter den Eltern hat es sich herumgesprochen, dass die Kinder dort viele neue Erfahrungen machen dürfen und viel Freude haben.

Während der Sportwoche konnte Sabine zwei neue Kinder zur weiteren Teilnahme motivieren.

Impressionen von der offenen Sportwoche 4.7. – 8.7.2022 Sporthalle Altengraben

Gesunde Füße, da steh ich drauf!
Vortrag von Barbara Krause



Line Dance mit Dr.
Tafel



Auszeichnung Pluspunkt Gesundheit, Übergabe Gymwelt- Plakette durch Holger Kreye



Fahrradtour durch und Gerold Sprung

die Gemeinde mit Rosi Kohlstedt



Dankeschön für die tolle Fahrt!



Ich möchte mich hiermit bei allen Beteiligten der offenen Sportwoche bedanken.

Für die guten Ideen und den teilweise körperlichen Einsatz einzelner Gruppen. Es wurden zum Beispiel Tischtennisplatten in die Halle Altengraben transportiert, Choreographien einstudiert und Kuchen gebacken.

Bei Lars Munderloh für die Herstellung der Übersichten und Plakate, bei Marco Walter für den Flyer.

Es war eine hervorragende Aktion im Rahmen unseres Jubiläums.

Marina Münstermann