



MTV Treubund Lüneburg von 1848 e.V.

Sport im MTV Treubund NEWSLETTER

Nr. 3/ 2017

Neuer Internetauftritt des MTV Treubund

In diesem Heft

- 1 Neuer Internetauftritt des MTV Treubund
- 1,3 An die Geräte- fertig- los!
- 1 Das sind wir:
- 2 Neuigkeiten in Kürze
- 2 Anke Abraham – eine Würdigung
- 2 Impressum
- 3 Europameisterschaften Rope Skipping
- 3 Neuigkeiten in Kürze
- 4 Anstehende Ereignisse
- 4 Sanierung der Tribüne
- 4 Zu guter Letzt



Moderner, übersichtlicher, informativer. So stellt sich die Relaunch der Internetseite des Vereins dar. Über die Schwerpunkte Organisation, Unsere Angebote, Standorte und News erreichen Sie alle Informationen, die Sie benötigen.

Das sind wir:

- Täglich über 100 Stunden Sport
- Trendsetter in der Region
- Eigene Sportstätten
- Bewegungsbad
- Studio
- KiSS „MoTiVo“
- Sportmarketing GmbH
- MTV Treubund Sportstiftung
- Ca. 220 Trainer und Übungsleiter
- Ca. 400 Helfer
- Berufsausbilder

Wir bewegen ca. 8.000 Bürgerinnen und Bürger und leisten ca. 70.000 Arbeitsstunden pro Jahr.

An die Geräte – fertig – los! Neues aus dem Studio im Sportpark



Das Studio bekommt ab August Verstärkung. Warum? Wir wollen euch noch stärker machen! Wie wir das hinbekommen? Mit eurem Trainingsfleiß, unserem Know-how und einem völlig neuen Geräte-zirkel. Wir sind begeistert und hoffen, dass ihr es auch sein werdet.

Lasst euch überraschen! Wir freuen uns schon darauf.

Das Studio-Team

Mehr auf Seite 3!

Neuigkeiten in Kürze

Pächterwechsel

Zum 01.08. hat im Restaurant im Sportpark Uelzener Straße ein Wechsel stattgefunden. „Die Feinschmeckerei“ ist neuer Pächter und hat dem Restaurant den Namen „**Vitalissimo**“ gegeben. Wir freuen uns auf den neuen Pächter und bedanken uns bei Frau Zimmermann, die das Restaurant in den letzten Jahren gut geführt hat.

MoTiVo die Kindersportschule

Nach den Sommerferien startet die Kindersportschule in ein neues Schuljahr und dies mit gleich drei neuen Angeboten: **Kinderyoga, MoTiVo-Tennis und Inline Skating**. Alle drei Angebote sind Kurse, die einmal in der Woche stattfinden. Teilnehmern können Kinder ab 5 Jahren, egal ob schon MTV Mitglied, MoTiVo Mitglied oder noch nicht. Alle sind herzlich willkommen. Weitere Infos und **Anmeldung unter Tel. 7797-45**

Hurra, die Rhönis sind da!

Unser Rhönradschwachs freute sich über die Anschaffung eines Satzes Rhönis. Den Kauf der drei kleinen und leichten Rhönräder für das Nachwuchstraining ermöglichen mehrere Spender, bei denen wir uns ganz herzlich bedanken möchten: die Bastelfrauen, die Sparkassenstiftung, die Lüneburger Sportstiftung und der Turnkreis Lüneburg. Das diese auch bei Wettkämpfen eingesetzt werden, kann man sich am 16./17.2017 beim Norddeutschen Pokal- und Vergleichswettkampf im Sportpark Kreideberg anschauen.

Impressum:

Herausgeber:

MTV Treubund Lüneburg von 1848 e.V.,

Uelzener Straße 90, 21335 Lüneburg

VisdP: Karl-Ernst Horn

Eigendruck

Anke Abraham – eine Würdigung



Für alle, die sie aus der erfolgreichen Zeit der Rhythmischen Sportgymnastik im MTV kannten, war es ein Schock: Prof. Dr. Anke Abraham verstarb am 28.04.2017 nach schwerer Krankheit im Alter von nur 56 Jahren.

Anke Abraham war Prodekanin des Fachbereiches Erziehungswissenschaften, wirkte am Institut für Sportwissenschaft und Motologie sowie als akademische Leiterin des Weiterbildungsmasters „Kulturelle Bildung an Schulen“ der Philipps-Universität Marburg.

Und sie war in den 70er/80er Jahren eine der erfolgreichsten Sportlerinnen des MTV Treubund.

Mitglied im Verein von 1972-1981; mehrfache Landes- und Deutsche Meisterin im Einzel und in der Gruppe im Jugend- und im Erwachsenenbereich, von 1978-1981 Mitglied in der Nationalmannschaft des DTB, Teilnehmerin an Welt- und Europameisterschaften 1979-1981.

Ihre Kürübungen zeigten einen ganz persönlichen Stil und zeichneten sich durch einen sehr harmonischen und starken tänzerischen Ausdruck aus und waren dabei doch geprägt von großen gymnastischen Höchstschwierigkeiten.

Ihre beachtliche berufliche Laufbahn: 1978 Abitur an der WRS Lüneburg, 1979-1984 Studium in Köln (Sport, Germanistik, Soziologie, Pädagogik), Promotion „Summa cum laude“ an der Uni Oldenburg, sie habilitierte sich 2001 und 2004 an den Unis Dortmund (Soziologie) bzw. Erfurt (Sportwissenschaft) und erhielt 2004 in Marburg eine Professur für „Psychologie der Bewegung“. 1985 Auszeichnung durch das Internationale Komitee für Sportsoziologie für ihre Diplomarbeit zum Thema „Identitätsprobleme in der Rhythmischen Sportgymnastik“, Lehrtätigkeiten an den Universitäten Graz, Marburg, Münster, DHS Köln und PH Weingarten. Sie war Mitglied in der renommierten Tanzgruppe „Maja Lex“ in Köln und promovierte zum Thema „Frau und Tanz- die Bedeutung der Kunst für den Subjektbildungsprozess von Frauen in unserer Gesellschaft“.

Und unvergessen ist ihr Festvortrag am 12. Mai 1990 im Fürstensaal des Lüneburger Rathauses zum 100jährigen Jubiläum des Frauensports im MTV Treubund mit dem Thema „Balanceakt zwischen den Holmen – Bemerkungen zu einem Jahrhundert Frauensport in einem Männer-Turnverein“.

Anke Abrahams Lebensweg war geprägt von den persönlichen Erfahrungen im Leistungssport, deren geistiger Verarbeitung und Vermittlung an junge Menschen.

Europameisterschaften Rope Skipping

Für die Teilnahme an den diesjährigen Europameisterschaften in Braga (Portugal) hatten sich 2 Teams sowie Janine Liss als Einzelspringerin qualifiziert. Mit dabei ihr Trainer Uwe Nielsen und Pauline von Veltheim als internationale Kampfrichterin.

Die Teams: Henriette von Veltheim, Antonia Böge, Clara Ziemann, Sudemir Tamer in der AK 3 sowie Jill Basting-Neumann, Janine Liss, Ronia Jürgens, Lilli Tautorat und Karina Matties bei dem Jugend-Titelkämpfen.

An die Geräte – fertig – los! Fortsetzung von Seite 1

Worum geht es? Bei dem Zirkel handelt es sich um fünf verschiedene Geräte (Kombigeräte), an denen ihr eure wichtigsten Muskelgruppen trainiert. Klar, macht ihr jetzt auch schon, aber der Zirkel bietet ein paar entscheidende Vorteile, die ihr mal ausprobieren solltet. Und zwar: Jedes Gerät verfügt über einen kleinen Bildschirm mit Chipkartenleser. Darin steckt deine individuell erstellte Chipkarte, auf der deine für ein effektives Training wichtigen Daten gespeichert sind. Also: Gewicht, Anzahl der Wiederholungen, Position und Einstellung des Gerätes, usw. – all das wird auf dem Bildschirm angezeigt. So ist eine einfache Bedienung und Einstellung der Geräte möglich. Aber das ist nicht alles. Mittels einer vorgegebenen Kurve, der man während der Übungsausführung folgt, wird dein Training kontrolliert geführt. Der Vorteil für dich: du weißt immer, ob du den richtigen Reiz gesetzt und damit einen optimalen Trainingseffekt erzielt hast.

Vor Einstieg in den Gerätezirkel gibt es eine individuelle Kraftmessung. Hierbei wird an unterschiedlichen Geräten des Parcours ein isometrischer Krafttest gemacht, von dessen Werten aus dann das Training optimal gestaltet wird. Es geht dabei z.B. auch um die Beurteilung der Muskelverhältnisse (muskuläre Dysbalancen). Bisher war so ein Test nicht möglich. Nun können wir besser feststellen, wo deine Stärken oder möglicherweise auch deine Schwachstellen liegen. Für uns Trainer bedeutet es: wir können dich besser als bisher betreuen und du kannst bereits während des Trainings deine Fortschritte erkennen.

Nach jedem Training gibst du am Bildschirm kurz eine individuelle Bewertung ab. Daraus ergibt sich dann die Einstellung für dein nächstes Training. Am Ende loggst du dich am Kundenbildschirm einfach mit deinem Chip aus.

Auch wenn du als Bestandsmitglied wählen kannst, ob du den Zirkel nutzen möchtest, lohnen wird sich eine neue Ausgangsbewertung via Kraftmessung auf jeden Fall. Für alle die, die noch skeptisch sind, Beinpresse und Bauch-Rückentrainer haben wir doppelt angeschafft und diese Geräte stehen auch auf der großen Gerätefläche zur Verfügung- hier aber ohne Computer-feedback.

Das Studio-Team



**Indoor Cycling am Ruderergometer
Eine neue Form des sportlichen Wettkampfes?**

Henning Schnell vom RC Wiking, unserem Kooperationspartner, trainiert fast täglich in unserem Studio an dem neuen Gerät Concept 2 und nimmt am Concept Cup 2017 teil. Das ist ein computergesteuertes weltweites Fernduell mit allen anderen Sportlern, die an diesem Gerät trainieren. Deutet sich hier eine neue Form des Sporttreibens und des sportlichen Vergleichs an?

So funktioniert es: Man loggt sich über die Gerätenummer ein, wird so registriert und Zeit & Strecke werden festgehalten.

Im Ranking ist Henning ziemlich weit vorne. Auf den Strecken 100m, 500m, 1.000m, 2.000m, 5.000m, 6.000m und 10.000m ist er derzeit bester Deutscher. Ende Juni konnte er auf der Halbmarathonstrecke auch bester Deutscher werden. Ziel für Ende 2017/Anfang 2018 ist der Cup-Marathon, also die volle Distanz von 42,195 km. Dafür wird man um die 3 Stunden brauchen. Deshalb wird Henning Schnell auch den Sommer hindurch hart trainieren. Wir drücken ihm die Daumen und werden diese neue Form des Leistungssporttreibens aufmerksam beobachten.

Neuigkeiten in Kürze

Basare der Bastelfrauen

Die Erlöse unterstützen seit vielen Jahren die Jugendarbeit des Vereins. Der Herbstbasar findet am 14.10. im Sportpark Uelzener Straße statt, der Weihnachtsbasar bei der Sportgala am 25.11.2017.

Es gibt Pflanzen, diverse Marmeladen, Säfte sowie bereits Vorweihnachtliches.

45 Jahre MTV Treubund

Am 26. Juni 1972 fand die erste gemeinsame Mitgliederversammlung der beiden bisherigen Vereine MTV und Treubund statt, man nahm die neue Satzung an, beschloss den neuen Namen MTV Treubund und wählte den ersten gemeinsamen Vorstand.

Jugendfußball

Gothia Cup 2017, das größte Jugendturnier der Welt, in diesem Jahr mit 1.762 Mannschaften aus 82 (!) Nationen mit ca. 40.000 Teilnehmern und 4.367 Spielen auf 105 Plätzen. Unglaublich, aber wahr. Denn der MTV Treubund war mit einem U18-Team dabei und gelangte in seiner Altersklasse unter die besten 32 von 130 Mannschaften.

Die Teilnahme des Vereins an diesem Turnier hat Tradition, in diesem Jahre zum 26. Male.

Etliche noch aktive Altherren-Spieler erinnern sich gerne an ihre frühere Teilnahme als Jugendspieler.

Sommerprogramm der Frauen

Ob Tanzen, Fahrradtour, Stadtführung, Besichtigung der Leuphana oder Singen und Vorlesen, alle Angebote waren sehr gut nachgefragt, z.T. sogar überbucht.

Anstehende Ereignisse

31.07. – 02.08.2017	Tennis-Feriencamp
02.08.2017	Präsidiumssitzung
25.08.2017	Bezirksmeisterschaften Leichtathletik 10.000 m (MTV-Platz)
07.09. – 10.09.2017	4. Lüneburger Stadtmeisterschaften Tennis
09.09. - 10.09.2017	NRIV Kürpokal im Rollkurlaufen (Sportpark Kreideberg)
10.09.2017	EON Tiergarten-Volkslauf
23.09.2017	Hallenflohmarkt im Sportpark Kreideberg
09.10. – 13.10.2017	Ferienstimmung Herbstferien
14.10.2017	Herbstbasar der Bastelfrauen im Sportpark Uelzener Straße
21.10.2017	Hallenflohmarkt im Sportpark Kreideberg
04.11.2017	Laternenumzug
19.11.2017	Frauenfrühstück
25.11.2017	Sport-Gala mit Weihnachtsbasar im Sportpark Kreideberg
01.12.2017	Verleihung der Sportabzeichen
08.12.2017	Adventskaffee der Senioren
17.12.2017	Schlipssparade

Sanierung des Tribünendaches



Die Sanierung des Daches der fast 100 Jahre alten Tribüne war dringend erforderlich und durfte nur von Fachfirmen durchgeführt werden.

Zu guter Letzt

S(enieren)-Klasse

Sport soll man möglichst ein Leben lang betreiben, altersgerecht geeignet und dosiert. Um das möglichst sinnvoll zu strukturieren, hat man Altersklassen geschaffen und benutzt dafür sofort verständliche Abkürzungen. Sie reichen von U 7 (jünger als 7 Jahre) über U 21 (jünger als 21 Jahre), 50+ (älter als 50 Jahre) bis spöttischerweise Uhu (unter 100 Jahre). Kurios, aber sportartspezifisch verständlich ist, dass man unter bestimmten Voraussetzungen z.B. in der Altersklasse U 21 auch starten darf, wenn man bereits älter geworden ist.

Besonders heikel wird es für sportwillige Menschen im fortgeschrittenen Erwachsenenalter. Welches Altersangebot ist für mich richtig? Darf ich zur „Hockergymnastik für 60+“, obwohl ich erst 52 Jahre alt bin? Und manchmal hindert auch die persönliche Eitelkeit zuzugeben, dass man als 65-Jähriger befürchtet, in der 50+ Gruppe nicht mehr mithalten zu können. Trotzdem: Die Hinweise mit Altersangaben sind nützliche Orientierungshilfen. Aber: Wer lässt sich schon gerne kategorisieren bzw. in eine bestimmte Schublade zwingen? Es ist ein ewiges Dilemma für alle, die Angebote eines Sportprogramms hinreichend beschreiben müssen.

Im Studio des Sportparks Kreideberg fiel jetzt – eher zufällig – die Bezeichnung „**S-Klasse**“. Das gefällt mir, das klingt freundlich, das ist ein offener Sammelbegriff für Angebote an Menschen im fortgeschrittenen Alter, das ist ein Arbeitsbegriff, der sich auf unterschiedliche Weise interpretieren lässt. Prüfen Sie sich selbst: Gehören Sie lieber zur „S-Klasse“ oder zu „50+“?

Also „Angebote für die S-Klasse“ statt „Sport für Senioren“ oder „Sport für Ältere“! „Hockergymnastik für die S-Klasse“ klingt viel besser und entspricht vor allem unserem Selbstwertgefühl.

Karl-Ernst Horn, Ehrenpräsident