

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand 18.08.2025

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Montag	09:00	10:00	Gesundheitssport	Walking / Stick - Walking		Treffpunkt: Braukmanns Kerkstiege	Frauke Seiffert, Tel.: 05143-1211	
Montag	14:30	15:30	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+		Nicole Dressler	1
Montag	15:30	16:30	Gesundheitssport	Stick - Walking während der MEWZ		Treffpunkt: Braukmanns Kerkstiege / Winterhalbjahr	Britta Schäfer, Tel.: 05143-6406	
Montag	15:30	16:30	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+	Fit in die Woche!	Nicole Dressler	1
Montag	20:00	21:00	Gesundheitssport	Reha - Wirbelsäulengymnastik	+	ab September	Uta Grube	5
Dienstag	09:15	10:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung	+	Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Dienstag	10:15	11:15	Gesundheitssport	Wassergymnastik im Wasser für Vereinsmitglieder		Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Dienstag	15:00	16:00	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+	Bewegung tut gut!	Heike Schulz	1
Mittwoch	09:00	10:00	Gesundheitssport	Walking / Stick-Walking		Treffpunkt: Hasseler Straße	Frauke Seiffert, Tel.: 1211	
Mittwoch	16:00	16:45	Gesundheitssport	Funktionstraining mit ärztl. Verordnung	+	Anmeldung erforderlich	Marianna Malimonka	5
Mittwoch	17:30	18:30	Gesundheitssport	"Schwing dich fit" mit und ohne Trampolin, mit und ohne ärztlicher VO		Anmeldung erforderlich	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	10
Mittwoch	18:00	19:00	Gesundheitssport	Reha-Sport für Lungenerkrankte mit ärztl. Verordnung	+	Anmeldung in der Geschäftsstelle Tel.:05143-8752 oder per Mail an rehasport@mtv-fichte.de	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	5
Mittwoch	19:00	20:00	Gesundheitssport	Reha-Sport Orthopädie mit und ohne ärztl. Verordnung	+	Anmeldung in der Geschäftsstelle Tel.:05143-8752 oder per Mail an rehasport@mtv-fichte.de	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	5
Mittwoch	20:20	21:20	Gesundheitssport	Qi- Gong		Anmeldung in der Geschäftsstelle Tel.:05143-8752 oder per Mail an rehasport@mtv-fichte.de	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	1
Donnerstag	12:15	13:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung	+	Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Donnerstag	19:00	20:30	Gesundheitssport	Herzsport mit ärztlicher Verordnung	+	Infos bei Winser Ärzten	Britta Schäfer, Tel.: 6406	8
Freitag	8:45	9:45	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+	Anmeldung erforderlich	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	1
Freitag	9:45	10:45	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+	Anmeldung erforderlich	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	1
Freitag	10:45	11:45	Gesundheitssport	Reha-Sport Neurologie Bewegungsgruppe mit ärztl. Verordnung	+	Parkinson, MS, Anmeldung erforderlich	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	1
Freitag	12:15	13:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung	+	Anmeldung erforderlich, Warteliste	Tobias Woelki, Tel.: 0171-2702688 oder 05143-8752 rehasport@mtv-fichte.de	3
Freitag	15:00	15:45	Gesundheitssport	Rehasport für Kinder mit ärztlicher Verordnung		Anmeldung erforderlich	Mariana Malimonka, rehakinder@mtv-fichte.de	5
Freitag	15:15	16:00	Gesundheitssport	Entstauungsgymnastik im Wasser mit ärztlicher Verordnung		Anmeldung erforderlich	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	2
Freitag	16:15	17:15	Gesundheitssport	Sanftes Hatha- Yoga für Anfänger		ab 05.09.2025, Krankenkassenförderung möglich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Freitag	16:15	17:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung		Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Freitag	17:15	18:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung	+	Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Freitag	17:30	18:30	Gesundheitssport	Yoga		ab 05.09.2025	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand 18.08.2025

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Freitag	18:40	19:40	Gesundheitssport	Yoga		ab 05.09.2025	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Samstag	09:45	10:45	Gesundheitssport	Yoga		ab 06.09.2025, Anmeldung erforderlich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
	11:00	12:00	Gesundheitssport	Yoga Präventionskurs 10x		ab 06.09.2025, Anmeldung erforderlich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1

Übungsstätten:

- 1 - Übungsraum und Fichte- Heim, Celler Str. 21a
- 2 - Wilfried-Hemme-Halle, Friedhofsweg
- 3 - Schwimmbad Winsen
- 4 - Sporthalle Allertal, Im Allertal 1
- 5 - Turnhalle Oberschule Winsen, Meißendorfer Kirchweg 7
- 6 - Sportplatz Meißendorfer Kirchweg 9
- 7 - Kindertagesstätte & Familienzentrum Kleines Neues Land, Mühlenchaussee 1
- 8 - Sporthalle Wietze, Wieckenberger Str. 61, 29323 Wietze
- 9 - Sporthalle Ovelgönne, Versonstr.4 , Ovelgönne
- 10 - Bewegungskita Wirbelwind, An der Riete 6, Winsen (Aller)

Legend, MESZ - mitteleropäische Sommerzeit / MEWZ - mitteleuropäische Winterzeit

+* = mit Pluspunkt Gesundheit. DTB ausgezeichnet

+** = mit dem Sport Pro Gesundheit, DOSB ausgezeichnet

**Wichtig! Bitte beachten Sie, dass es kurzfristig zu Änderungen in den Übungsangeboten kommen kann.
 Schauen Sie deshalb immer auf unserer Internetseite www.mtv-fichte.de nach.**