

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Montag	09:00	10:00	Gesundheitssport	Walking / Stick - Walking		Treffpunkt: Braukmanns Kerkstieg	Frauke Seiffert, Tel.: 05143-1211	
Montag	11:00	12:30	Gesundheitssport	Walk & Talk "Gesund und fit"			Ralph Wißgott, 0171-1438383	1
Montag	14:15	15:15	Gesundheitssport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+		Nicole Dressler	1
Montag	15:30	16:30	Gesundheitssport	Stick - Walking während der MEWZ		Treffpunkt: Braukmanns Kerkstieg / 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	16:00	17:00	Turnen	Eltern - Kind - Turnen		ab ca. 9 Monate, Anmeldung erforderlich	Nico Bach, 01578-7004446, Jessica Schieler	4
Montag	17:00	18:00	Turnen	Kleinkinderturnen (Kinder 4-6 Jahre)			Jacqueline Richter, 0176-78754758	4
Montag	17:30	19:00	Handball	E-Jugend gemischt (Kinder 8- 10 Jahre)			Lia Bärwald, Tom Weber, Daniel Walter: 01515-3901837	9
Montag	18:00	19:00	Fitness	WORLD JUMPING		WJ "Gold", Anmeldung GS, Tel. 8752	Marion Moravec	1
Montag	19:15	20:15	Fitness	WORLD JUMPING, Beginner/Anfänger/Starter		WJ "Gold", Anmeldung GS, Tel. 8752	Marion Moravec	1
Montag	18:00	19:30	Turnen	Airtrack- zum (sich) ausprobieren- Jugend		10 bis 14 Jahre, Warteliste!	Karsten Budde, buddeturnen@mtv-fichte.de	4
Montag	18:00	20:00	Turnen	Trampolinturnen (Kinder ab 6 Jahre)		Ab 6 Jahre	Ralmo Bode, Tel.: 0152-52491893, Riina Bode	4
Montag	19:30	20:15	Fitness	Step - Aerobic			Susanne Brüggemann, Tel.: 0172-4415031	2
Montag	19:30	21:00	Turnen	Geräturn-Goldies			Karsten Budde, buddeturnen@mtv-fichte.de	4
Montag	20:00	21:00	Gesundheitssport	Reha - Wirbelsäulengymnastik mit und ohne ärztliche Verordnung	+		Sven Bruns	5
Montag	20:00	22:00	Turnen	Männersport, Bein- hoch Gruppe			Jörg Nieper, Tel.: 05143-2184	4
Montag	20:00	22:00	Badminton	Badminton – Erwachsene			Gerd Schäfer, Tel.: 05143-3272	2
Montag	20:15	21:00	Fitness	Bauch-Beine-Po			Susanne Brüggemann, Tel.: 0172-4415031	2
Dienstag	09:00	10:00	Turnen	...da geht noch was... Alltagsfitness		Anmeldung unter GS Tel. 8752	Ute Harms, 0173-3100931	1
Dienstag	08:15	09:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik / Rehasport im Wasser mit ärztlicher Verordnung	+	Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Dienstag	09:15	10:00	Gesundheitssport	Wassergymnastik im Wasser für Vereinsmitglieder		Warteliste	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Dienstag	10:15	11:15	Turnen	Seniorenstzgyrnastik			Ute Harms, 0173-3100931	1
Dienstag	15:00	16:00	Rehasport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung	+	Bewegung tut gut!	Heike Querengässer, Tel.: 01578-5051266	1
Dienstag	15:40	16:40	Jazz Dance	LolliHopps (Kinder 4-6 Jahre)		Start Februar 2026, Anmeldung erforderlich, Kurs 10 x 1 Std.	Sina Roth, Tel.: 0175-1507504	2
Dienstag	16:00	17:00	Rehasport	Rehasport mit oder ohne ärztliche Verordnung			Heike Querengässer, Tel.: 01578-5051266	1

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Dienstag	16:00	17:00	Jazz Dance	Jazz Dance (Kinder ab 6- 10 Jahre)		Beginn 10.02.2026, Anmeldung erforderlich, Kurs 12 x 1 Std.	Leonie Randolph	4
Dienstag	16:00	17:00	Handball	Handball Super Minis gemischt Oldau (Kinder 2018/2019)			Ilka Gärtner	9
Dienstag	16:00	17:30	Handball	Handball Minis gemischt Oldau (Kinder 2016/2017)			Ilka Gärtner	9
Dienstag	16:00	17:30	Klettern	Klettern (Kinder ab 6 Jahren)		Kinder im Alter von 6-7 Jahren	Jörg Liebert, 0152-33701744, ab 17 Uhr, klettern@mtv-fichte.de, Mathias Drathring, 0174-1712166	4
Dienstag	16:30	17:30	Jazz Dance	Ballett-Kindertanztheater ab 5 Jahre		Anmeldung erforderlich unter GS Tel. 8752	Tatjana Oldenburger, 01523-4393635	5
Dienstag	16:30	18:00	Badminton	Jugend/Kinder ab 8 Jahre			Wolfgang Diederichs (01577-3443431), Ludwig Lippmann (01525-7868962)	2
Dienstag	17:00	17:45	Fitness	Workout Pilates		Anmeldung unter GS Tel. 8752	Mariana Malimonka	1
Dienstag	17:30	18:30	Jazz Dance	Ballett-Kindertanztheater ab 10 Jahre		Anmeldung erforderlich unter GS Tel. 8752	Tatjana Oldenburger, 01523-4393635	5
Dienstag	17:30	19:00	Klettern	Klettern (Kinder ab 8 Jahren)		Kinder im Alter ab 8 Jahre	Jörg Liebert, klettern@mtv-fichte.de	4
Dienstag	17:30	18:30	Turnen	Jungenturnen (Kinder ab 6 - 10 Jahren)			Timo Grosser, Tel.: 0175-6605046, Joscha Kunze	4
Dienstag	17:30	19:30	Turnen	Geräturnen - Leistungsgruppe 1 (Kür)- Jugend			Maite-Nathalie Brückner	4
Dienstag	17:30	19:30	Turnen	Geräturnen - Leistungsgruppe 2 (G- Stufen)-Jugend			Merle Brückner Tel.: 0151-20605592	4
Dienstag	18:00	18:45	Fitness	Zirkeltraining/ Ganzkörpertraining		Anmeldung unter GS Tel. 8752	Mariana Malimonka	1
Dienstag	18:00	19:00	Fitness	Hot Iron		Anmeldung erforderlich, Kurs umfasst 10 Termine	Daniel Muck, Tel.: 0172-2105291, Geschäftsstelle: 05143-8752, mitgliederbetreuung@mtv-fichte.de	2
Dienstag	18:00	20:00	Badminton	Badminton - Erwachsene			Nils Beckmann, Tel.: 0176- 44557766	2
Dienstag	18:30	19:30	Turnen	Geräturnen Jungen (ab 10 Jahren)			Timo Grosser, Tel.: 0175-6605046	4
Dienstag	18:30	19:30	Turnen	Geräturnen - Einsteigerinnen ab 10 Jahre		bestehende Warteliste, Erstkontakt über Merle Brückner	Merle Brückner Tel.: 0151-20605592	4
Dienstag	19:00	20:00	Fitness	Pilates		Anmeldung unter GS Tel. 8752	Flora Sinzig	1
Dienstag	20:00	21:00	Fitness	Pilates		Anmeldung unter GS Tel. 8752	Flora Sinzig	1
Dienstag	19:15	21:30	Handball	Damen Oldau			Heiko Schoppmann	9
Mittwoch	09:00	10:00	Gesundheitssport	Walking / Stick-Walking		Treffpunkt: Hasseler Straße	Frauke Seiffert, Tel.: 1211	
Mittwoch	10:00	12:00	Turnen	3000 Schritte für die Gesundheit		Start Celler Str. 21a, Achtung! Unterschiedliche Startpunkte	Rosmarie Marten, Tel.: 05143-1822, 0172-4518129	
Mittwoch	15:30	16:30	Handball	Minis Wietze			Ulla Lehmann	8
Mittwoch	16:00	16:45	Gesundheitssport	Funktionstraining mit ärztl. Verordnung	+	Anmeldung erforderlich	Marianna Malimonka	5
Mittwoch	16:30	18:00	Handball	E-Jugend gemischt (Kinder 8-10 Jahre)			Daniel Walter, 01515-3901837	8

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Mittwoch	16:45	17:45	Gesundheitssport	"Schwing dich fit" mit und ohne Trampolin, mit und ohne ärztlicher VO		Anmeldung erforderlich	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	1
Mittwoch	17:00	17:45	Fitness	Workout Pilates		Anmeldung erforderlich in der GS unter 05143-8752	Marianna Malimoncka	5
Mittwoch	18:00	19:00	Fitness	Bootcamp Fitness - Power		Anmeldung erforderlich über GS unter 05143-8752	Ralph Wißgott	2
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	18:00	19:00	Fitness	Pilates		Warteliste	Gabi Wolters, Susanne Tietz	1
Mittwoch	18:00	19:30	Tischtennis	Nachwuchs (Kinder ab 5/6 Jahren)			Detlef Prinz, Tel.: 0173-2460660, tischtennis@mtv-fichte.de	2
Mittwoch	18:00	19:30	Handball	männliche D/C-Jugend (Jahrgang 2010-2014)			Leon Hermann, Mathis Sarpe: 01515-6306367, Malte Menger, Tel.01575-0256800	8
Mittwoch	18:00	20:00	Handball	Damen Oldau			Tanja Engel	9
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	19:00	20:00	Jazz Dance	Zumba			Susanne Brüggemann, Tel.: 0172-4415031	2
Mittwoch	19:15	20:15	Fitness	Pilates		Warteliste	Gabi Wolters, Tel.: 3287	1
Mittwoch	19:30	21:30	Handball	Herren/Winsen-Wietze			Christian Blum, 0173-7593446	8
Mittwoch	19:30	22:00	Tischtennis	Tischtennis – Erwachsene			Detlef Prinz, Tel.: 0173-2460660, tischtennis@mtv-fichte.de	2
Mittwoch	20:00	21:00	Fitness	Crosstraining		Anmeldung erforderlich, GS Tel.:8752	Tobias Breitenfellner	2
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	15:00	16:00	Turnen	Sitzgymnastik Senioren, (ab 75+)		Anmeldung erforderlich	Uta Grube	7
Donnerstag	16:00	18:00	Leichtathletik	Kinderleichtathletik (Grundschul Kinder)			Claudia Wulff, Tel.: 0177-8556309	4
Donnerstag	16:00	17:00	Turnen	Bewegungsspiele für Grundschul Kinder			Lorena Theye	4
Donnerstag	17:00	19:00	Turnen	Gerätturnen - Leistungsgruppe 2 (G- Stufen)			Hedda Lecht,Sylke Lindner, Merle Brückner	4
Donnerstag	17:30	18:30	Fitness	WORLD JUMPING		Anmeldung erforderlich, GS Tel.:8752	Cindy Drathring	1
Donnerstag	18:00	19:00	Turnen	Gerätturnen - Einsteiger (Kinder ab 6 Jahre)		bestehende Warteliste, Erstkontakt über Merle Brückner	Merle Brückner, Tel.: 0151-20605592	4
Donnerstag	18:00	19:00	Turnen	Gerätturnen - Leistungsgruppe 1 (Kür)- Jugend			Maite -Nathalie Brückner	4
Donnerstag	18:00	19:00	Turnen	Gerätturnen - Bewegung & Grundlagen für Grundschul Kinder		bestehende Warteliste, Erstkontakt über Merle Brückner Tel.: 0151-20605592	Kirsten Gerlach-Cohrs, 0176-63173023, Stefanie Brückner	4
Donnerstag	18:00	19:00	Fitness	Lauftreff "Laufen ohne Schnaufen"		Beginn Frühjahr 2026	Marlene Dressler, 0173-8439909	

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Donnerstag	18:00	23:00	Turnen	Skat		alle vier Wochen Celler Str. 21a	Wolfgang Gerschau, Tel.: 05143-668666	1
Donnerstag	18:30	19:15	Schwimmen	Kurs: Frühschwimmer "Seepferdchen" - Kinder		Kurs belegt	Mail: mitgliederbetreuung@mtv-fichte.de , Tel.: 05143-8752	3
Donnerstag	18:45	19:45	Fitness	WORLD JUMPING		Anmeldung erforderlich, GS Tel.:8752	Marion Moravec	1
Donnerstag	19:00	20:00	Turnen	Frauenturnen (ab 27 Jahren)			Karsten Budde, buddeturnen@mtv-fichte.de	4
Donnerstag	19:00	20:30	Gesundheitssport	Herzsport mit ärztlicher Verordnung	+	Infos bei Winsen Ärzten	Britta Schäfer, Tel.: 6406	8
Donnerstag	19:00	20:00	Turnen	Freizeitgruppe für Erwachsene mit Spiel und Spaß			Lorena Theye, Claudia Wulff	4
Donnerstag	19:00	21:00	Turnen	TGW			Merle Brückner, Tel.: 0151-20605592	4
Donnerstag	19:30	20:15	Schwimmen	Kurs: Deutsches Schwimmabzeichen "Bronze"		Kurs belegt	Mail: mitgliederbetreuung@mtv-fichte.de , Tel.: 05143-8752	3
Donnerstag	20:00	21:00	Fitness	Bodyweight Krafttraining/Calisthenics		Anmeldung erforderlich in der GS unter 05143-8752 oder an mitgliederbetreuung@mtv-fichte.de	Ralph Wißgott	1
Donnerstag	20:15	22:00	Turnen	Männerturnen (ab 27 Jahren)			Karsten Budde, buddeturnen@mtv-fichte.de	4
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	10:00	11:00	Turnen	Sitzgymnastik Senioren ab 50 Jahre		Anmeldung erforderlich	Claudia Schlichting	7
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	14:45	15:30	Gesundheitssport	Rehasport für Kinder mit ärztlicher Verordnung		Anmeldung erforderlich	Mariana Malimonka, rehakinder@mtv-fichte.de	4
Freitag	15:15	16:00	Gesundheitssport	Entstauungsgymnastik im Wasser mit ärztlicher Verordnung		Anmeldung erforderlich	Katja Wagner, Tel.: 0152-29526880	3
Freitag	16:00	18:00	Fitness	Boxen - ab 14 Jahren			Gabriel Müller, Tel.: 0162-4775871	2
Freitag	16:15	17:15	Gesundheitssport	Sanftes Hatha- Yoga für Anfänger		Krankenkassenförderung möglich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Freitag	16:30	18:00	Handball	männliche E-Jugend (Kinder 8-10 Jahre)			Markus Mehls, Mathis Sarpe, Tel.: 0151-56306367	4
Freitag	16:30	18:00	Handball	Minis (Ab Jahrgang 2020)		Anmeldung erforderlich	fabian.schlesier@gmx.de	4
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			Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Freitag	18:00	19:30	Handball	männliche D/C-Jugend (Jahrgang 2010-2013)			Mathis Sarpe: 01515-6306367, Leon Hermann, Malte Menger, Tel.01575-0256800	4

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
Freitag	18:00	19:30	Tischtennis	Tischtennis - Kinder/Jugendliche		angeleitetes Training	Detlef Prinz, Tel.:0173-2460660, tischtennis@mtv-fichte.de	2
Freitag	17:30	20:30	Rock'n Roll	RR Anfänger- und Fortgeschrittenentraining			Louisa Fuchs, Caroline Thies , rocknroll@mtv-fichte.de	5
Freitag	18:40	19:40	Gesundheitssport	Yoga			Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Freitag	19:30	21:00	Tischtennis	Tischtennis - Hobbyspielende + körperlich eingeschränkte Personen		freies Spiel/Training, Training auf Anfrage	Detlef Prinz, Tel. 0173-2460660, tischtennis@mtv-fichte.de	2
Freitag	19:30	22:00	Tischtennis	Tischtennis- Erwachsene		freies TT-Training Erwachsene/ Punktspiele	Detlef Prinz, Tel. 0173-2460660, tischtennis@mtv-fichte.de	2
Freitag	19:30	21:30	Handball	Herren/Winsen-Wietze			Christian Blum, 0173-7593446	4
Freitag	20:00	21:00	Gesundheitssport	Prävention für Rücken, Nacken& Koordination			Thomas Maneke	1
Freitag	20:30	22:00	Rock'n Roll	Rock'n Roll - Freies Training			rocknroll@mtv-fichte.de	5
Samstag	09:45	10:45	Gesundheitssport	Yoga		Anmeldung erforderlich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Samstag	11:00	12:00	Gesundheitssport	Yoga Präventionskurs 10x		Anmeldung erforderlich	Karin Diehl, Tel. 0152-33679667	1
Samstag	ab 14:00		Tischtennis	Tischtennis		Training und/oder Punktspiele Erwachsene	Detlef Prinz, Tel.: 0173-2460660 tischtennis@mtv-fichte.de	5
Samstag	15:00	17:00	Fitness	Integrative Basketballgruppe			Ben Papenburg, Tel.: 0151-74263221	4
Sonntag	09:30	10:30	Fitness	Pilates		neues Angebot ab 29.03.2026, Anmeldung erforderlich der Geschäftsstelle unter 05143-8752	Flora Sinzig	1
Sonntag	09:30	12:00	Rock'n Roll	Zusatztraining RnR, jeden 1. Sonntag im Monat		Übergangsweise	rocknroll@mtv-fichte.de	4
Sonntag	16:30	18:00	Rock'n Roll	Formationstraining		pausiert	Andrea Leineweber, Alina Trautmann, Caroline Thies, Mareike Bensch, rocknroll@mtv-fichte.de	4
Sonntag	18:00	20:00	Turnen	TGW			Merle Brückner, Tel.: 0151-20605592	4

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, Mühlenchausee 1

Legende: MESZ - mitteleropäische Sommerzeit / MEWZ - mitteleuropäische Winterzeit

+* = mit Pluspunkt Gesundheit. DTB ausgezeichnet

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

MTV „Fichte“ Winsen
www.mtv-fichte.de
E-Mail: info@mtv-fichte.de

Übersicht über die Vereinsangebote



Stand: 20.03.2026

Tag	von (Uhrzeit)	bis (Uhrzeit)	Abteilung	Übungsangebote	Ausge- zeichne	Bemerkungen	Übungsleiter/in	Ort
-----	------------------	------------------	-----------	----------------	-------------------	-------------	-----------------	-----

- 8 - Sporthalle Wietze, Wieckenberger Str. 61, 29323 Wietze
9 - Sporthalle Ovelgönne, Versonstr.4 , Ovelgönne

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.