

VEREINS NACHRICHTEN

Nr. 2 01-2017



SV Friedrichsfehn von 1961 e.V.





Ralf Mosch
Inhaber
mail@r-mosch.de

Grote Haustechnik, Klima, Lüftung und Sanitär
Friedrichsfehn Straße 22 • 26188 Edewecht
Telefon: 04486-302 • Fax: 04486-9378977

HILGEN
Seit 1925 für Sie auf Achse

OMNIBUS-GESCHÄFTS- UND AUSFLUGSTAXEN
GÜTERANFAHREN
BAGGERARBEITEN
TUTTLANDSTRANSPORTE

FRIEDRICHSEHNER STRASSE 29 • 26188 FRIEDRICHSEHN
TELEFON: 04486 / 8201-0 • TELEFAX: 04486 / 8201-29
E-MAIL: E.HILGEN@T-ONLINE.DE • WWW.EMIL-HILGEN.DE

Peter Birth
Gebäudeenergieberater
Heizungs- und Sanitärmeister

Heizen Sie sich die Energie!

- Energiesparberatung mit Wärmebildkamera
- Heizungsoptimierung, -erneuerung
- Erneuerbare Energien: Solar, Holz, Pellets

Telefon 0 44 86 / 92 32 79 • www.peterbirth.de

Fahrschule Erwin Rohde

OETKEN & SCHOLZ
... ihr Büro-Partner in Oldenburg

Wilhelmshavener Heerstraße 59
26125 Oldenburg (Etzhorn)
Tel.: 04 41 / 3 00 08 - 0

Tischlerei Westerhoff
Sie haben Wünsche – wir bieten individuelle Lösungen

- Bautischlerei
- Innenausbau
- Treppenaufbau
- Küchengestaltung
- Bad-Möbel
- Ladenbau

Tischlermeister Siegfried Westerhoff • Friedrichsfehnstr. 30 • 26188 Edewecht
Telefon 04486 2811 • Email: info@tischlerei-westerhoff.de • www.tischlerei-westerhoff.de

Autohaus ELSTERMANN
RENAULT Dacia
Das Beste, was Ihrem Auto passieren kann.

Kintenkanaalstraße 92/93 • 26188 Klein Scharrel • Tel. 04486 - 92 13 90 • Fax: 04486 - 67 12
www.autohaus-elstermann.de

Praxis für Physiotherapie
ANJA GRÜNING
Dorfstraße 35 A
26188 Friedrichsfehn
Tel. 0 44 86 / 93 80 00

hokema und teuber optik
edewecht und friedrichsfehn

PhysiOLine
Praxis für Sport- und Physiotherapie

Friedrichsfehn Str. 20
Telefon 04486 - 914 830
26188 Edewecht / Friedrichsfehn
www.physioline-ol.de

rtk
mein Reisebüro
Friedrichsfehn

SOMMERFELD

Wir danken unseren Unterstützern!

SV Friedrichsfehn von 1961 e.V.	
Geschäftsstelle SV Friedrichsfehn e.V. Vereinsregister Amtsgericht Oldenburg VR 120090 Postanschrift: Verbindungsweg 15 26188 Friedrichsfehn	Badminton Fußball Handball Leichtathletik Sportabzeichen Turnen Gesundheits- und Präventionssport Frauenfitness Aerobic Senioren sport Nordic Walking Lauftreff Männerfreizeitsport Eltern-Kind-Turnen Kinderturnen Geräteturnen Mädchen
Vereinsvorstand	
1. Vorsitzender	Heinz-Joachim Koop , Verbindungsweg 15, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-938301 Mail: 1.vorsitzender@sv-friedrichsfehn.de
2. Vorsitzender	Johannes Kuhl , Am Sodenstich 11, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-2294 Mail: 2.vorsitzender@sv-friedrichsfehn.de
1. Kassenwart	Jürgen Rost , Im Plaggen 15, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-1307 Mail: 1.kassenwart@sv-friedrichsfehn.de
2. Kassenwart	Klaus-Dieter Meyer , Friedrichsfehner Str. 32, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-1697 Mail: 2.kassenwart@sv-friedrichsfehn.de
1. Schriftführer	Werner May , Brüderstraße 18c, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-1359 Mail: 1.schriftfuehrer@sv-friedrichsfehn.de
2. Schriftführerin	Monika Schlömer , Am Sodenstich 21, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-8066 Mail: 2.schriftfuehrer@sv-friedrichsfehn.de
Anzeigen	Pia Koop , Verbindungsweg 15, 26188 Friedrichsfehn, Tel.: 04486-938301 Mail: piakoop@t-online.de

Bericht des 1. Vorsitzenden zum Jahr 2016

Liebe Sportlerinnen und Sportler,

das Sportjahr 2016 war geprägt durch Wechsel in der Leitung einzelner Abteilungen. In der Badminton- sowie der Fußballabteilung gingen diese problemlos über die Bühne und ich wünsche der neuen Abteilungsleiterin Jessica Reimer sowie den neuen Abteilungsleitern Frank Reichert und Frank Augustyniak viel Freude und Erfolg bei der Wahrnehmung ihrer neuen Tätigkeiten. Lediglich für die Turnabteilung suchen wir immer noch eine neue Abteilungsleitung, bislang werden diese Aufgaben von den jeweiligen Übungsleiterinnen für ihre Übungsgruppen erledigt.

Mit Hilfe einer Marketingfirma gelang es uns, 21 Sponsoren zu finden, die uns die Bereitstellung eines Defibrillators in der Mehrzweckhalle finanzieren, wofür wir uns noch einmal recht herzlich bedanken.

Aufgrund der Vorgabe des Finanzamtes mussten wir unsere Satzung mit Hilfe eines Rechtsanwalts in einigen Punkten ändern. Diese Änderungen wurden auf einer außerordentlichen Mitgliederversammlung genehmigt und in die neue Satzung übernommen, die dann in das Vereinsregister beim Amtsgericht Oldenburg eingetragen werden.

Ihr

Heinz-Joachim Koop

Kurzprotokoll der außerordentlichen Mitgliederversammlung 2016

Außerordentliche Mitgliederversammlung vom 27. Oktober 2016

Beginn: 20.05 Uhr

Ende: 21.55 Uhr

TOP 1 Begrüßung

Der erste Vorsitzende Heinz-Joachim Koop begrüßt 11 stimmberechtigte Mitglieder des SV Friedrichsfehn und 1 Nichtmitglied (lt. Anwesenheitsliste). Die Einladung erfolgte form- und fristgerecht in den Schaukästen, als Anzeige in der Nordwest-Zeitung am 12.10.2016 und auf der Webseite des SV Friedrichsfehn. Die Versammlung ist ohne Rücksicht auf die Anzahl der erschienenen Mitglieder beschlussfähig.

Aufgrund formaler Probleme müssen die auf der letzten Jahreshauptversammlung beschlossenen Änderungen der Vereinssatzung nochmal auf einer Mitglieder-versammlung vorgestellt und beschlossen werden.

Die vorliegende Tagesordnung wird einstimmig genehmigt.

TOP 2 Änderung der Vereinssatzung

Die folgenden Änderungen der bestehenden Satzung werden vorgestellt:

§1 Abs. 3

Er lautet nunmehr:

Er ist in das Vereinsregister beim Amtsgericht Oldenburg unter der Nummer VR 120090 eingetragen.

§1 Abs. 4

Er lautet nunmehr:

Der Verein verfolgt ausschließlich und unmittelbar gemeinnützige Zwecke im Sinne des Abschnitts „Steuerbegünstigte Zwecke“ der Abgabenordnung. Zweck des Vereins ist die Förderung des Sports. Der Satzungszweck wird verwirklicht insbesondere durch Förderung sportlicher Übungen und Leistungen.

§1 Abs. 8

Er ist neu gefasst und wird eingefügt:

Die Mitglieder des Vorstands und des erweiterten Vorstands können für ihren Arbeits- oder Zeitaufwand (pauschale) Vergütungen erhalten. Der Umfang der Vergütungen

darf nicht unangemessen hoch sein. Maßstab der Angemessenheit ist die gemeinnützige Zielsetzung des Vereins.

Der bisherige § 1 Abs. 8 wird nunmehr § 1 Abs. 9.

§14 Abs. 2

Er lautet nunmehr:

Bei Auflösung des Vereins oder bei Wegfall steuerbegünstigter Zwecke fällt das Vermögen des Vereins an den Förderverein Freiwillige Feuerwehr Friedrichsfehn e.V., Friedrichsfehner Straße 8, 26188 Edewecht, der es unmittelbar und ausschließlich für gemeinnützige Zwecke zu verwenden hat.

Heinz-Joachim Koop erläutert die vorliegenden Änderungen.

Die Neufassung der Satzung wird einstimmig genehmigt.

Heinz-Joachim Koop

1. Vorsitzender und Versammlungsleiter

Werner May

Protokollführer

Sportabzeichen 2017

Auch in diesem Jahr bietet Klaus-Dieter Meyer und sein Team die Möglichkeit, das Sportabzeichen abzulegen. Nach dem Rekord 2016 mit 84 verliehenen Abzeichen sollen dieses Jahr die 100 absolvierten Sportabzeichen erreicht werden. Treffpunkt ist immer montags auf dem Sportplatz Friedrichsfehn (die genauen Zeiten stehen unten). Gesonderte Termine für Gruppen und Mannschaften sind selbstverständlich nach Vereinbarung auch möglich. Also, kommt zahlreich und übt fleißig! Auch wer schon länger nicht mehr so richtig aktiv war, wird sehen, dass das Sportabzeichen für jeden machbar ist! Und dann kann man auch ein bisschen auf sich selbst stolz sein!

Die Übergabe der Sportabzeichen wird wie im vergangenen Jahr in einer kleinen Feierstunde am Freitag, den 1. Dezember 2017 um 15:00 Uhr (Clubraum Mehrzweckhalle, Zur Sportwiese) erfolgen.

Kontakt:

Klaus-Dieter Meyer
Friedrichsfehner Straße 32
26188 Friedrichsfehn

Tel.: 04486-1697
Mobil: 0171-7575659
E-Mail: baerme@t-online.de

Termine für das Jahr 2017

Training und Abnahme	22.05.	17:30	Training und Abnahme	21.08.	17:30
Training und Abnahme	29.05.	17:30	Training und Abnahme	28.08.	17:30
Training und Abnahme	12.06.	17:30	Langstrecke	04.09.	17:30
Langstrecke	19.06.	17:30	Training und Abnahme	11.09.	17:30
Training und Abnahme	26.06.	17:30	Training und Abnahme	18.09.	17:30
Langstrecke	03.07.	17:30	Training und Abnahme	25.09.	17:30
Training und Abnahme	10.07.	17:30	Langstrecke	02.10.	16:30
Training und Abnahme	17.07.	17:30	(neue Uhrzeit)		
Training und Abnahme	24.07.	17:30	Training und Abnahme	09.10.	16:30
Langstrecke	31.07.	17:30	Training und Abnahme	16.10.	16:30
Training und Abnahme	07.08.	17:30	Training und Abnahme	23.10.	16:30
Training und Abnahme	14.08.	17:30	Training und Abnahme	30.10.	16:30

Erfolgreiche Sportabzeichen 2016

Wir gratulieren folgenden Sportlerinnen und Sportlern zum Sportabzeichen im vergangenen Jahr. Die Zahl in Klammern gibt an, die wievielte Wiederholung abgelegt wurde. Wir freuen uns auf noch mehr Teilnehmer in diesem Jahr. Herzlichen Glückwunsch!

Erwachsene

Anne Behncke (14)
Gerhard Behncke (12)
Nils Behrmann (6)
Helga Behrmann (9)
Franz Burke (**34**)
Torsten Büscher (1)
Alf Decker (1)
Andrea Dill (4)
Dr. Roland Ernst (**26**)
Stefanie Florack (1)
Rita Grabhorn (4)
Meike Gutenschwager (4)
Karin Harms (2)
Thomas Hecken (2)
Günter Hettmann (**30**)
Claus-Dieter Hofmann (1)
Simon Johnen (1)
Melanie Koch (7)
Dr. Rainer Koch (10)
Heinz-Joachim Koop (13)
Kirsten Kröger (1)
Regina Lindenberg (8)
Bärbel Meyer (**34**)
Klaus-Dieter Meyer (**33**)
Michael Nolte (3)
Nadine Oetjen (1)
Andreas Paul (1)

Erwachsene

Alexandra Pehlken (9)
Stefan Pohl (1)
Rolf Reineke (5)
Jana Reinel (2)
Frank-Peter Riemer (7)
Wolfgang Rose (**33**)
Birte Rosendahl (1)
Christine Rößler (4)
Peter Rößler (3)
Petra Staufenbiel (17)
Werner Taddieken (3)
Markus Winkler (10)

Jugendliche und Schüler*

Kaya Behrmann (6)
Berit Decker (1)
Tilman Decker (1)
Estelle Florack (1)
Simon Florack (1)
Tabea Hinrichs (5)
Fina John (1)
Florie John (1)

Jugendliche und Schüler*

Calvin Koch (6)
Fiona Koch (5)
Hanna Koch (5)
Luis Koch (5)
Marie Koch (5)
Sina Lea Koch (3)
Bjarne Oetjen (1)
Lena Oetjen (1)
Reimar Oetjen (1)
Caroline Pohl (1)
Mats Riemer (1)
Ann-Kathrin Rößler (1)
Christoph Rößler (4)
Niklas Rößler (1)
Fynn Stolle (1)
Ole Weerts (2)
Max Wieting (1)

Familienportabzeichen:

Fam. Behrmann
Fam. Decker
Fam. Florack
Fam. Koch
Fam. Oetjen
Fam. Pehlken/Koch
Fam. Pohl
Fam. Rößler

*Schüler, die das Sportabzeichen über die Schule abgelegt haben, sind hier leider nicht aufgeführt.

Badminton	
Abteilungsleiter	Jessica Reimer, Tel.: 04486-939357 Mail: jessica.reimer@ewetel.net
Trainingszeiten	Kinder und Anfänger: Dienstag, 15:30 – 17:00, Mehrzweckhalle
	Jugendliche: Freitag, 18.00 – 20.00, Mehrzweckhalle
	Erwachsene: Freitag, 18.00 – 20.00, Mehrzweckhalle
Homepage	http://www.sv-friedrichsfehn.de/?page_id=60

Badminton-Newsletter von Jessica Reimer

Formales zum Anfang: Ende November wurde ich auf unserer Abteilungsversammlung zur Abteilungsleiterin wiedergewählt sowie Günter Hettmann als mein Vertreter. Es bleibt also alles beim Alten.

Für die Mini-Gruppe am Dienstag von 15.30 bis 17 Uhr können immer noch gerne Kinder dazu kommen. Ein fester Kern von ca. 6-8 Kindern ist vorhanden. Mit diesem haben wir auch das erste Weihnachtsfest am 6.12. absolviert. Mit einem Elternteil wurde in Gruppenspielen ein Gewinner ermittelt (Doppel). Der Spaß für alle kam dabei nicht zu kurz und die Eltern konnten sehen, was ihre Kinder schon gelernt hatten. Die Krönung: der Pokal (liebevolle Handarbeit) für Gewinner Torge mit seinem Vater.





Die Freitags-Jugend-Gruppe kam dann am 16.12. auf ihre Kosten. Auch hier wurde aufgrund der großen Anzahl Doppel gespielt. Viele interessante und ausgeglichene Doppel waren zu beobachten, und nach einem System standen auch dort Sieger fest.



Bei Kuchen und Süßem wurde hier dann zwischendurch eine Pause eingelegt.



Ein paar Wochen vorher traten zwei aus der Gruppe am 26.11. erstmals bei einem Turnier in Metjendorf an. So konnten Renke und Felix Turnierluft schnuppern und hatten trotz der Erkenntnis, dass noch einiges an Training fehlt, viel Spaß.

Erwachsene: Hier würde ich mir für das kommende Jahr viele neue Gesichter wünschen. Das Weihnachtsturnier war nur sehr spärlich besucht, aber beim anschließenden Essen waren doch wieder einige mehr dabei. Immerhin gab es beim Turnier für den Gewinner als Trophäe ein Wildschwein und für die Verliererin (nämlich ich selber) einen Elefanten, die über das Jahr gut gepflegt werden müssen.

Bis zum nächsten Jahr!

Eure Jessica Reimer

Fußball	
Abteilungsleiter	Frank Reichert Tel.: 04486-404 Mail: frankreichert68@yahoo.de
Trainingszeiten	s. Homepage
Homepage	http://www.svf-united.de/

Führungswechsel in der Fußballabteilung

Im Juni 2016 haben Frank Augustyniak und ich die Leitung der Fußballabteilung von Torsten Brumund übernommen. Dieser hatte das Amt 12 Jahre inne. In einem persönlichen Gespräch konnten wir Daniela Haack (Kassenwartin), Ingo Würdemann (Schiedsrichterobmann) und Harald Brockhoff für die erweiterte Abteilungsleitung gewinnen.

Zuerst galt es uns einen Überblick zu verschaffen, da Frank und ich bislang nicht im Vorstand der Abteilung mitgewirkt hatten. Die ersten Amtshandlungen bestanden darin, den Spielbetrieb für die kommende Saison zu sichern. Die meisten Mannschaftsmeldungen im Jugendbereich waren bereits erfolgt. Dennoch gab es, besonders im Herren- und Damenbereich, noch einiges zu regeln.

Für unser erfolgreiches Damenteam in der Oberliga wurde uns durch den Verband eine hohe Hürde auferlegt. Seit dieser Saison muss der Verein einen eigenen Unterbau vorweisen. Eine Spielgemeinschaft, wie sie mit Husbäke angedacht war, reichte hier nicht mehr. So haben wir mit Husbäke ein sehr konstruktives Gespräch geführt und die SG wieder aufgelöst. Die verbliebenen Damen haben alle Kontakte aktiviert und noch eine spielfähige „zweite“ Damenmannschaft auf die Beine gestellt. Ein dickes Dankeschön an alle Beteiligten, insbesondere an Urte Harbers, die jetzt auch als Trainerin zusammen mit Harald Brockhoff das Team betreut.

Bei den Herren gab es leider die Situation, dass wir zu dem Zeitpunkt keinen Trainer vorweisen konnten. Hier hat uns der bisherige Mannschaftsführer Stefan Stührmann sehr stark unterstützt. Dadurch konnten wir Nils Lück begeistern. Zusammen mit Stefan Stührmann bildet er das aktuelle Trainergespann. Bei einer Mannschaftssitzung waren gerade noch 7 Spieler anwesend. Auch hier haben alle Spieler ihre Kontakte genutzt und innerhalb von 2 Wochen eine spielfähige

Mannschaft hinbekommen. Hier möchte ich ebenfalls ein dickes Dankeschön loswerden.

Anfang Dezember konnten wir für die D-Jugendmannschaften einen schönen Tag organisieren. Durch die Kooperation mit Werder Bremen hatten wir die Möglichkeit das Heimspiel gegen den FC Ingolstadt zu besuchen. Für alle Kinder (und Betreuer) war das ein toller Tag und ein super Erlebnis. Und das nicht nur, weil Werder Bremen 2:1 gewonnen hat.

Zurzeit stehen wir in der Vorbereitung zu unserem diesjährigen Hallenevent. Dies findet vom 29.12.16 bis zum 08.01.2017 in der Mehrzweckhalle statt. Durch die Installation einer „Rundum-Bande“ erfährt dieses Turnier, in der gesamten Region und weit darüber hinaus, eine hohe Anerkennung. Wer attraktiven Hallenfußball erleben möchte ist herzlich eingeladen vorbei zu schauen. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt.

Alles in allem ist das erste Halbjahr im Amt für Frank und mich ganz positiv verlaufen. Wir arbeiten uns ein und sind froh über jegliche Unterstützung. Doch genau da muss ich einen Punkt ansprechen, der uns doch stark beschäftigt.

Wie es in Vereinen unserer Größe wohl leider mittlerweile üblich ist, ist die Anzahl der helfenden Hände noch überschaubar. Es sind immer die gleichen Leute, die sich Zeit nehmen, die bereit sind Freizeit zu opfern, damit ein Verein wie der SV Friedrichsfehn überhaupt seinen Verpflichtungen nachkommen kann. Diesen Personen gilt hier ein ganz besonderer Dank. Ohne Euch könnten wir diesen Verein nicht am Leben halten.

Aber wo sind all die anderen?

Wir haben in Friedrichsfehn über 4000 Einwohner. Davon sind über 1300 Mitglied im SV Friedrichsfehn.

Wieso lastet die Arbeit immer auf den gleichen Schultern?

Es ist doch nicht damit getan, einen (sehr geringen) Beitrag zu zahlen und dann eine Leistung abzufordern, die von Ehrenamtlichen geleistet wird. Wenn ich hier mal ein Beispiel aufführen darf, wird mein Anliegen noch deutlicher:

Ein Familienbeitrag kostet im Monat 18,00 €. Wenn nur 1 Kind der Familie aktiv ist und beim Fußball mitwirkt, komme ich auf folgende Rechnung:

2 x die Woche Training á 1,5 Stunden

1 x die Woche ein Spiel, im Schnitt 2 Stunden Aufwand.

Das macht ca. 20 Stunden Betreuung für das Kind im Monat. Das Ganze für 18,00 €! Den Rest der Familie habe ich hier nicht berücksichtigt. Es ist aber nicht Sinn und Zweck den Beitrag zu erhöhen, um die Rechnung etwas wohlwollender zu gestalten.

Uns ist es ein Anliegen, die Leute für unsere Vereinsarbeit zu begeistern. Wenn sich jeder 1 bis 2 Mal im Jahr zur Verfügung stellt, kann so viel erreicht werden:

Die eine kann für ein Event einen selbstgebackenen Kuchen beisteuern, der andere vielleicht sein handwerkliches Geschick bei einem Arbeitseinsatz. Der nächste hat vielleicht super Möglichkeiten bei der Gestaltung eines Flyers mitzuwirken, ein anderer wiederum ist beim Organisieren eines Events ein Ass.

Da jetzt zum Jahreswechsel bestimmt wieder einige Personen „mehr Sport“ als guten Vorsatz formulieren, möchte ich darauf hinweisen, dass wir dringend wieder engagierte Übungsleiter benötigen.

Selbstverständlich freuen wir uns auch über neue begeisterte Fußballerinnen und Fußballer in allen Altersgruppen.

Es gibt so viele Möglichkeiten sich in so einem tollen Verein wie dem SV Friedrichsfehn einzubringen. Interessierte können sich gerne bei mir melden frankreichert68@yahoo.de

In diesem Sinne...

Mit sportlichen Grüßen,

Frank Reichert

Handball	
Abteilungsleiter	Hermann Sohl, Tel.: 04486-424 Mail:
Trainingszeiten	s. Homepage
Homepage	http://www.die-sg.de/

Die Handballer des SVF – gemeinsam stark in der SG FriPe

Seit Jahrzehnten gehen die Handballer des SVF in der Handballspielgemeinschaft mit dem TuS Petersfehn erfolgreich auf Punktejagd. Sie spielen in der weltberühmten SG FriPe! Eine Handballfamilie mit „Harz“, Herz und Handballsachverstand. Dass der Begriff Familie zu Recht gewählt wurde zeigt die Tatsache, dass unzählige Lebensfreundschaften in der FriPe-Familie entstanden und auch Herzen zueinander fanden. So kam es, dass reichlich viel FriPe-Nachwuchs durch die FriPe-Hallen in Petersfehn und Friedrichsfehn tobt. Allein deshalb lohnt sich ein Besuch an den Spieltagen, gerne auch mit dem eigenen Nachwuchs. Viele Handball-Legenden der SG bringen sich auch nach Ende ihrer aktiven Handballkarriere weiterhin in die FriPe-Familie ein. Hauptsächlich wirken sie als erfahrene und hervorragend qualifizierte Handball-Lehrerinnen und Handball-Lehrer. Familienleben halt!



Geht man nach sportlichen Erfolgen, so waren die letzten vier Jahre besonders glanzvoll. Die Männermannschaft spielte zwei Jahre in der Oberliga und hielt dort jeweils einen guten Mittelfeldplatz. Finanzielle Gründe waren aber entscheidend für

einen Schritt der Vernunft, nämlich für den Rückzug aus der Oberliga. Die Zweite wurde die Erste und spielte in der Weser-Ems-Liga. Dort erkämpfte sie sich in der vergangenen Saison einen sehr guten vierten Platz. Im Frühherbst begann die neue Saison in der neu benannten Landeskategorie Weser-Ems. Dort feiert sie derzeit glanzvoller Erfolg. Sie belegt derzeit einen hervorragenden zweiten Platz.



Mit dem Rückzug der Handballmänner aus der Oberliga begann der Vorstoß der Handballdamen in die Oberliga. In der vergangenen Saison spielten sie dort zunächst eine gute Rolle im Mittelfeld. Dann jedoch vielen so viele Leistungsträgerinnen langfristig aus, dass das junge unerfahrene Rest-Team diese Ausfälle nicht kompensieren konnte. Der Abstieg war die Folge, jedoch verbunden mit der Kampfansage: Sofortiger Wiederaufstieg. Dem Trainerteam gelang es, durch gezielte Verstärkungen die Qualität auch in der Breite zu erhöhen. Folglich begrüßen die FriPe-Damen zum Jahresabschluss als Tabellenführerinnen, die am letzten Heimspieltag des Jahres vor tobendem Publikum die Nordhorner Erzrivalen um die Meisterschaft deutlich schlugen.



Auch im Breitensport sind die FriPe-Handballerinnen und - Handballer in jeweils zwei weiteren Mannschaften kräftig unterwegs. Die Älteren, die es nicht lassen können bringen den Jungen, die es noch lange wollen, alle Tricks und Kniffe des Handballs bei. Ergebnis: Superlaune, auch auf den Tribünen.



Natürlich gehört zu einer Familie auch der Nachwuchs. Auf den ist die SG FriPe sehr stolz. Insbesondere die ganz kleinen sind – nicht nur zahlenmäßig - ganz groß im Kommen. Gelingt es der SG, die Lütten bei Laune zu halten, hat sie eine große Zukunft. Die Voraussetzungen sind sehr gut, denn alle Jahrgänge werden von erfahrenen und gut ausgebildeten Fachleuten an den Handballsport herangeführt. Fünf Jugendmannschaften, die Maxis, die Minis und die Ballschule für die ganz kleinen bietet die FriPe-Familie an. Ganz besonders stolz ist die FriPe-Familie in diesem Jahr auf die weibliche Jugend B. Sie qualifizierte sich für die Landesliga. Dort überwintern sie als Tabellendritte. Toll!

Die Homepage der SG FriPe informiert über das aktuelle Geschehen unter www.die-sg.de. Dort kann auch der Newsletter der SG abonniert werden. Die SG gibt's auch bei Facebook. Hineinschauen lohnt sich.

Let's go FriPe



Leichtathletik	
Abteilungsleiter	Wolfgang Rose, Tel.: 04486-422 Mail: wo.rose@web.de
Trainingszeiten	Kinder ca. 7-11 Jahre: Freitag, 16.30 – 18.00, Sportplatz/Mehrzweckhalle Kinder ab 11 Jahre: Dienstag, 16.30 – 18.00, Sportplatz/Schulturnhalle, Freitag, 16.30 – 18.00, Sportplatz Lauftreff Kinder und Jugendliche (8-16 Jahre): Donnerstag, 16:30 – 17:30, Apotheke Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene: Montag, 18.00 – 20.00 Sportplatz/Mehrzweckhalle und Freitag, 16.00 – 18.00, Sportplatz (Sommer) Sportabzeichen (ab Mitte Mai): Montag, 17.30 – 19.00 (16.30 – 18.00 (ab Oktober)), Sportplatz Lauftreff: Montag, 18.00 – 19.30 und Donnerstag, 18.00 – 19.30, Gerätehaus Sportplatz
Homepage	http://www.svf-la.de

Rückblick auf das Jahr 2016

Auch im Jahre 2016 konnten die Leichtathleten des SV Friedrichsfehn wieder auf viele Erfolge und Aktivitäten zurückblicken. In der Statistik der erfolgreichsten Leichtathletikvereine im Ammerland war der SVF (882 Pkt.) wieder auf Platz 1, weit vor der TSG Westerstede (437). Im gemeinsamen NLV-Kreisverband Ammerland-Friesland war nur der Vareler TB noch etwas erfolgreicher. Auffällig ist, dass der SVF in fast allen Altersgruppen mit Aktiven in der Punkteliste vertreten ist.

Voraussetzung für diese erfolgreiche Arbeit war das große Engagement der Abteilungsleitung, der Übungsleiter und der vielen Helfer und Eltern.

Platz:	Verein	M Jgd	M Jgd	M Jgd	M Jgd	M Sch	M Sch		W Jgd	W Jgd	W Jgd	W Jgd	W Sch	W Sch		
15		Männer	U20	U18	U16	U14	U12	U10	Frauen	U20	U18	U16	U14	U12	U10	Gesamt
(1.)	Vareler TB	3			11	14	42	73	80	4		190	352	139	175	1083
(2.)	SV Friedrichsfehn	18	44	16	48	259	48	7	42		35		91	144	130	882
(5.)	TSG Westerstede	95	11	32	14	48	32	73	3	3	44	14	14	50	4	437
(3.)	Heidmühler FC	28	63	9		27			1	24	20	53	91	34		350
(7.)	SSV Gristede	75				38	107	88	8				26	5	1	348
(4.)	TuS Ofen	52		15		15	60	49	18		6	38	18	23	6	300
(6.)	TuS Oestringen	5				64	33			5	9	37		81	59	293
(8.)	TuS Zetel	22			3	29	6	116	13				4	15	21	229
(-)	TV Metjendorf					4		84				45	1		30	164
(9.)	VfL Rastede	7				10	32					6	39	18		112
(12.)	MTV Hohenkirchen	12			1		2		22							37
(10.)	Lauffreff Rastede	16							13							29
(11.)	TV Elmendorf	11				5										16

Sportliche Erfolge

Aufgrund der vielen guten Leistungen und vorderen Platzierungen der SVF-Leichtathleten/-innen bei Meisterschaften, Sportfesten und Laufveranstaltungen ist es hier nur möglich, eine kleine Auswahl zu präsentieren. Viele bleiben ungenannt, haben aber sicher auch ihr Bestes gegeben.

Deutsche Meisterschaften

Erstmals in der Geschichte der SVF-Leichtathletikabteilung konnte im Jahr 2016 ein Deutscher Meistertitel gefeiert werden. Dieses großartige Ergebnis erzielte Jens Beintken bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften im thüringischen Leinefeld in seiner Spezialdisziplin, dem Weitsprung, mit persönlicher Bestleistung von 6,49 m. Dies reichte zum Sieg in seiner Altersklasse M35. Außerdem belegte er im Endlauf über 100 m den 8. Platz.

Bereits bei den Deutschen Leichtathletikmeisterschaften der Senioren in der Halle sicherte sich Jens Beintken die Vizemeisterschaft im Weitsprung mit der guten Weite von 6,36 m. Im 60 m Sprint konnte er sich mit der Zeit von 7,55 Sek. im Finale als

Dritter über einen Podestplatz freuen. Ebenfalls ging Jens Beintken im 60 m Hürdenlauf an den Start. Hier wurde er Fünfter in 9,33 Sek.



Norddeutsche Meisterschaften

Mit persönlicher Bestleistung von 5.903 Punkten stand Simon Drab im Zehnkampf der Klasse U20 in Lübeck als Dritter auf dem Siegerpodest. Seine Teamkameradin Sarah Katharina Ohlrogge war gut in den Siebenkampf der Frauen gestartet, konnte allerdings den Wettkampf aufgrund einer Verletzung beim Weitsprung nicht beenden konnte. Johanna Drab verbesserte sich in einigen Disziplinen des Siebenkampfes der Klasse U18 und belegte am Ende Platz 14.

Niedersachsenmeisterschaften

Mehrkampf

Sarah Katharina Ohlrogge sicherte sich im Marschwegstadion Oldenburg die Vizemeisterschaft im Siebenkampf und stellte mit 4474 Punkten eine neue persönliche Bestleistung auf. Dabei hat sie gleich in vier Einzeldisziplinen ihre Bestleistungen verbessert. Auch Johanna Drab ging im Siebenkampf an den Start. Mit

sogar fünf Bestleistungen erzielte sie 3871 Punkte und belegte einen guten siebten Platz. Ihr Bruder Simon holte sich Platz 4 im Fünfkampf.



Einzelmeisterschaften

Bei den U20-Titelkämpfen in Delmenhorst war Simon Drab im Hochsprung mit 1,88 m nicht zu schlagen. Seine Jahresbestleistung von 1,92 m bedeuten in der Landesbestenliste Platz 2.

Winterwurfmeisterschaften

Zum Jahresende 2016 wurden bei den Winterwurfmeisterschaften die letzten Titel vergeben. Tilman Decker (U18) warf den Speer auf die persönliche Bestweite von 39,44 m und eroberte sich mit Platz 3 einen Podestplatz.

Bezirksmeisterschaften

Crosslauf

Auf einer durch Eis und Schnee sehr schwierigen Crosslaufstrecke in Lönningen konnten sich einige SVF-Nachwuchsläufer gut platzieren. Über 1100 m zeigte unsere Jüngste Vivienne Koch mit ihrem 2. Platz (WU10) eine sehr starke Leistung. Motiviert durch die Leistung der kleinen Schwester lief Fiona Koch danach über 1400 m auch auf den 3. Platz in der Altersklasse W11. Eine längere Runde mussten Marie Koch

(W12) und ihr Bruder Luis (M12) sowie Calvin Koch (M13) mit 1740 m bewältigen. Während Marie und Luis in ihren Läufen jeweils auf den 6. Platz kamen, verpasste Calvin Koch knapp den Podiumsplatz und wurde Vierter.

Halle

Ebenfalls in Löningen fanden die Hallenbezirksmeisterschaften statt mit sechs Athleten des SV Friedrichsfehn. In der Altersklasse U20 holte sich Simon Drab zwei Meistertitel und eine Vizemeisterschaft. Dabei gewann er das Kugelstoßen mit neuer Bestleistung von 13,25 m. Im Hochsprung scheiterte er nur ganz knapp an der neuen Bestleistung von 1,91 m, gewann aber trotzdem mit 1,88 m. Auch im Weitsprung zeigte er, dass er inzwischen regelmäßig über 6 m springen kann und wurde mit 6,02 m Zweiter. Seine Schwester Johanna errang im Weitsprung mit 4,92 m in der Altersklasse U18 den dritten Platz und im Sprint einen guten fünften Platz.



In der Altersklasse W10 gewann Berit Decker in drei Wettbewerben: Weitsprung, 50 m Sprint und Hochsprung. Florian Strampp gewann den Weitsprung der Altersklasse U18 und belegte im Sprint, Hochsprung und Kugelstoßen jeweils den 2. Platz. In der Altersklasse W13 siegte Hannah Bormann mit neuer Bestleistung in 7,0 Sek. im 50 m

Sprint und wurde auf der 800 m-Strecke gute Vierte. Ihr Bruder Nils musste sich im 50 m Sprint ganz knapp geschlagen geben und wurde Zweiter. Im Weitsprung erzielte er mit 4,01 m einen schönen dritten Platz.

Freiluft

Bei den Bezirksmeisterschaften in Schortens im Dreisprung, Stabhochsprung und über die Langhürden knackte Simon Drab im Dreisprung zum ersten Mal die 13 Meter-Marke und wurde mit genau 13,00 Meter Bezirksmeister in der Altersklasse U20. Auch das Kugelstoßen gewann er mit sehr guten 13,03 Meter.

In Papenburg fanden die Bezirksmeisterschaften der Jugendlichen und Erwachsenen statt. Die Athleten des SV Friedrichsfehn glänzten dabei mit einem Titel, fünf zweiten Plätzen und zwei dritten Plätzen. Eifrigster Sammler von Podestplätzen war wieder einmal Simon Drab in der Altersklasse U20. Er gewann den Hochsprung mit persönlicher Bestleistung von 1,92 m. Eine weitere Bestleistung erzielte er im 110 m Hürdenlauf mit 16,58 Sek. was die Vizemeisterschaft bedeutete. Auch im Diskuswurf landete er auf Platz 2, im Weitsprung reichte es zu Platz 3. In der gleichen Altersklasse belegte Linus Decker mit dem Diskus Platz 3, während er im Kugelstoßen Vierter wurde. Karina Hunfeld gelang in der Frauenklasse im ersten Wettkampf nach ihrem Kreuzbandriss ein tolles Comeback mit drei Vizemeisterschaften über 100 m, 400 m und die 100 m Hürden. In der Altersklasse U16 trat Johanna Drab gegen viele Konkurrentinnen an und belegte sowohl im Hochsprung als auch im Weitsprung jeweils Platz 5.

Regionsmeisterschaften

Halle

Bei den Regionsmeisterschaften in der Halle nahmen drei Sportlerinnen des SVF an der gut besuchten Veranstaltung teil. Berit Decker wurde dabei in der am stärksten besuchten Altersklasse W10 im Weitsprung Regionsmeisterin und im 50 m Sprint mit persönlicher Bestzeit von 7,8 Sek. Vizemeisterin. In der Altersklasse W11 wurde Fiona Koch im 800 m-Lauf ungefährdet Dritte. Helene Stenzel trat in der Altersklasse W13 an und belegte im Hochsprung trotz neuer Bestleistung von 1,33 m knapp den

vierten Platz. Auch im Weitsprung stellte sie mit 3,87 m eine persönliche Bestleistung auf und wurde damit 6.

Freiluft

Bei den Freiluft-Regionsmeisterschaften in Lönningen erreichten die Aktiven wieder viele Podestplätze und einige persönliche Bestleistungen. Über zwei Vizetitel im Weitsprung (mit 4,70 m neue persönliche Bestleistung) und im Hochsprung konnte sich Levin Weinert (M13) freuen. Im 50 m Sprint wurde er guter Fünfter. Auch Berit Decker erreichte in der Altersklasse W10 zweimal das Podium: als jeweils Dritte im Weitsprung und auch im 50 m Sprint. In der Altersklasse M12 wurde Luca Freese im Hochsprung Vizemeister. Dritter im Speerwurf der M13 wurde Fynn Wiechmann. In der Altersklasse W 13 trat Maren Wichmann im Weitsprung und Sprint an, wo sie knapp das Finale verpasste.



Kreismeisterschaften

Crosslauf

Erstmals wurden die Kreismeisterschaften im Crosslauf durch den SSV Gristede veranstaltet. Die 7 gestarteten Läufer des SVF kamen mit 4 Kreismeister- und 3

Vizekreismeistertitel sowie einem Mannschaftstitel zurück. Vivienne Koch gewann die W09 vor ihrer Vereinskameradin Janna Willgerodt, die bei ihrer Laufpremiere damit gleich auf dem Treppchen stand. Zusammen mit Sina Lea Koch, die die W08 gewann, holten sie auch den Mannschaftskreismeistertitel der WKU10 nach Friedrichsfehn. Fiona Koch wurde in der W11 Vizekreismeisterin. Marie Koch distanzierte hier alle anderen Mädchen und wurde mit über einer Minute Vorsprung überlegen Kreismeisterin in der W12. Einen weiteren Titel erlief sich Calvin Koch (M13), während Luis Koch dicht dahinter als Vizekreismeister der M12 ins Ziel kam.

Einzelmeisterschaften Jugend und Erwachsene

Bei den Kreistitelkämpfen der Erwachsenen und Jugendlichen in Bad Zwischenahn testeten einige SVF-Athleten ihre Form und konnten sich insgesamt 18 Kreistitel holen. Das Geschwisterpaar Simon (U20) und Johanna Drab (U18) gewannen alle angebotenen Disziplinen (100m, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen, Speerwurf) und waren mit je 5 Meistertitel am erfolgreichsten. Sarah Katharina holte in der Frauenklasse 4 Titel und über 100m war Karina Hunfeld erfolgreich. Tilman Decker vervollständigte das gute Gesamtergebnis mit den Meistertiteln im Weitsprung, Kugelstoßen und Speerwurf.

Einzelmeisterschaften Schüler

Bei den Kreismeisterschaften der Schülerklassen in Westerstede waren leider nur wenige SVF-Starter anwesend. Diese waren dafür aber besonders erfolgreich. Nils Bormann (M11) holte sich jeweils den Titel im 50 m Lauf und im Weitsprung. Seine Schwester Hannah (W13) holte sich einen ganzen Satz Medaillen: Gold im 75 m Lauf, Silber im Weitsprung und Bronze im Kugelstoßen. Gleiches gelang Berit Decker (W10): Gold im Weitsprung, Silber über 50 m und Bronze im Ballwurf. Podestplätze belegte auch Alana Hörster (W10), die den Ballwurf gewann und im Weitsprung Platz 3 belegte.

Mehrkampf Schüler

In Schortens konnte sich der Leichtathletiknachwuchs auf Kreisebene im Mehrkampf und in den Mittelstrecken messen. Levin Weinert (M13) war erfolgreichster SVF-Athlet und holte sich drei Goldmedaillen im Dreikampf, Vierkampf und über 800 m. In dieser Klasse belegte Calvin Koch Platz 3 über 800 m. Vivienne Koch (W9) holte

sich den Titel über 800 m und die Vizemeisterschaft im Dreikampf. Fiona Koch (W11) lief die 800 m in 3:01,4 Min und wurde mit der Silbermedaille belohnt. Einen weiteren Titel holte sich Nils Bormann im Dreikampf. Berit Decker (W10) konnte sich über Platz 2 im Dreikampf und Platz 4 im 800 m-Lauf freuen. Hannah Bormann (W13) holte sich Bronze im Dreikampf, während Maren Wichmann in der derselben Klasse über 800 m die Silbermedaille holte.

Kreisauswahl

2016 fand der wieder der Kreisvergleich der Schülermannschaften auf Regionsebene statt. Vom SVF wurden Mika Guddat, Luca Freese, Luis Koch, Levin Weinert, Calvin Koch, Fynn Wiechmann, Florian Strampp, Maren Wichmann, Fiona Koch und Marie Koch nominiert und holten wichtige Punkte für die Mannschaftswertung. Am Ende wurde die Mannschaft des NLV Kreises Ammerland-Friesland Vierte hinter Cloppenburg, Oldenburg-Stadt und Wesermarsch.



SVF - Mehrkampfsportfest

Unser traditionelles Mehrkampfsportfest für Schüler/-innen fand am 24.09.2016 auf dem Sportplatz in Friedrichsfehn statt. Wie bereits in den letzten Jahren wurde es gemeinsam mit dem Oldenburger TB ausgerichtet. Unserem Übungsleiter Christian

Fuchs gebührt großer Dank, dass er wieder die Gesamtorganisation übernommen hat. Aber auch den vielen Helfern sei gedankt, denn ohne ehrenamtliches Engagement könnte die Veranstaltung nicht stattfinden. Gegenüber 2015 hat sich die Anzahl der Aktiven erheblich gesteigert. Insgesamt kamen 110 Sportler und Sportlerinnen nach Friedrichsfehn, um sich in Drei- und Vierkämpfen zu messen. Nach erfolgreichem Wettkampf konnten die Teilnehmer/-innen wieder die begehrten Mehrkampfnadeln und Urkunden mit nach Hause nehmen. Insgesamt wurden 57 goldene, 41 silberne und 12 bronzene Abzeichen verliehen.



SVF - Sommersportfest

Auch im Jahre 2016 wurde wieder ein vereinsinternes Sportfest durchgeführt. Am 10.06.16 standen Mehrkämpfe für die Nachwuchsathleten/-innen und abschließende Spiele auf dem Programm. Mit den Siegerehrungen und dem tollen Grillfest wurden die Kinder in die Sommerferien entlassen. Ein Dankeschön gilt hier wieder den Eltern, die sich als Kampfrichter und Helfer zur Verfügung gestellt haben und für ein reichhaltiges Büffet gesorgt haben.

Anlässlich des Sportfestes wurden dann Simon Drab und Linus Decker als Übungsleiter verabschiedet, da sie nach ihrem Abitur nun auswärts studieren. Ein besonderer Dank durch den Abteilungsleiter ging an Annette Meyerhoff, die auch studienbedingt nicht mehr als Übungsleiterin zur Verfügung steht. Der Abschied fällt

besonders schwer, da Annette durch ihre freundliche Art und ihr großes Engagement kaum zu ersetzen ist. Auch für die Idee und Organisation vom Sommersportfest und Trainingswochenende trägt sie großen Anteil.

Laufveranstaltungen

Neben den Meisterschaften und Sportfesten auf den verschiedenen Ebenen haben viele Kinder und Erwachsene auch an den Laufveranstaltungen in der Region teilgenommen. Einen guten Überblick können sich Interessenten auf unserer Homepage verschaffen.

Stellvertretend für die vielen guten Ergebnisse seien hier die Siege von Fiona Koch beim Spardalauf im Lauf der Mädchen 2005/2006 sowie die ersten Plätze der Mixed-Marathonstaffel (Ohlrogge, Burrichter, Hunfeld, Hedemann) beim Oldenburg-Marathon und der Mixedmannschaft (Koch, Koch, Koch, Koch, Koch) beim Freimarktslauf in Garrel genannt. Herausragend waren aber auch einige 5 km-Läufe der jungen Mädchen. So belegte Vivienne Koch beim Urwaldlauf in Zetel als Achtjährige(!) den 3. Gesamtplatz in der Frauenwertung! Das gleiche Kunststück schaffte beim Familalauf in Oldenburg Marie Koch, die mit ihren 11 Jahren sich in 22:05 Min. auf Platz 3 der Landesbestenliste lief.



Verschiedenes

Wettkampfkleidung

In einer erneuten Bestellaktion wurde Wettkampfbekleidung gekauft und kostengünstig an die Sportler weiter gegeben. Der Förderverein "Leichtathletik-Mehrkampfteam Friedrichsfehn e.V." hat diese Beschaffung bezuschusst.

SVF-Homepage

Rainer Koch hat auch im Jahre 2016 dafür gesorgt, dass unsere Homepage immer aktuell ist. Dafür sind wir ihm sehr dankbar.

Förderpreis der Öffentlichen Versicherung

Die Öffentliche Versicherung hat 2016 einen Wettbewerb ausgeschrieben, in dem sich Vereine mit Leichtathletikangebot um einen Förderpreis bewerben konnten. Wir sind dabei mit einem Förderpreis ausgezeichnet worden, der zur Anschaffung von einheitlichen Sportbeuteln für die Aktiven verwendet wurde. Der offene Restbetrag wurde wiederum vom Förderverein übernommen

Trainingswochenende

Eine weitere Aktion war das Trainingswochenende mit Übernachtung in der Mehrzweckhalle. An einem Freitagnachmittag trafen sich die Teilnehmer zum Auftakttraining auf dem Sportplatz. Nach dem Abendessen standen noch einige Spiel auf dem Programm. Nach einer "kurzen" Nacht ging es nach dem Frühstück wieder auf den Sportplatz zu einer weiteren Trainingseinheit. Das abschließende Mittagessen, wozu die Eltern wieder tatkräftig beigetragen haben, beendete die gelungene Veranstaltung. Alle Übungsleiter der Nachwuchsgruppen (Lisa, Meikel, Simon, Linus und Annette) haben aktiv an der Vorbereitung und Durchführung mitgewirkt. Dafür gebührt ihnen unser Dank.

Sportlerwahl im Ammerland

Für diese Wahl, die gemeinsam vom Kreissportbund Ammerland und der Nordwest-Zeitung organisiert wird, wurde für das Jahr 2015 Sarah Katharina Ohlrogge nominiert. Im April 2016 stand das Ergebnis fest: Sarah hat gegen starke Konkurrenz einen guten 3. Platz belegt. Dazu unseren herzlichen Glückwunsch.

Aber auch für die diesjährige Wahl zum Sportler des Jahres 2016 ist wieder ein Leichtathlet des SVF nominiert: unser Deutscher Meister Jens Beintken. Daher die Aufforderung an alle: nutzt die Stimmzettel in der NWZ oder stimmt online ab bis zum 1. März 2017! Jens hat es sicher verdient, weit vorne zu landen!

Weihnachtsaktion "Oldenbloc"

Statt einer Weihnachtsfeier im herkömmlichen Sinne haben unsere Übungsleiter Lisa Zacharias und Meikel Sauer die letztjährige Aktion aufgegriffen und wiederum eine gemeinsame Kletteraktion im "Oldenbloc" durchgeführt. Hierbei wurden sie von Annette unterstützt. Einige Eltern haben die Aktion durch verschiedene "Leckereien" unterstützt, die in den dortigen Räumlichkeiten eingenommen werden konnten. Alle Beteiligten waren mit dieser Veranstaltung sehr zufrieden.



Wolfgang Rose

Abteilungsleiter

Dezember 2016

Turnen und Fitness	
Abteilungsleiter	N.N., Tel.: - Mail:
Trainingszeiten	Eltern-Kind-Turnen: Montag, 15.30 – 16.30 und Freitag, 9.15 – 10.15, Mehrzweckhalle Kinderturnen 3-4 Jahre: Freitag, 15.30 – 16.30, Schulturnhalle Kinderturnen 5-6 Jahre: Freitag, 14.30 – 15.30, Schulturnhalle Geräteturnen Mädchen 6-9 Jahre: Mittwoch, 15.15 – 16.15, Mehrzweckhalle Geräteturnen Mädchen ab 10 Jahren: Mittwoch, 16.30 – 18.00, Mehrzweckhalle Geräteturnen Mädchen Leistungsgruppe: Mittwoch, 16.30 – 18.00 und Freitag, 14.30 – 16.30, Mehrzweckhalle Rehabilitationssport: Dienstag, 18.00 – 19.00, Schulturnhalle Rücken-Fit: Dienstag, 19.00 – 20.00, Schulturnhalle Präventionssport: Donnerstag, 18.00 – 19.00 und 19.00 – 20.00, Schulturnhalle Frauenfitness: Dienstag, 20.00 – 21.00, Schulturnhalle Aerobic: Donnerstag, 20.00 – 21.00, Schulturnhalle Seniorensport Frauen: Dienstag, 15.15 – 16.15, Schulturnhalle Nordic Walking: Montag, Wildenloh (Apotheke) Männerfreizeitsport: Montag, 20.00 – 22.00, Mehrzweckhalle
Homepage	http://www.sv-friedrichsfehn.de/?page_id=54

Seniorensport oder 60plus

Wir sind eine Damen-Senioren-Sportgruppe im Alter von 65 bis 90 Jahren. Es werden die Beweglichkeit, die Koordination, die Ausdauer und das Gleichgewicht trainiert. Durch diese Gymnastik sollen die Muskeln und Gelenkfunktionen verbessert und erhalten werden. Die Intensität der Übungen kann und soll jede Sportlerin im Rahmen ihrer körperlichen Fitness und Gesundheit selbst bestimmen. Handgeräte wie z. B. Theraband, Hanteln, Stab, Ball oder Reifen kommen regelmäßig zum Einsatz. Mit Ballspielen, Staffeln oder kleinen Tänzen werden die Sportstunden aufgelockert. Auch Entspannungsübungen sowie Nacken- oder Rückenmassagen werden bei uns angewandt. Das gemütliche Beisammensein kommt in unserer Gruppe nicht zu kurz. Kohlessen, Fahrradtour mit anschließendem Spargelessen sowie eine Weihnachtsfeier zum Abschluss des Jahres finden immer mit reger Beteiligung statt.



Wir sind immer dienstags von 15:15 bis 16:15 Uhr in der Schulturnhalle aktiv. Interessierte Sportlerinnen sind bei uns jederzeit herzlich willkommen.

Monika Schlömer, Tel: 04486-8066

Nordic-Walking im Verein

Jeden Montag treffen wir uns am Eingang zum Wildenloh gegenüber der Apotheke. Dann, nach einer kurzen Erwärmungsphase, geht es los. Der Einsatz von Nordic-Walking-Stöcken macht aus dem Walking ein Training, bei dem zusätzlich die Muskulatur des Oberkörpers beansprucht wird. Es fördert die Beweglichkeit und wirkt sich positiv auf das gesamte Herz-, Kreislauf- und Venensystem aus. Außerdem wird der gesamte Muskelapparat gekräftigt. Diese Laufart können wir an der frischen Luft genießen und in der Gruppe motivieren wir uns gegenseitig. Wir laufen das ganze Jahr über, es ist eine feste Einrichtung im Sportverein. Wer Lust hat, diese

Sportart in Gesellschaft auszuüben, der melde sich bitte bei mir. Es gibt hier keine Altersgrenze - Jung und Alt - sind herzlich willkommen.

Wir laufen immer montags, in den Monaten April bis Oktober von 17:00 bis 18:00 Uhr, November bis März von 15:15 bis 16:15 Uhr.

Monika Schlömer, Tel: 04486-8066

Eltern-Kind-Turnen

Am Montag, dem 14. November, wurde auf Wunsch einiger Eltern der Laternenumzug gestartet. Nachdem wir erst eine Stunde geturnt hatten, versammelten sich dann bei Dämmerung ca. 50 Kinder und ebenso viele Eltern und Großeltern, um ihre Laternen auf der Sportanlage zu tragen. Hierbei wurden die verschiedensten Lieder gesungen. Nach dem Rundgang versammelten wir uns im Clubhaus, wo sich alle an einem kleinen Buffet stärkten und anschließend zufrieden nach Hause gingen. Nur der Wettergott meinte es nicht gut mit uns, da es pünktlich zu Beginn des Umzuges anfang zu regnen.

Auch in diesem Jahr schaute der Weihnachtsmann wieder beim Eltern-Kind-Turnen in der MZH vorbei. Große Freude herrschte bei den Kindern und ihren Eltern als der Weihnachtsmann die Halle betrat. Nachdem wir uns mit Singen von Weihnachtsliedern eingestimmt hatten, klopfte es an der großen Tür und der Weihnachtsmann mit seinem großen Jutesack trat herein.



Er hatte für jedes Kind eine kleine Überraschung dabei. Einige Kinder setzten sich sogar auf seinen Schoß oder sagten ihm ein Gedicht auf. Bevor er dann wieder ging, steckten ihm noch einige Kinder Weihnachtsgebäck zu und begleiteten ihn mit dem Lied „Alle Jahre wieder..“ nach draußen.

Helga Behrmann

Trainingszeiten

Badminton			
Kinder ca. 7-10 Jahre	Dienstag	15:30 – 17:00	Mehrzweckhalle
Kinder und Jugendliche	Freitag	18.00 – 20.00	Mehrzweckhalle
Erwachsene	Freitag	20.00 – 22.00	Mehrzweckhalle
Leichtathletik			
Kinder ca. 7-11 Jahre	Freitag	16.30 – 18.00	Sportplatz/Schulturnhalle
Kinder ab 11 Jahre	Dienstag	16.30 – 18.00	Sportplatz/Schulturnhalle
Kinder ca. 12-15 Jahre	Freitag	16.30 – 18.00	Sportplatz/Mehrzweckhalle
Jugendliche ab 16 Jahre und Erwachsene	Montag Freitag	18.00 – 20.00 16.00 – 18.00	Sportplatz/Mehrzweckhalle
Waldlauf 8-16 Jahre	Donnerstag	16:30 – 17:30	Wildenloh (Sommer)
Sportabzeichen	Montag	17.30 – 19.00 16.30 – 18.00	Sportplatz (ab Mitte Mai) (ab Oktober)
Lauftreff	Montag	18.00 – 19.30	Gerätehaus Sportplatz
	Donnerstag	18.00 – 19.30	Gerätehaus Sportplatz
Fußball			
Siehe Abteilungsseiten			
Handball			
Siehe Abteilungsseiten			

Fitness/Turnen			
Eltern-Kind-Turnen	Montag	15.30 – 16.30	Mehrzweckhalle
	Freitag	9.30 – 10.30	Mehrzweckhalle
Kinderturnen 3-4 Jahre	Freitag	15.30 – 16.30	Schulturnhalle
Kinderturnen 5-6 Jahre	Freitag	14.30 – 15.30	Schulturnhalle
Allgemeinturnen Mädchen 6-9 Jahre	Mittwoch	15.30 – 16.30	Mehrzweckhalle
Allgemeinturnen Mädchen ab 10 Jahren	Mittwoch	16.00 – 18.00	Mehrzweckhalle
Geräteturnen Mädchen Leistungsgruppe	Mittwoch Freitag	16.00 – 18.00 14.30 – 16.30	Mehrzweckhalle
Rehabilitationssport	Dienstag	18.00 – 19.00	Schulturnhalle
Rücken-Fit	Dienstag	19.00 – 20.00	Schulturnhalle
Gesundheitssport	Donnerstag	18.00 – 19.00	Schulturnhalle
	Donnerstag	19.00 – 20.00	Schulturnhalle
Gymnastik Frauen	Dienstag	20.00 – 21.00	Schulturnhalle
Aerobic	Donnerstag	20.00 – 21.00	Schulturnhalle
Gymnastik Seniorinnen	Dienstag	15.30 – 16.30	Schulturnhalle
Nordic Walking	Montag		Wildenloh (Apotheke)
Männerfreizeitsport	Montag	20.00 – 22.00	Mehrzweckhalle