TKJ Nachrichten

Nr. 220











Vereinsnachrichten des Turnklub Jahn Sarstedt e.V. vom 20. März 2026

EDITORIAL



Liebe TKJ-Familie, liebe Freunde des TKJ,

in diesem Jahr künden sich große Ereignisse an. Unser Verein begeht sein 125-jähriges Bestehen. Eine wirklich lange Zeit, wenn man bedenkt, welche Entwicklung allein unsere Stadt in dieser Zeit genommen hat. Sarstedt hatte im Jahr 1901 ca. 1 500 bis 2 000 Einwohner und Deutschland war ein Kaiserreich. Heute hat Sarstedt annähernd 20 000 Einwohner und wir leben in einer Demokratie. Was für ein Wandel, aber unseren Verein gibt es immer noch und dies bunter und vielfältiger als zuvor. Nach wie vor ist der TKJ der größte Verein in Sarstedt und einer der größten im Landkreis Hildesheim.

Dies wollen wir zum Anlass nehmen, das Jahr mit unseren Freunden und Mitgliedern dem Anlass entsprechen zu begehen. Dies sind unsere Planungen:

- Beim Schützenumzug am 14.6.2026 wollen wir uns mit möglichst vielen Abteilungen präsentieren.
- Am 29.08.2026 planen wir einen Festakt mit anschließender großer Party mit DJ und leckerem Essen im Stadtsaal.
- Bei der Sportschau am 29.11.2026 wollen wir uns auch mit möglichst vielen Abteilungen präsentieren.

Parallel dazu arbeiten wir aktuell an einer Festschrift, die spätestens zur Jubiläumsfeier im August erscheinen soll.

Wir freuen uns schon jetzt auf Ihre/Eure Teilnahme an unseren Veranstaltungen. Und nun wünschen wir viel Spaß beim Durchstöbern unserer aktuellen Vereinsnachrichten.

Ihr Eric-B. Kiepke
(Vorsitzender)

TKJ Nachrichten Nr. 220











Vereinsnachrichten des Turnklub Jahn Sarstedt e.V. vom 20. März 2026

Inhalt

	Seite
Weihnachtskino	5
Tischtennis	6
Freizeit und Kultur	7
Turnen	8
Turnen / Kreis-Einzel-Meisterschaften 2026	9-10
Vereinsnachrichten damals	11
Tennis	12
Handball	13-15
Sportschau 2025	16-17
Kinderseite	18
Wer findet die Fehler?	19
Petanque - Save the Date - Faszientraining	20
Tanzsport	22-23
Boxen	24
Leichtathletik	25-28
Lauftreff	28-29
Lösung des Rätsels von Seite 19	29
Brigitte Schwiethal 40 Jahre Klubhaus-Wartin	30
Gymnastiksparte der Leichtathleten - Jahresrückblick	30
Freud und Leid	31

Unsere Geschäftsstelle bleibt wie folgt geschlossen:
30.03 – 07.04.2026
15.05.2026
29.05.2026

Impressum

TKJ Nachrichten Nr. 220

Herausgeber:
TURNKLUB JAHN SARSTEDT E.V.
www.tkj-sarstedt.de

Für den Gesamtinhalt verantwortlich:
Marion Gruber
Im Mittelfelde 39
31157 Sarstedt

TURNKLUB JAHN SARSTEDT E.V. - gegründet 1901

Geschäftsstelle und Turnhalle:
Otto-Gott-Turnhalle, Weberstraße 25
Telefon: 55 90 Fax: 60 20 96
eMail: geschaeftsstelle@tkj-sarstedt.de

Öffnungszeiten der Vereinsgeschäftsstelle:
Montags, dienstags, freitags: 9.00 - 11.30 Uhr
Donnerstags: 15.00 - 18.00 Uhr

Klubhaus:
Jahn-Sportpark / Friedrich-Ludwig-Jahn-Straße 42
Telefon: 18 03

Tennis-Anlage:
Am Festplatz

Bankkonten:

Sparkasse Hildesheim Goslar Peine
IBAN DE35 2595 0130 0020 5200 23
BIC NOLADE21HIK

Volksbank Hildesheimer Börde
IBAN DE36 2519 0001 1352 7398 00
BIC VOHADE2H

Commerzbank
IBAN DE72 2504 0066 0254 3916 00
BIC COBADEFXXX

Beiträge:

ab 01. 01. 2024

		monatlich:
Kinder, Schüler, Studenten (bis 25 J.) Auszubildende (auf Antrag)	EUR	6,50
Senioren (auf Antrag)	EUR	9,00
Erwachsene	EUR	13,00
Familienbeitrag*	EUR	26,00
1 Erw./1 Kind	EUR	19,50
Aufnahmegebühr	EUR	10,00

Tritt eine Familie zusammen ein, wird eine einmalige Aufnahmegebühr in Höhe von 20 € erhoben.

*Vom Familienbeitrag fällt man mit 18 Jahren automatisch in den Erwachsenen-Einzelbeitrag. Auf Antrag kann dieser für Schüler/Studenten oder Auszubildende (bis 25 Jahre) reduziert werden.

Die Beiträge sind vierteljährlich im Voraus zu zahlen. Zahlen Sie bitte bargeldlos durch Dauerauftrag oder Sepa-Lastschriftverfahren.

Kündigungsfrist:
Kündigungen sind schriftlich (mit Unterschrift) zum Ende eines Quartals an die Vereinsgeschäftsstelle zu senden. Gegenstände, die dem Verein gehören wie Mitgliedsausweise oder -karten sind der Kündigung beizufügen.

Gesamtgestaltung,
Satz, Druckvorbereitung, Anzeigenwerbung

werbeagentur
jürgen heise
Schumannstraße 1
31157 Sarstedt

mobil 0171 7768 118

E-Mail: info@heise-werbeagentur.de

Weihnachtskino

21. Weihnachtskino begeistert wieder

Am Nikolaustag besuchten wieder zahlreiche junge TKJ-Mitglieder das Thega in Hildesheim. Egal, ob Handball, Ballett, Turnen oder Judo (um nur einige Abteilungen der Teilnehmer zu nennen), kommen die Kinder und Jugendlichen aus unserem Verein alle zusammen, um gemeinsam bei Popcorn, Nachos und Softgetränk den aktuellen Disneyfilm zu sehen. In diesem Jahr kamen 158 Sportlerinnen und Sportler, die es sich in den bequemen Kinosesseln gemütlich machten, um die Fortsetzung „Zoomania2“ zu schauen.

Schon vor Beginn des Filmes waren besonders die Jüngsten aufgeregt, ohne Eltern ging es los, den Sitzplatz zu suchen und sich mit Snacks und Getränk einzudecken. Bei Problemen waren natürlich wie immer die fleißigen Helfer zur Stelle. Aber alle Teilnehmer fanden ihren Platz rechtzeitig und sobald der Film begann, hörte man nur noch das Rascheln der Popcorntüten und das fröhliche Lachen der Kinder.

Nach etwas weniger als zwei Stunden, war dann leider alles vorbei und alle Kids versammelten sich für das obligatorische Foto vor dem Kino, bevor sie mit ihren Eltern wieder zurück nach Hause fuhren.





Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei Sarstedter Stadtmeisterschaft

Unsere Tischtennisabteilung richtete die Sarstedter Stadtmeisterschaften am 10.01.2026 aus

Insgesamt 41 Spielerinnen und Spieler aus unserem Verein, dem TSV Heisede und der FSV haben sich für die Sarstedter Tischtennis Stadtmeisterschaften 2026 angemeldet.

Gespielt wurde ab 12:00 Uhr in der Albert-Schweitzer-Sporthalle in 2 Konkurrenzen, offene Klasse ab 2. Bezirksklasse und die Klasse D und E, Kreisliga und Kreisklassen.

In der offenen Klasse wurde in 2 Gruppen mit je 7 Spielerinnen/Spielern gespielt, jeweils die 2 besten Spielerinnen/Spieler aus jeder Gruppe qualifizierten sich für das Viertelfinale. Im KO-System setzten sich Moritz und Jörg Hasse (TKJ) durch und spielten das Finale aus, welches Jörg mit 3 - 2 gegen seinen Sohn Moritz in einem spannenden Finale mit spektakulären Ballwechseln knapp gewinnen konnte.

Sieger im Einzel Kreis, Einzel Bezirk und Doppel



Der jeweils 3. Platz ging an Niklas Bahn vom TSV Heisede und Matti Glaser von der FSV. In der Kreisliga/Kreisklasse wurde in 4 Gruppen mit jeweils 6/7 Spielerinnen/Spieler gespielt, jeweils die 2 Besten qualifizierten sich für das Achtelfinale. Hier setzten sich dann Linus Bormann vom TSV Heisede und Michael Klotz aus unserem Verein wiederum im KO-System durch und kamen ins Finale, welches Linus mit 3 - 2 in einem sehr spannenden Finale knapp gewinnen konnte. Der jeweils 3. Platz ging an Andreas Paulsen vom TSV Heisede und Gerhard Mannzen (TKJ).

Die Doppelkonkurrenz mit 17 Paarungen wurde auch im KO-System mit Vorgabe gespielt. Im Finale kam es zu einem reinen TKJ-Duell, in dem sich Sebastian Egbers und Tim Körner gegen Jörg Hasse und Hussein Brimo mit einem klaren 3 - 0 durch setzten.

Die Turnierleitung mit Julia Klockner und Lucy Kempa führte souverän durch den Wettkampftag und für das leibliche Wohl sorgte die Kantine mit Simone Montag und Karin Hasse für einen reibungslosen Ablauf. Die Stadtmeisterschaften endeten dann gegen 21:00 Uhr mit einem verdienten Kaltgetränk.

Gerd Bandemer,
Jörg Hasse



Karl-Heinz Wasgien verteilt ein Rätsel für alle

Weihnachtsfeier in der Abteilung „Freizeit und Kultur"

Zu der Weihnachtsfeier am 10. Dezember begrüßte die Abteilungsleiterin Heidi Siemers 44 Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Mit dem Weihnachtslied „Lasst uns froh und munter sein" begann bei Kaffee und Kuchen eine fröhliche Weihnachtsfeier.

Danach wurden die mitgebrachten kleinen Überraschungspäckchen aus dem großen Sack von Heidi Siemers verteilt, und so kam die ein oder andere Süßigkeit zum Vorschein. Besinnliche und lustige Weihnachtsgedichte wurden von Regine Hart, Karin Schöppl, Karl-Heinz Wasgien und Heidi Siemers vorgetragen.

Anschließend wurde das Programm für das Jahr 2026 vorgestellt und verteilt. Folgende Termine stehen an:

- **Spargelfahrt nach Nienburg am 06.05.26**
- **Fahrt nach Detmold und Hermannsdenkmal am 17.06.26**
- **Fahrt Domfestspiele Bad Gandersheim „Hello Dolly" am 08.07.26**
  Hier musste man sich bis zum 06.01.26 anmelden (diese Fahrt war direkt über Sausewind zu buchen).
- **Sommerfest am 20.08.26**
- **Fahrt nach Buxtehude am 15.09.26**
- **Weihnachtsfeier am 10.12.26**

Mit dem Lied „Fröhliche Weihnachten überall" ging das Programm weiter. Danach folgte ein selbst erstelltes Rätsel von Karl-Heinz Wasgien fürs Köpfchen – daran hatten alle ganz viel Spaß. Das Ergebnis fiel sehr gut aus: die Gewinnerinnen waren Sybille Kreuser, Karin Schöppl und Margitta Graw.

Mit weiteren Weihnachtsliedern und einem Gedicht „Weihnachtliche Besinnung" von Heidi Siemers vorgetragen, endete eine stimmungsvolle Weihnachtsfeier.



Turnen

Andreas Stamme von der Sparkasse Hildesheim Goslar Peine übereicht Turntrainerin Tine Krümmel ihre Gewinner-Urkunde

Unsere Trainerin Tine Krümmel gewinnt für Niedersachsen bei der Aktion „Eure Trainer gesucht!"

Unsere Trainerin Tine Krümmel hat bei der bundesweiten Aktion „Eure Trainer gesucht! (m/w/d)" in der Regionalwertung für Niedersachsen gewonnen. Der von der Sparkassen-Finanzgruppe veranstaltete Wettbewerb hat das Ziel, das unverzichtbare Engagement von Trainerinnen und Trainern im deutschen Sport zu würdigen. Mehr als 1 800 Nominierungen gingen im Rahmen dieser Aktion ein. Sportinteressierte aus ganz Deutschland bedankten sich mit bewegenden Geschichten und persönlichen Botschaften bei ihren Trainerinnen und Trainern.

Bei der 20-jährigen Tine Krümmel hieß es dabei: „Tine lebt für's Turnen! Schon mit 13 Jahren ‚Trainerin' und war sogar im Leistungszentrum aktiv. Nach der Arbeit geht's direkt in die Halle, wo sie ihre Leidenschaft mit Herz und Energie an die Kids weitergibt. Ob Wettkampf, Trainingslager oder Hallenübernachtung – TINE ist immer dabei." Selbstverständlich hätte dieser Text viel länger ausfallen müssen und auch können, aber das erlaubte Mindestkontingent an Buchstaben war an dieser Stelle bereits ausgeschöpft.

Die anschließende Voting-Phase machte deutlich, wie groß die Wertschätzung und der Zusammenhalt in den Vereinen ist. Am Ende des Votings hatte die inzwischen 21-Jährige in Niedersachsen die Nase vorn und gewann für ihren Verein 2.500 Euro. „Beim Voting wurde es richtig spannend", berichtet Tine, die eine Trainerlizenz für den Bereich Geräteturnen Leistungssport besitzt. „Mal lag ich vorn, mal Ortrud Kepper-Bruns, eine Trainerkollegin von der FSV Sarstedt." Am Ende lag dann Tine auf Platz eins, und darüber freuten sich besonders Tines Turnerinnen, aber natürlich auch die gesamte TKJ-Leistungsriege. Marion Gruber, stellvertretende Vorsitzende unseres Vereins, betonte bei der Preisverleihung, dass Tine diese Auszeichnung sehr verdient hat: So viel tolles Engagement und schon über so viele Jahre hinweg, muss einfach belohnt werden. Schön, dass es in einem so großen Rahmen geschehen ist!" Das Geld findet garantiert eine sinnvolle Verwendung. Sei es für die Anschaffung von Kleingeräten, Fortbildungen oder einem Trainingsausflug.

Andreas Stamme, Regionaldirektor bei der Sparkasse Hildesheim Goslar Peine, freute sich bei der Preisübergabe über das großartige Engagement der Gewinnerin sowie der vielen anderen Ehrenamtlichen im Sport: „Jede Nominierung belegt eindrucksvoll, wie wichtig die Arbeit der Trainerinnen und Trainer für unsere Gesellschaft ist. Sie sind die zentralen Stützen in den Vereinen und fördern nicht nur sportliche Talente, sondern auch Werte wie Teamgeist und Fairness."

Die vollständige Liste aller Gewinnerinnen und Gewinner aus Deutschland ist auf der Aktions-Website der Sparkassen-Finanzgruppe abrufbar: www.sparkasse.de/trainer

Tine und das gesamte Trainerinnen-Team sowie alle Turnerinnen der Leistungsriege bedanken sich bei allen, die für Tine fleißig gevotet und täglich abgestimmt haben.

Kampfrichter-Lizenz B für Angelika Schmelzle



Angelika Schmelzle, Trainerin unserer Leistungsriege, hat gerade ganz frisch ihre Kampfrichter-B-Lizenz absolviert. Damit ist sie nun berechtigt, uns ebenfalls auf Landesebene als Kampfrichterin zu vertreten.

Die Kampfrichterausbildung dieser Lizenzstufe erfolgte in drei mehrstündigen Pflichtterminen einschließlich zweier freiwilliger Übungsterminen und dem Prüfungstermin. Eine besondere Herausforderung dabei ist das Lernen des Bewertens der hochwertigen Übungen anhand von Videos. Zwar kann ein Video gut gestoppt werden, um Feinheiten zu besprechen, doch lange Tage vor einem Bildschirm erschweren das aufmerksame Verfolgen der Turnübungen schon sehr. Auch der Prüfungstag ist nicht ohne – sowohl Theorie als auch die Praxis werden abgeprüft.

Umso glücklicher ist Angelika nun über das positive Ergebnis ihrer Prüfung. Sie hat nun eine vierjährige gültige Lizenz der Stufe B, also auf Landesebene. Herzlichen Glückwunsch!

Kreis-Einzel-Meisterschaften 2026 im Gerätturnen

Es war richtig „heimelig“ am Wochenende des 21./22. Februar 2026 bei der Kreis-Einzel-Meisterschaft im Gerätturnen in der Albert-Schweitzer-Sporthalle. Im gesamten Turnkreis Hildesheim-Alfeld stand für die Qualifikationswettkämpfe keine Sporthalle zur Verfügung, so dass unser Angebot, den Turnwettbewerb in unserer Trainingshalle auszurichten, dankend angenommen wurde. Vanessa Rox und ihr Orga-Team haben großartige Arbeit geleistet. Für das Publikum wurde ein kleiner Teil der Halle abgegrenzt, aus dem die Zuschauer die 125 Turnerinnen aus 8 Vereinen des Turnkreises anfeuern konnten.

Wir haben insgesamt 38 Turnerinnen gemeldet. Für die Treppchenplätze gab es Pokale, die die **Sparkasse Hildesheim Goslar Peine über die Aktion „Heimatherzen“** gespendet hat. **Herzlichen Dank dafür!** Elf Pokale davon blieben in unserem Verein, und zwar 2 Gold-, 4 Silber- und 5 Bronzepokale.

Vor der ersten Siegerehrung gab es jedoch noch eine andere, besondere Ehrung für Thomas Janze. Er hat 10 Jahre lang das Kampfrichter-Team bei der Eingabe und Auswertung der Wettkampf-Ergebnisse unterstützt. Dafür erhielt er vom Vorsitzenden des Turnkreises Hildesheim-Alfeld, Matthias Aschmann, zum Dank die Kreisehrennadel überreicht.

Aufgrund der Abiturvorbereitungen hatte sich Emma Schlegel erst ganz spontan für die Teilnahme am Niedersachsen-Cup LK2 entschieden. Besonders am Boden und Balken überzeugte die 17-Jährige durch ihre ausdrucksstarken Choreografien und konnte am Boden sogar die zweitbeste Kür präsentieren. Emma erturnte sich Platz 3 und damit die Qualifikation zu den Bezirksmeisterschaften in Kirchweyhe.

Im Wettkampf der LK2 der jüngeren Turnerinnen (Jahrgänge 2013 – 2015) traten Emilia Przyklenk, Luise Kantereit, Janne Brünje und Mira Aue an. Mira war hier die jüngste Starterin und traute sich bereits an die schwierigen Anforderungen. Sie zeigte am Boden und Balken alle Anforderungen, musste allerdings am Balken aufgrund der Nervosität Stürze in Kauf nehmen. So reichte es am Ende für Platz 6. Für Janne war der Balken ebenfalls ein Zittergerät, bei dem sie stürzte. Am Barren zeigte sie dafür ihr ganzes Können und erreichte insgesamt Platz 5. Luise konnte ihre Balkenübung ganz ohne Sturz beenden und somit wertvolle Punkte sammeln. Sie schaffte die erforderliche Kippe am Barren zum ersten Mal im Wettkampf und konnte sich Platz 4 sichern. Emilia durfte sogar auf Platz 3 des Treppchens klettern. Sie überzeugte mit ihrer neuen Bodenübung, die sie voller Spannung zeigte. Auch am Barren holte sie sich gute Punkte. Alle vier konnten sich mit ihren Leistungen für die Bezirksmeisterschaft qualifizieren und dann noch einmal zeigen, was in ihnen steckt.

In der Wettkampfklasse der LK3 der Jahrgänge 2013 – 2016 gingen vier unserer Turnerinnen an den Start. Selina Praschak musste leider am Balken wichtige Punkte liegen lassen, zeigte aber eine ausdrucksstarke Bodenübung und erreichte schließlich Platz 6. Milia Johanna Lindner zeigte eine schöne Balkenübung ohne Sturz, hatte am Barren aber noch Probleme mit ihrer Kippe, sodass es am Ende Platz 5 wurde. Luise Larisch konnte solide Übungen an allen Geräten vorzeigen und belegte damit Platz 4. Für Nele Tönnies lief es super. Sie präsentierte eine Barrenübung ohne Pausen und konnte am Sprungtisch mit ihrem neuen „Halb-Halb“-Sprung viele Punkte einsammeln. Mit ihren Leistungen durfte sie trotz eines Sturzes am Balken auf den 2. Treppchenplatz steigen. Nele, Luise und Milia sind damit qualifiziert und für Selina wird ein Antrag gestellt.

In der Leistungsklasse P7 - P8 turnte Milagros Scheiermann. Für sie war es das erste Mal, dass sie bei einem Wettkampf den Handstützüberschlag über den Sprungtisch zeigte - eine Herausforderung, die sie souverän meisterte. Auch am Stufenbarren überzeugte die 11-Jährige mit einer starken und sicheren Übung. Am Ende durfte sie sich über den Bronze-Pokal freuen und hat sich damit verdient für die Bezirksmeisterschaft qualifiziert.

Beim Wettkampf im Jahrgang 2015 und jünger ging Alessia Cid Valdes in der Leistungsklasse P6 - P7 an den Start. Am Boden sowie am Balken präsentierte sie bereits die schwierigeren Übungen. Auch, wenn sie mit der P6-Übung möglicherweise eine noch bessere Platzierung hätte erreichen können, stellte sie sich mutig der größeren Herausforderung. Besonders erfreulich war, dass sie sich zudem an den Sprung über den Tisch wagte. Mit ihrem Einsatz und ihrem Ehrgeiz sind wir Trainerinnen sehr zufrieden.

In der anspruchsvolleren G3/G4 Wettkampfklasse hatten sich gleich fünf Turnerinnen an den Start getraut, in dem auch der ein Jahr ältere Jahrgang mitturnen konnte. Elina Ananev verpasste mit Platz 4 leider knapp das Treppchen. Sie zeigte am Boden mit 14,95 Punkten die drittbeste Übung des Wettkampfs. Hier muss beispielsweise ein Flick-Flack gezeigt



Platz 3 für Milagros Scheiermann



Sofie Döhring holt sich Gold



Paulina Wichmann freut sich über den Silberpokal



Kreisehrennadel für Thomas Janze

werden, welchen auch Elina noch nicht beherrscht, dennoch konnte sie sich beweisen. Ihre Vereinskameradinnen Joudi Sandal (14.), Alina Traksel (15.), Leah Sophie Strübe (16.) und Marie Arglebe (17.) mussten sich der besseren Konkurrenz geschlagen geben. Am Schwebebalken bewiesen alle, dass sie das Rad auf dem Balken endlich beherrschen, jedoch ließen sie dafür bei anderen Elementen die Punkte liegen. Jetzt heißt es weiterüben und die noch nicht geschafften Turnelemente erlernen.

Im Wettkampf G2/G3 traten Lilly Meier, Noemi Millan Gonzalez, Edda Schmidt und Annika Kramm an. Lilly meisterte die schwierigen Übungen mit Rad und Handstand am Balken, einem Bogengang am Boden und einem Handstandsprung in der Rückenlage am besten und konnte sich durch ihre sehr ausdruckstarken Übungen mit Platz 5 die Qualifikation zur

Bezirksmeisterschaft sichern. Noemi hatte am Balken leider sehr viel Pech, was sie einige Plätze kostete, am Ende erreichte sie mit einer schönen Boden- und Reckübung den 13. Platz. Edda turnte erstmalig in dieser Wettkampfklasse und konnte die neuen Übungen sicher präsentieren, ein Sturz vom Balken verhinderte leider eine bessere Platzierung. Annikas stärksten Geräte waren Reck und Sprung, sie erreichte Platz 12.

Im Wettkampf G2 konnten Gesa Scheile und Paulina Wichmann mit sehr sauberen und ausdrucksstarken Übungen ihr Können unter Beweis stellen, gerade am Boden und Reck zeigten beide ihr Potential. Am Ende konnten sie sich über die Plätze 2 (Paulina) und 3 (Gesa) und über die damit verbundene Qualifikation zu den Bezirksmeisterschaften freuen. Leonora Maliqui hatte leider ein bisschen Probleme, das Gelernte am Reck abzurufen, was sie wertvolle Punkte kostete, am Ende erreichte sie trotzdem einen guten 9. Platz.

In der G1-Stufe starteten unsere jüngsten Turnerinnen des Jahrgangs 2020. Obwohl sie noch gar nicht so lange trainieren, haben sie sich an allen Geräten tapfer geschlagen. Darya Ananev (Platz 7) überzeugte besonders am Reck. Auch Adriana Paremski (Platz 5) zeigte eine kraftvolle Leistung am Reck. Ihre Grätsche und die Vorbeuge am Boden saßen bereits sehr sicher. Für sie war es sogar der allererste Wettkampf überhaupt. Maja Cirkel erturnte einen hervorragenden 4. Platz und präsentierte an allen Geräten eine konstante Leistung. Auch ihre Übungsabfolge saß sicher und sauber. Unsere kleinsten Turnerinnen können sehr stolz auf sich sein und die Trainerinnen freuen sich auf ihre weitere Entwicklung.

Sofie Döhring, Jonna Grunau, Sara Neumann und Emily Schlegel wagten sich zum ersten Mal an die schon anspruchsvolle LK3, wenn auch nur an die erleichterte Variante, in welcher bereits Teile der Anforderungen erfüllt werden müssen. Dieser Wettkampf fand auf Kreisebene jahrgangsoffen statt.

Sofie bewies gleich, dass sie die Anforderungen bereits sehr gut erfüllen kann. Sie konnte mit ihrem Rückwärtssalto am Boden und der Kippe am Barren punkten und schaffte es am Ende ganz vorne auf das Treppchen – Gold-Pokal! Jonna ist erst seit einem Jahr bei uns im Training dabei und hat sich vor allem am Sprung deutlich verbessern können. Dies zeigten auch die 11,3 Punkte und damit der zweitbeste Sprung des Tages. Emilys fleißiges Training der Schwebekippe am Stufenbarren hat sich ausgezahlt, sodass sie erstmals diese und einen Holmwechsel mit einem Langhangaufschwung direkt im ersten Wettkampf des Jahres zeigen konnte. Am stärksten war sie jedoch am Schwebebalken, wo sie ohne große Fehler die zweitbeste Wertung erzielte. Emily durfte sich über Platz 3 und Jonna sogar über Platz 2 freuen. Nach einem Auslandsjahr in Japan (ohne Turnen) und nur einem vierwöchigen Vorbereitungstraining erturnte sich Leony Kress einen guten 5. Platz. Ihre ausdrucksstarke Bodenkür belohnten die Kampfrichter mit der zweitbesten Bewertung des Wettkampfs. Leider konnte sie den Überschlag am Sprungtisch nicht so gut wie im Training abrufen und verlor hier einige Plätze. Dieser war für die 15-jährige Vereinskollegin Maya Mehner überhaupt kein Problem, ihr Handstütz-überschlag war der beste des Wettkampfs, insgesamt erturnte sie sich den 6. Platz. Sara trat hier als „Oldie“ gegen die im Schnitt 10 Jahre jüngeren Turnerinnen an und freute sich an diesem Tag besonders über die Übung ohne Sturz am Balken. Für sie wurde es am Ende der 7. Platz – allerdings auch nur 1,55 Punkte hinter Platz 2. Es war also ein spannender Wettkampf für alle Beteiligten.

Auch die LK4 jahrgangsoffen war aus Kreis-Ebene ausgeschrieben. Lina Schöllhammer turnte das erste Mal in dieser Wettkampfklasse. Während sie am Balken nicht ihre Trainingsleistung abrufen konnte, zeigte sie ihre Bodenübung sicher. Sie belegte Platz 17. Luisa Kramm konnte einen schönen Sprung vorweisen und erreichte damit Platz 12. Kurz davor auf Platz 11 landete Leya Sophie Schaffmeister, die mit ihrer ausdrucksstarken Bodenübung das Publikum verzauberte. Richtig gut lief es für Janne Wiesehan, die sich mit ganz souverän vorgetragenen Übungen den 6. Platz sicherte. Sowohl am Schwebebalken, Sprung und auch Boden konnte sie ihre persönlichen Bestnoten steigern. Ihre Bodenkür war die drittbeste des Durchgangs.

Auf dem Treppchen konnten zum Schluss gleich zwei TKJ-Turnerinnen Platz nehmen: Emilia Wichmann zeigte die besten Sprung- und Balkenübungen und darf sich Vizemeisterin dieser Wettkampfklasse nennen. Annemarie Helliger konnte mit der zweitbesten Balken- und der besten Bodenübung punkten. Zusammen mit der drittbesten Barrenübung holte sie sich den Titel des Wettkampfes und den Goldpokal.


Emma Schlegel springt auf Platz 3


Emilia Przyklenk erturnt sich den 3. Platz


Platz 3 für Gesa Scheile


Gold für Annemarie Helliger


Platz 2 für Nele Tönnies

Vereinsnachrichten damals ...

... vor 10 Jahren?

Neuer Anstrich und geschichtliches Hinweisschild

Im Zuge von Renovierungsarbeiten bekamen unsere Umkleideräume und auch die Garderobenbänke einen neuen Anstrich. Größere und kleine Reparaturen sowie eine Grundreinigung wurden durchgeführt. Auch die Fassade erscheint nun in einem anderen „Kleid“. Gerade richtig kam diese Veränderung, denn so hat das Geschenk vom Sarstedter Geschichtskreis genau den richtigen Rahmen erhalten – an unserer Otto-Gott-Turnhalle dokumentiert nun ein Hinweisschild ein weiteres Stück Sarstedter Geschichte.



... vor 20 Jahren?

Ballett im Jahr 2005

In der Aufführung tanzten zunächst die Kinder der 2. Ballettgruppe nach einer Choreografie von Gisela Barrera zu der Musik Karneval der Tiere von Camille Saint-Saens die Geschichte des kleinen Mädchens, die in ihrem Märchenbuch liest und einschläft. Im Traum öffnet sich die Zauberkiste und es entsteigen in prächtigen Kostümen ein Teddy, Puppen, Clowns, Feen, Schmetterlinge und Pferdchen, die dem Mädchen alle zeigen wollen, wie wundervoll ihre verzauberte Welt ist. Ein Prinz, Bauchtänzerinnen und ein Kamel entführten die Schlafende zu Abenteuern in den Orient.



... vor 30 Jahren?

„Verkleiden und auch Turnen“

Unter diesem Motto fand das Faschingsturnen der Turnabteilung statt. Ca. 150 Kinder in verschiedenen Altersklassen folgten diesem Motto mit sehr originell und kreativ gestalteten Kostümen. Die 3- bis 5-jährigen und die Kinder des Eltern-Kind-Turnens konnten sich an den in der ganzen Halle aufgebauten Geräten austoben. Spielen in verschiedenen Formen, wie z. B. mit dem Fallschirm, war bei den 6- bis 12-jährigen angesagt. Besonderer Höhepunkt hierbei war die „Schatzsuche“ nach einem in der Turnhalle versteckten Päckchen, in dem als Belohnung für alle Suchenden etwas „Leckeres“ versteckt war. Insgesamt war es für die Kinder ein ereignisreicher Nachmittag.

Bei Knabbereien, freien Getränken, geschmückter Turnhalle und guter Musik fand für die Jugendlichen eine Faschingsdisco statt. Mit einem Gemeinschaftstanz „Saturday night on Sunday night“ begann der Abend. Weiter ging es mit einer Polonaise und zur Erheiterung aller einige Tanzspiele. Außerdem wurden diejenigen prämiert, die am ausgeflipptesten tanzten. Da alle Mädchen ihr Bestes gaben, fiel es der Jury sehr schwer, eine Entscheidung zu treffen.



Die Organisatoren: „Schlafmützen, Pappnasen und Pfeife“



Still ruht der Platz – Tennis kennt keinen Winterschlaf

Ein herrlich friedlicher Anblick bot sich in diesem Winter all jenen, die bei einem Sonntagsspaziergang einen kleinen Abstecher zur Tennisanlage wagten: Still, weiß und beinahe idyllisch zeigten die verschneiten Plätze ihren ganz eigenen Zauber. Doch während die Außenanlage unter ihrer winterlichen Decke ruht, ist bei uns Mitgliedern alles andere als Stillstand angesagt. Im Gegenteil: Auch in der kalten Jahreszeit wird mit großem Engagement gespielt, geplant und mit viel Vorfreude Richtung Sommer geblickt.

Alle in der Halle

Aktuell ist eine Herrenmannschaft bei Hallen-Punktspielen im Einsatz. Dieses Team steht beispielhaft für gelebten Zusammenhalt: Spieler aus der 1. und 2. Herren 50 haben sich zu einer gemeinsamen Mannschaft formiert und vertreten unseren Verein in der Bezirksklasse. Heimspiele werden in der dafür angemieteten Tennishalle in Sehnde gespielt. Dort zeigte sich schnell, dass Tennis auch im Winter begeistert: Anfeuernde Blicke von der Seitenlinie sorgten für eine lebendige Wettkampfatmosphäre. Für andere von uns verläuft die Hallensaison bewusst etwas weniger wettkampforientiert: Unsere Allerkleinsten üben ihre Schwünge in der Albert-Schweitzer-Halle und für die Jugend hat die Tennisschule Kostin ein Indoor-Training in Hildesheim aufgelegt. In verschiedenen Spielgemeinschaften treffen sich zudem zahlreiche weitere Spieler regelmäßig zum Training und beleben an vielen Abenden die Tennishallen in Hildesheim, Hemmingen, Rethen und Sehnde.

Planung statt Platzruhe

Und auch abseits laufenden Spielbetriebs werden Planungen mit großem Engagement vorangetrieben. Insgesamt elf Mannschaftsmeldungen für die kommende Punktspielsaison sind abgegeben, mehrere Teams haben Tenniscamps zur Saisonvorbereitung organisiert und der Vorstand hat für die Saison 2026 zahlreiche interessante Termine festgezurrt. Vorfreude auf den Frühling und den Start auf der Anlage ist spürbar.

Die Hallen-Herren 50 beim Heimspiel



Alle aufschlagen bitte: 1. Mai

Schon jetzt ein ganz dicker Eintrag für eure Kalender: Am 1. Mai eröffnet die Tennis-Sparte offiziell die Saison und gleichzeitig auch wieder ihre Türen für alle Interessierten. Beim traditionellen „Tag der offenen Tür" darf ganz ungezwungen geschnuppert, ausprobiert und gefragt werden. Ein attraktives Einsteiger-Angebot gehört wie immer dazu – die ideale Gelegenheit für Neugierige aus allen Sparten, den Tennisschläger selbst in die Hand zu nehmen. Eine Erinnerung folgt rechtzeitig über unsere Social-Media-Kanäle.

50 Jahre und ein Baby

Alle Vorhaben überstrahlt jedoch ein ganz besonderes Ereignis: In 2026 feiert unsere Tennisabteilung ihr 50-jähriges Bestehen. Ein halbes Jahrhundert Tennissport im Verein verdient einen würdigen Rahmen. Zu diesem Anlass macht sich die Sparte selbst - und allen Tennisbegeisterten – ein besonderes Geschenk: Mit dem 1. Offenen Sarstedter Mixed-Turnier des TKJ wird ein neues sportliches Highlight aus der Taufe gehoben. Gespielt wird ab dem 1. August. Den Höhepunkt der Jubiläumswoche bilden die Endspiele am 8. August mit anschließender Players Party – ein Abschluss, bei dem Tennis, Gemeinschaft, Erinnerungen und viele schöne Momente im Mittelpunkt stehen werden.

Drinnen gespielt, draußen vermisst

Man sieht: Auch, wenn die Plätze draußen noch ruhen, schlägt das Herz der Tennissparte kräftig weiter und freut sich schon jetzt darauf, bald wieder alle im Verein daran teilhaben zu lassen.

Handball



Weihnachtsfeier der weiblichen Minis

Neue T-Shirts für die ganze Abteilung

Alle Sarstedter Handballerinnen und Handballer haben einen gemeinsamen Look: Abteilung, Förderinitiative und einer der Hauptpartner vor Ort, die Firma MeKo, setzten gemeinschaftlich das Ziel um, alle aktiven und passiven Mitglieder mit einem Abteilungsshirt auszustatten. Während mehrerer Monate Vorbereitung entstand das Design, wurden Größentabellen erstellt und die Bestellung letztendlich finalisiert. Zu Weihnachten war es dann so weit: Allen von den Minis bis zu den Senioren wurde ein Shirt überreicht. Auf dem Bild präsentieren die Damen I und die Herren I das Ergebnis.

Neue Trikots für Damen I und Herren I

Viele unserer Mannschaften wurden in den vergangenen Jahren mit neuen Trikots ausgestattet, doch die Erste Damen- und die Erste Herrenmannschaft waren eine ganze Weile leer ausgegangen. Nun wurde mit unseren Partnern ein größeres Paket umgesetzt, sodass die beiden Mannschaften seit Neuestem im einheitlichen Look auflaufen. Die Firmen MeKo, Jentzsch, Höfer, LCN, Phyisotherapie Hollenbach sowie Allfinanz Deutsche Vermögensberatung konnten vom Konzept überzeugt werden, sodass unsere beiden Teams nun gemeinsam im roten und weißen TKJ-Look auflaufen können.

Zusätzlich konnten alle Ausrüstungsbegeisterten private Zusatzbestellungen abgeben: Zu den beiden Hauptfarben rot und weiß sowie den Keeperinnen- und Keeper-Farben schwarz und türkis, gab es noch ein pinkes Sondertrikot zu bestellen.

Die Damen und Herren in den Vereinsshirts





Neuer Look für Damen und Herren 1

Spiel, Spaß und Teamgeist – Five a Side-Einführung beim TKJ

Mit großer Resonanz führte unsere Handballabteilung am 17. Januar eine Einführungsveranstaltung zum Five a Side Handball durch. Unter Anleitung von Lennart Hamsch (HVNB) standen 16 aktive Spieler und Spielerinnen, ehemalige Aktive und Neulinge aus verschiedenen Vereinen der Handballregion – darunter allein 10 Teilnehmende unseres Vereins - gemeinsam in der Halle, um die neue, kleinere Spielform des Handballs kennenzulernen.

Five a Side Handball ist eine moderne, vereinfachte und besonders dynamische Variante des klassischen Handballs. Gespielt wird – wie der Name sagt – mit fünf Feldspielerinnen bzw. -spielern pro Team, ohne feste Positionen und mit deutlich mehr Flexibilität als im regulären Handball.

Die Spielform richtet sich an Einsteiger, Einsteigerinnen, Wiedereinsteiger und -einsteigerinnen und alle, die Spaß an Bewegung und Teamspiel haben – unabhängig von Alter oder Vorerfahrung. Nach einer inspirierenden Vorstellung der Spielform wurde schnell klar: Five a Side ist mehr als nur Handball im kleineren Format. Es ist ein Angebot, das Menschen zusammenbringt – unabhängig von Alter, Erfahrung oder Fitnessstand. Die einfachen Regeln, das faire Miteinander und der hohe Spaßfaktor sorgten schon nach wenigen Minuten für viel Spaß bei den Beteiligten. Die auf max. 8 Spieler reduzierte Teamgröße und das schnelle Wechselspiel boten ideale Voraussetzungen, um alle aktiv einzubinden und gleichzeitig ein erstes Spielgefühl zu vermitteln.

Im Praxisteil spürte man regelrecht die Energie in der Halle. Jeder Ballwechsel, jeder Treffer und jede gemeinsame Aktion zeigte, wie viel Potenzial in dieser Spielform steckt. Viele Teilnehmende äußerten im Anschluss den Wunsch, dieses Format regelmäßig weiterzuführen. Unsere Handballabteilung möchte diese Begeisterung nun mitnehmen und ein Five a Side Angebot aufbauen, das allen offensteht, die Freude an Bewegung und Gemeinschaft erleben möchten. Für weitere Informationen wendet Euch gerne an die TKJ-Handballabteilung: *handball@tkj-sarstedt.de*

Positive Entwicklung in der männlichen D

Unsere männliche D-Jugend wurde jahrgangsweise in zwei Mannschaften eingeteilt. Die männliche D des Jahrgangs 2013 umfasst zehn Spieler und tritt in der Regionsklasse 1, Staffel 3 an. Mit sechs Siegen und drei Niederlagen belegt das Team zum Jahreswechsel einen starken dritten Platz.

Der jüngere Jahrgang, die männliche D 2, ist mit 12 Spielern der etwas größere Kader. Sie spielt in der Regionsklasse 2, Staffel 3 und steht mit neun Siegen und nur einer Niederlage souverän auf dem ersten Tabellenplatz.

Alle Spieler haben sich hervorragend weiterentwickelt und der Spaß am Sport ist ihnen anzusehen. Besonders der jüngere Jahrgang hat sich sehr schnell an das Spiel über das gesamte Feld gewöhnt. Wir freuen uns auf die zweite Saisonhälfte!

Nachwuchs mit Begeisterung am Ball

Die weiblichen Minis nehmen regelmäßig und mit großer Begeisterung an den Handball-Spieltagen teil. Dabei stehen für die jungen Spielerinnen vor allem der Spaß an der Bewegung und die Freude am gemeinsamen Spiel im Vordergrund und genau das merkt man ihnen auch an.

Neben vielen fröhlichen Momenten auf und neben dem Spielfeld zeigen die Mäd-

Spaß beim Spieltag der Kleinsten



chen auch sportlich beachtliche Leistungen. Die regelmäßige Teilnahme an den Spieltagen zahlt sich aus: Die Minis entwickeln sich kontinuierlich weiter und sammeln wertvolle Erfahrungen im Wettkampf mit anderen Teams. Besonders erfreulich ist die hohe Trainingsbeteiligung. Zahlreich und zuverlässig kommen die Mädchen Woche für Woche zum Training, was die große Begeisterung für den Ballsport Handball widerspiegelt. Die Freude am Spiel mit dem Ball ist bei allen deutlich spürbar.

Die Trainerinnen Annette und Evi Hollenbach mit Henja Fuß legen großen Wert auf eine altersgerechte Ausbildung. Mit viel Spiel, Spaß und viel Motivation fördern sie die handballerischen Fähigkeiten der Kinder und stärken gleichzeitig Teamgeist, Fairness und Selbstvertrauen. So wächst nicht nur sportliches Können heran, sondern auch eine starke Gemeinschaft. Ein besonderer Höhepunkt zum Jahresabschluss war die gemeinsame Weihnachtsfeier der weiblichen Minis und der weiblichen C-Jugend. Diese fand beim Space Bowling in Lathen statt und bereitete allen Beteiligten einen rundum gelungenen Vormittag. In entspannter und fröhlicher Atmosphäre wurde gemeinsam gebowlt und gelacht. Für eine große Überraschung sorgte der Besuch eines Weihnachtsmannes, der die Kinderaugen zum Leuchten brachte. Mit im Gepäck hatte er Geschenke für alle Spielerinnen. Die Mädchen durften sich über Süßes und neue Shirts freuen, die von der Förderinitiative der Handballabteilung gesponsert wurden. Die Freude über diese tolle Geste war bei allen deutlich spürbar und rundete den gelungenen Jahresabschluss perfekt ab.

Die wohl größte Überraschung für die Kinder folgte im Anschluss an die Weihnachtsfeier: Gemeinsam mit dem Weihnachtsmann nahmen die Minis ein Video auf, in dem sie die deutsche Damen-Nationalmannschaft am Tag vor dem Finale der Handball-Weltmeisterschaft herzlich grüßten und unterstützten.

Was die Mädchen zu diesem Zeitpunkt noch nicht wussten: Auf ihr Video folgte tatsächlich eine Rückmeldung von mehreren Nationalspielerinnen, die kurz vor dem großen Endspiel standen. Nicht nur ein „Daumen hoch" erreichte den Nachwuchs unseres TKJ Sarstedt, sondern auch persönliche Video-Botschaften mit liebevollen Worten wie „Herzlichen Dank" und „Ihr seid so süß". Diese besondere Anerkennung – verbunden mit dem Einzug der deutschen Damen ins WM-Finale – sorgte für große Begeisterung und strahlende Gesichter bei den jungen Handballerinnen und machte die Weihnachtsfeier zu einem unvergesslichen Erlebnis sowie zu einem zusätzlichen Motivationsschub für den weiteren Weg im Handballsport.

Wer Interesse hat, sich das Team der weiblichen Minis einmal anzuschauen oder selbst aktiv zu werden, ist herzlich eingeladen. Mädchen im Alter von fünf bis acht Jahren können jederzeit gern zu einem Schnuppertraining vorbeikommen. Das Training findet montags von 16:00 bis 17:30 Uhr in der Schiller-Oberschulhalle (Sporthalle) statt. Alle Interessierten sind herzlich willkommen, den Handballsport kennenzulernen und vielleicht schon bald Teil des Teams zu werden.



Sportschau 2025

„TKJ - Mehr als nur Sport“

Liebe Leserin, lieber Leser,

in unserer letzten Ausgabe vom Dezember 2025 ist uns leider ein technischer Fehler unterlaufen, wobei irrtümlich die Sportschau-fotos vom Dezember 2024 abgedruckt wurden. Wir bitten, diesen Fehler zu entschuldigen.
Hier nun auf dieser Doppelseite die „echten“ Fotos der Sportschau vom Dezember 2025.

Kinderseite

30. Auflage der Faschingsdisco der Turnkids



Tolles Orga-Team bei der Faschingsdisco

Mit guter Laune stürmten am Faschings-Wochenende die 6- bis 12-jährigen Turnkids fantasievoll verkleidet die Otto-Gott-Turnhalle in der Weberstraße. Sofort ging es los im traditionellen Stil - die Polonäse durch den ganzen Saal. Es folgten lustige Spiele, Tänze und Parkour-Staffeln. Die Übungsleiterinnen Lea Reith und Marion Gruber wurden an diesem Abend tatkräftig durch das junge Helferteam Alexander, Emily, Hannah, Janna, Janne und Leony unterstützt. Herzlichen Dank dafür. So konnte alles reibungslos über die Bühne gehen. Es wurde getanzt, getobt und viel gelacht. Da kam die kleine Snackpause mit erfrischenden Getränken genau richtig.

Buntes Eltern-Kind-Turnen

In der Eltern-Kind-Gruppe ging es ebenfalls gut gelaunt zu. Auch hier kamen die Mädchen und Jungen mit tollen Kostümen zur Sportstunde. Unsere Jüngsten konnten dann durch eine „kunterbunte" Turnlandschaft klettern und toben. Da hatte sich Übungsleiterin Ann-Kathrin Harmening tolle Aufbauten einfallen lassen.



Unsere Jüngsten beim Faschingsturnen



Die Kids hatten viel Freude unter dem großen Fallschirmzelt hindurch zu tauchen und mit den bunten Tüchern zu spielen.

Am Ende durfte – Fasching hin oder her – natürlich der große Abschlusstanz zu „Alle Schäfchen machen Böckchen" nicht fehlen.

Wer findet die Fehler?





Im unteren Bild haben sich 10 Fehler eingeschlichen. Wer findet sie?
(Lösung auf Seite 29)

Save the Date

Turnklub Jahn
125 Jahre Sport für Sarstedt

Dieses Jubiläum wollen wir feiern!

Festakt am
29. August 2026 um 15:00 Uhr im Stadtsaal, Wellweg

Party am 29. August um 19:00 Uhr im Stadtsaal, Wellweg
(Kartenverkauf ab Mai 2026)

Sportschau am 29.11.2026 in der Sporthalle der Schiller-Oberschule



PÉTANQUE ODER Boule

Bewegung mit Spaß für Jung und Alt an der frischen Luft und anschließend geselliges Beisammensein im Klubhaus!

Jeden Donnerstag
von April bis Oktober ab 16:00 Uhr

Neu: 18:00 Uhr bis Open End

im Jahn-Sportpark (Sportplatz rechts der Ruther Straße)

Wenn's dich interessiert, komm doch einfach mal vorbei und schau's dir an! Wir freuen uns auf dich. Außer guter Laune brauchst du nichts mitzubringen. Vielleicht machst du dann auch schon mal ein paar Würfe und triffst das „Schweinchen". Die Kugeln warten schon auf dich!

Du kannst auch vorher anrufen:
Abteilungsleiter Günter Jereczek: Tel 05066 4180
oder die TKJ-Geschäftsstelle: Tel 05066 5590,
die deine Fragen gerne beantworten.

Faszien-Fitness nach FASZIO®

Der Turnklub Jahn Sarstedt e.V. startet mit einer Wundertüte voller Bewegungsüberraschungen. Das FASZIO®Konzept basiert auf den 7 Strategien und 5 Leitbahnen für die Gesunderhaltung der 1 Faszie.

FASZIO® trainiert und berücksichtigt alle Aspekte eines gesunden und effektiven Faszientrainings. Bänder und Sehnen erhalten durch höhere **Dehnfähigkeit** und **Elastizität** mehr leistungsstarke Schnellkraft. Bindegewebe lässt sich durch hohe **Geschmeidigkeit** und impulsive Bewegungen straffen. Muskelaufbau in Bewegung bringt funktionale **Kraft** in den Übertragungswegen. Kombiniert wird dies mit dem **Lösen** von Blockaden und Zeiten für **Regeneration**.

Vielfältige und ungewohnte Anforderungen schulen die **Wahrnehmung** und fördern Stabilität, Kondition und Bewegungskompetenz.

Das abwechslungsreiche Training gibt Anreize, fordert den ganzen Körper, alle Sinne und orientiert sich an den Anforderungen eines gesunden Alltags. Ziel ist es, sich körperlich mit Leichtigkeit und Kreativität seiner Umgebung und Situation anpassen zu können.

Je vielfältiger und ungewohnter das Training ist, desto effektiver. Je stärker die Impulse gesetzt werrden, desto größer der Leistungszuwachs. Raus aus der Komfortzone, rein in glücklich machende Bewegungsvielfalt!

Der Kurs (auch für Nichtmitglieder des Vereins) startet am 09.04.26 um 20:00 Uhr in der Sporthalle der Schiller-Oberschule und läuft über 10 Kursstunden. Mitzubringen sind ein großes und kleines Handtuch.

Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle des Vereins telefonisch ab sofort unter 05066 5590 oder auch gerne per Mail unter geschaeftsstelle@tkj-sarstedt.de entgegen.

Tanzsport



Die Tänzer in Bremen



Exkursion zu den Deutschen Meisterschaften im Formationstanz „Standard und Latein" in Bremen

Am 15.11.2025 um 09:00 Uhr trafen sich die Hobbytänzer am Sarstedter Bahnhof, um nach Bremen zu starten. Nach einer ziemlich pünktlichen Zugfahrt kamen sie im regnerischen Bremen an. Aber die gute Laune war mit Nichts zu trüben!

Schnell waren die Koffer im Hotel abgeben und es ging los in die Innenstadt. Ziel waren natürlich die Bremer Stadtmusikanten und der Roland. Bei dem gemeinsamen Essen im „Hans im Glück" konnten alle knurrenden Mägen versorgt werden. Gut gestärkt ging es in die Böttchergasse mit der Bonbon-Manufaktur; anschließend Schlendern im berühmten Schnorrviertel durch die engen Gassen mit den kleinen Häusern, Cafes, Galerien und vieles mehr.



Nach einer kurzen Ausruhphase trafen sich alle im Foyer, um in die ÖVB-Arena zu starten. Denn jetzt stand der Hauptpunkt der „Tanz-Fahrt" an – die Deutschen Meisterschaften im Formationstanz „Standard und Latein". Im Programmheft konnten wir es dann auch schwarz auf weiß lesen – unser Trainer David Kiefer ist Wertungsrichter. Wenig später sahen wir es dann auch, als er mit den anderen Wertungsrichtern die Arena betrat und mit der Nennung unseres Vereins „TKJ Sarstedt" aufgerufen wurde.

Nach 4 Stunden wunderschöner Formationen in tollen Kostümen standen die Sieger fest – der Grün-Gold-Club Bremen e.V. in Latein und der Braunschweiger TSC in Standard. Mit der Nationalhymne wurde die Veranstaltung beendet.

Müde gingen alle ins Hotelbett. Am nächsten Morgen ging es dann nach einem ausgiebigen Frühstück frohgelaunt zurück nach Sarstedt.

Fröhliche Runde im „Hans im Glück"



Weihnachtstanzen

Der krönende Abschluss eines Tanzsportjahres ist das Weihnachtstanzen. Die Pausenhalle der Schiller-Oberschule, in der ein festlich geschmückter Tannenbaum stand, wurde mit tausend Lichtern und Sternen zusätzlich stimmungsvoll beleuchtet. Auf den Tischen leuchteten weihnachtliche Windlichter. Gegen 19:00 Uhr kamen die aktiven Tänzer und Tänzerinnen sowie auch die Paare aus der Einsteigergruppe in festlichen Kleidung.

Gleichzeitig füllt sich das Büfett mit Antipasti, Quiche und weihnachtlichem Gebäck. Glühwein, Punsch und weitere Getränke standen ebenfalls bereit.

Nachdem die Tanzsportabteilung einschließlich Einsteigerkurs komplett anwesend waren, sprach Trainer David Kiefer ein kurzes Grußwort und startete den Weihnachtsball. Alle Paare kamen auf die Tanzfläche. Langsamer Walzer, Cha-Cha-Cha, Quickstep und … nach weihnacht-



Tolle Stimmung beim Weihnachtsball

licher Tanzmusik sollten den Hunger auf das Büfett erhöhen. In der Tanzpause konnte das Festkomitee Maren Döring und Dietlinde Gorzel das Büfett eröffnen.

Außer dem tollen Essen gab es noch zwei weitere Programmpunkte. Die stellvertretende Abteilungsleiterin Dietlinde Gorzel dankte David Kiefer für seine Geduld mit den Hobbytänzern und das tolle Training im Jahr 2025. Im Namen aller Tänzerinnen und Tänzer überreichte sie ein Weihnachtsgeschenk. David packte es sofort aus und freute sich sehr über ein „rostiges" Tanzpaar für seinen Garten.

Der nächste Programmpunkt war, das David Kiefer ein paar Videos aus seiner aktiven Zeit zeigte. Sein Spektrum reichte von Formationstanz Standard und Latein über Paartanz zu Showtanz.

Danach wurde das Tanzbein wieder geschwunden. Viel zu schnell war der gelungene Abend zu Ende.

TKJ

Einsteigerpaare erfolgreich



Einsteigertanzen

Am 3. November 2025 startete ein Einsteigerkurs „Tanzen im TKJ". Sechs tanzwütige Paare wollten ausprobieren, ob sie sich gegenseitig auf die Füße treten oder gemeinsam tanzen können. Nach den sechs Trainings-Abenden hatte noch keiner vorzeitig aufgegeben und alle nahmen die Einladung zum Weihnachstanzen gern an.

In seinen Abschlussworten konnte Trainer David Kiefer resümieren: „Die Einsteigerpaare haben nun die Grundschritte für Langsamen Walzer, Cha-Cha-Cha, Rumba und Co. gelernt. Somit ist der Grundstein für den Einstieg in die Hobbygruppe gelegt!"

Die Tanzsportabteilung freut sich sehr auf die neuen Hobbytänzer.

Boxen

Medaillen-Triumph!!!
Zwei Gold- und eine Silbermedaille

Unsere Boxer haben bei ihrer jüngsten Turnierserie eine beeindruckende Bilanz erzielt. Nach harten Kämpfen in Wolfenbüttel und Celle sicherte sich das Team im Finale in Gifhorn insgesamt zwei Gold- und eine Silbermedaille.

Die Ergebnisse im Detail:

Zaid Miliani (Gold): Er dominierte das Turnier von Beginn an. Nach einem deutlichen Sieg im Viertelfinale zog er ins Halbfinale in Celle ein, wo er seinen Gegner so stark unter Druck setzte, dass dieser in der 3. Runde angezählt werden musste. Auch im Finale ließ er keine Zweifel aufkommen, zwang seinen Kontrahenten erneut zum Anzählen und sicherte sich souverän den ersten Platz.

Soher Omeirat (Gold): In einem hochklassigen Finale traf er auf einen starken Gegner. Mit einer konzentrierten Leistung setzte er sich knapp mit 3 : 2 Richterstimmen durch und holte das zweite Gold für unseren Verein.

Alparslan Özdemir (Silber): Nach zwei starken ersten Runden im Finale fehlte ihm in der dritten Runde die nötige Ausdauer. Er verlor den Kampf knapp nach Punkten und belegte den 2. Platz.

Starke Leistungen in der Vorrunde: Bereits im Viertelfinale in Wolfenbüttel zeigten unsere Boxer ihr Potenzial. Maxim Saculteanu (U15, Gewichtsklasse bis 75 kg) bestritt mangels direkter Gegner einen Vergleichskampf und gewann diesen deutlich mit 3 : 0. Samir Omeirat lieferte sich ein Duell auf Augenhöhe mit einem DM-erfahrenen Boxer vom BSK Seelze, unterlag jedoch in einem umstrittenen Urteil knapp mit 1 : 2.

Mit diesem Erfolg festigt unsere Box-Sparte ihre Position als eine der aufstrebenden Kräfte im regionalen Boxsport.

Die nächste Ausgabe der
TKJ Nachrichten erscheint
am 19. Juni 2026



Trainer Halil Ercil bereitet Maxim Sacuteno auf den Kampf vor



Zaid Miliani holt Gold



Platz 2 für Alparslan Özdemir (Mitte)

Leichtathletik



Jubel über Weihnachtsgeschenk bei unseren Jüngsten

Aufbruch in die Freiluftsaison

Der März ist da, die Hallensaison klingt langsam aus – und bei unseren Leichtathletinnen und Leichtathleten wächst die Vorfreude auf das Training unter freiem Himmel. Bevor es jedoch endgültig nach draußen geht, steht für rund 20 Athletinnen und Athleten der U14 und älter noch ein besonderes Highlight auf dem Programm: das Trainingslager in Meppen. Dort werden nicht nur die sportlichen Grundlagen für die kommende Saison gelegt, sondern auch Teamgeist und Gemeinschaft weiter gestärkt.

Nach den Osterferien findet das Training für alle Altersklassen wieder auf dem Sportplatz statt. Für die jüngsten Aktiven starten wir traditionell mit dem vereinsinternen Dreikampf in die Saison. Sportlich ambitioniert blickt auch unsere U20-Mixed-Staffel über 4 × 400 m nach vorn: Sie möchte in diesem Jahr erneut bei den Deutschen Meisterschaften an den Start gehen. Parallel dazu beginnt die neue Sportabzeichen-Saison, auch unseren Kindersportabzeichentag in den Sommerferien (02.07.2026) wird es wieder geben.

Doch hier erst einmal der Rückblick auf die Ereignisse des Winters:

Weihnachtsgeschenke für ALLE



Sportliche Weihnachtsfreude für über 100 Aktive

Dank des großen Engagements unseres Förderkreises konnten sich auch zu Weihnachten 2025 wieder alle aktiven Leichtathletinnen und Leichtathleten über ein sportliches Präsent freuen. Über 100 Aktive erhielten beim traditionellen Jahresabschlusstraining neue Sportsocken mit TKJ-Leichtathletik-Logo. Die Freude darüber war bei Groß und Klein gleichermaßen groß – und die Socken sind seitdem regelmäßig im Training zu sehen.

Silvesterlauf in Hasede besonders beim Nachwuchs beliebt

Alle Jahre wieder kommt… der Silvesterlauf in Hasede, der bei vielen Mitgliedern sehr beliebt ist. So nutzten gleich 27 Sportlerinnen und Sportler die Möglichkeit das Jahr sportlich auf einer der vier angebotenen Strecken zu beenden, obwohl das Wetter bei drei Grad Celsius, Wind und Regen alles andere als einladend war.

Neun Aktive liefen beim 5-km-Lauf mit und zeigten hier ihr Ausdauer-Können. Einen



Unser Nachwuchsteam beim Silvesterlauf in Hasede

richtig guten Lauf erwischte Nils Passow, der in einer neuen Bestzeit bereits nach 18:51 Min. wieder im Ziel war und sich Platz 3 in der U18 sicherte. Sein Trainer Matthias Harmening (M35) folgte als nächster in 21:12 Min. unmittelbar vor Lukas Dettmar (Männerklasse). Das Siegerpodest erreichte in der M70 Bernward Schuck, der mit 26:07 Min. eine gute Zeit hinlegte. Nur 90 Sek. später erreichte Gerhard Rischmüller als Sieger der M75 (27:45 Min.) das Ziel.

Als jüngste und schnellste Sarstedterin lief Anni Schwarze in 24:06 Min. über die Ziellinie und gewann damit auch die Wertung ihrer Altersklasse der W15. Ihre Mutter Fabienne lief in der W45 zu Platz 2 (29:05 Min. Katinka Schaal lief ebenfalls im TKJ-Trikot und verpasste in 28:13 Min. als Vierte knapp das Siegerpodest der W35.

Die längste Strecke des Tages absolvierte in Hasede Ralf Borgaes, der in 51:59 Min. nach gelaufenen 10 km wieder im Ziel war (Platz 5 der M55).

Der Nachwuchs konnte im Bambinilauf über 600 m oder auf der doppelt so langen 1,2 km-Strecke sein Können unter Beweis stellen. Beim 600-m-Lauf hatten es Timo Richmann (M7) und Torge Harmening (M6) beide scheinbar eilig wieder ins Warme zu kommen. Sie liefen ein couragiertes Rennen und kamen als Erster (Timo, 2:36 Min.) und Dritter (Torge, 2:47 Min.) bereits wieder ins Ziel. Schnellstes Mädchen war Emma Pauline Wagner (W4) in 3:39 Min. vor Theresa Wehmeyer (W6) und Annelie Schaal (W3).

Beim abschließenden 1,2 km-Lauf traten noch einmal 10 junge Aktive unseres Vereins an: Lina Wagner gewann als schnellstes Mädchen insgesamt und in ihrer Altersklasse der W8 das Rennen in 5:45 Min. Ebenfalls auf Platz 1, aber in der M12 schaffte es Jon Richmann (6:01 Min.). Finja Ertel (Platz 2) und Mialina Lampe (Platz 5) liefen gute Zeiten in der W10. Tilda Schaal, Lina Westphal, Caroline Sudenn, Mette Harmening und Lina Sudenn bildeten ein starkes Mädchenteam in der U10. Liese Schaal kam in 8:04 Min. als Vierte in der weiblichen U8 ins Ziel.

Alle Beteiligten freuten sich dabei gewesen zu sein und wollen gerne auch im Jahr 2026 den gut organisierten Lauf in unser Nachbarschaft nutzen.

3 Medaillen und gute Platzierungen bei den Landesmeisterschaften

Charlotte Schwabe sichert sich Tickets zur Deutschen Meisterschaft.
Mitte Januar fand in Hannover mit den Landesmeisterschaften der Altersklassen U20 und U16 der erste große Leichtathletikwettkampf des Jahres in Niedersachsen statt. Unser Verein war mit drei Athleten und einer Athletin vertreten, die überaus erfolgreich am Wettkampf teilnahmen.

Herausragend war Charlotte Schwabe. Startberechtigt in der Altersklasse U18 trat sie an diesem Wochenende gegen die bis zu drei Jahren ältere Konkurrenz in der U20 an. Im Vorlauf über 60 m verbesserte sich Charlotte im Vergleich zum Vorjahr um 35 Hundertstel auf 7,80 Sek. – auf der kurzen Distanz ein riesiger Sprung. Mit 7,84 Sek. im Zwischenlauf qualifizierte sich die 15-Jährige für das Finale. In diesem verbesserte sie ihren Hausrekord noch einmal auf 7,77 Sek. - Platz 5 in Niedersachsen und die Qualifikation für die Deutschen Jugendmeisterschaften der U20 im Februar. Die zweite DM-Norm folgte über die 200-m-Distanz. In 25,19 Sek. pulverisierte Charlotte nicht nur ihre bisherige Bestzeit von 26,30 Sek. aus dem Sommer, sondern verbesserte auch den Vereinsrekord aus dem Jahr 2018 und gewann in der älteren Konkurrenz die Bronzemedaille.

Ebenfalls in guter Form präsentierte sich Simon Quaedvlieg. Im Hochsprung der Altersklasse U20 überquerte er 1,86 m – neue persönliche Bestleistung und Platz zwei in Niedersachsen. Selbst die folgende Höhe von 1,89 m riss der junge Athlet nur denkbar knapp. Im 60-m-Sprint, den Simon in 7,40 Sek. absolvierte, folgte die nächste Bestleistung.

Die Sarstedter Schneeeulen fliegen mit Trainerin Anett Winter zu Platz 3



Luca Willig gewann im Dreisprungwettbewerb der U20 die zweite Bronzemedaille für das TKJ-Team und knackte den 42 Jahre alten Vereinsrekord. Mit seiner Weite von 13,12 m war er jedoch nicht ganz zufrieden, denn die ungültigen Sprünge wären weiter gewesen. Im Weitsprungwettbewerb hingegen verfehlte Luca seine persönliche Bestleistung nur um 3 cm: 6,29 m bedeuteten am Ende Rang 4. Als Mehrkämpfer startete Luca zudem im Kugelstoßen - nach dem Altersklassenwechsel in die U20 erstmals mit der Sechs-Kilo-Kugel. Mit der neuen Kugel belegte er mit 11,11 m den 6. Platz in Niedersachsen.

Als vierter Athlet unseres Vereins startete Nils Passow über die 200-m-Distanz. Nach zehn Tagen Skikurs mit der Schule blieb Nils etwas hinter seiner Bestzeit zurück. 24,69 Sek. wurden für ihn gestoppt.



Charlotte Schwabe setzt sich im 200-m-Sprint durch und qualifiziert sich fürs Finale

Unsere Kinderleichtathletikteams schaffen es aufs Siegerpodest

Bereits zum vierten Mal in Folge nahmen aus unser Abteilung Kinderleichtathletik-Teams am jährlichen Hallensportfest des SV Mühlenberg in Hannover teil. Beim sogenannten KiLa-Wettkampf sind zwar die typischen leichtathletischen Fähigkeiten gefragt, diese werden jedoch in kindgerechten und abwechslungsreichen Wettbewerbsformen umgesetzt. In den Altersklassen U8 und U10 traten insgesamt 20 Teams in vier Disziplinen gegeneinander an. Für jedes übersprungene Hindernis beim Staffellauf oder jeden einbeinig durchhüpften Reifen sammelten die Kinder beispielsweise Punkte für ihr Team. Am Ende jeder Disziplin erhielt das Team so viele Punkte wie seiner Platzierung entsprachen – das Team mit den wenigsten Punkten gewann den Gesamtwettkampf.

Bei unseren Jüngsten, den TKJ-Tigern, lief es besonders gut. Bereits in der Einbeinhüpf-Staffel überzeugte das Team mit einer herausragenden Leistung. Mit über 300 Punkten stellten sie einen neuen Rekord auf und belegten hier Platz eins. In den weiteren Disziplinen lieferten sie sich ebenfalls einen spannenden Zweikampf mit den „Wettberger Geparden". Am Ende bedeutete dies einen tollen zweiten Platz mit nur sieben Gesamtpunkten. Über diese starke Leistung freuten sich Torge Harmening, Lukas Dukardt, Emma Westphal, Theresa Wehmeyer, Klara Klein, Emmi Hödtke, Mia Fröhlich und Helena Heise zurecht.

In der Altersklasse U10 gingen gleich zwei Teams aus unserem Verein an den Start: die Sarstedter Schneeleoparden und die Sarstedter Schneeeulen. Begleitet von ihren Trainerinnen Anett Winter und Anni Schwarze zeigten beide Teams an den verschiedenen Stationen starke Leistungen. Die Schneeleoparden mit Timo Richmann, Nele Kwoczalla, Charlotte Vetault, Louisa Peckmann, Erik Rudolf, Luis Kritzler-Kosch, Carolin Beyes und Mila Grubisic überzeugten insbesondere bei der Weitsprungstaffel, während die Schneeeulen – lautstark angefeuert – bei der Hindernisstaffel glänzten. Am Ende belegten die Schneeleoparden Platz 9 von 13 Teams, die Schneeeulen mit Mette Harmening, Lina Marie Gottwald, Daniel Dukardt, Lina Westphal, Lukas Peckmann, Tom Holling und Sophie Wegner durften sich als drittbestes Team über einen Platz auf dem Siegerpodest freuen.

Auch, wenn natürlich alle Kinder gerne ganz vorne landen möchten, standen bei diesem Wettkampf vor allem der Spaß an der Bewegung und der Teamgeist im Vordergrund. Beides kam bei unseren Teams nicht zu kurz – ein rundum gelungener Wettkampftag.

Platz zwei für die TKJ-Tiger in der Altersklasse der U8



Charlotte Schwabe weiterhin in Topform bei den Norddeutschen Meisterschaften

Trotz Eis und Glätte machten sich vier Athletinnen und Athleten unserer Abteilung mit ihrem Trainer Matthias Harmening auf den Weg zu den Norddeutschen Meisterschaften der U20 und Erwachsenen nach Neubrandenburg.

Die Jüngste von ihnen – Charlotte Schwabe (U18) – bestätigte auch bei den Norddeutschen Hallenmeisterschaften ihre sehr gute Form. Auf beiden Sprintstrecken qualifizierte sich die noch Fünfzehnjährige in der Altersklasse U20 für die Finalläufe und bestätigte die Qualifikation für die



Charlotte Schwabe, Luca Willig, Simon Quaedvlieg und Nils Passow bei den Landesmeisterschaften U20 in der Halle



Michael Bartsch beim Dresden-Marathon

Deutschen Meisterschaften. Sowohl im 60-m-Vorlauf als auch im Zwischenlauf lief Charlotte eine neue Bestzeit von 7,75 Sek. Beim Finale und Abschluss des ersten Wettkampftages konnte dann zwar keine erneute Steigerung mehr stattfinden, Charlotte reihte sich mit 7,81 Sek. aber auf einem guten achten Platz ein. Am zweiten Wettkampftag sprintete Charlotte auf der Außenbahn im 200-m-Sprint in 25,28 Sek. zum Finaleinzug. Auf diese Teilnahme verzichtete sie jedoch, um Kraftreserven für die nächsten wichtigen Wettkämpfe zu haben.

Die drei männlichen U20-Athleten Luca Willig, Simon Quaedvlieg und Nils Passow präsentierten sich mit durchwachsenen Ergebnissen. Während Simon im 100-m-Sprint nahezu Bestzeit lief (7,41 Sek.), schied er im Hochsprungfinale bereits bei 1,80 m aus. Ausgeschieden ist auch Luca beim Weitsprungwettbewerb, er verpasste nach einem ungültigen und einem Sprung knapp unter 6 m das Finale der besten 8 Springer. Die Enttäuschung war ihm anzumerken, dennoch lief es beim Dreisprung besser. Hier bestätigte er sein Niveau und sprang mit 13,31 m zu Platz 6 in Norddeutschland. Nils konnte auf der Laufbahn im 200- und 400-m-Sprint nach seinem Infekt im Januar noch nicht wieder an sein Laufniveau anknüpfen. Insgesamt kann unsere Gruppe mit ihren Ergebnissen zufrieden sein.

Eisige Temperaturen beim Silvesterlauf Maschsee



TKJ-Lauftreff

Dresden-Marathon

Beim 25. Dresden-Marathon konnte Michael Bartsch seine bisherige Bestzeit über die Königsdistanz um 3 Minuten verbessern. Er kam nach 3:56:29 Std. ins Ziel, was sowohl bei den Männern als auch in der Altersklasse M50 ziemlich genau eine gute Platzierung „in der Mitte" bedeutete. Davor lagen 42,2 km bei sehr wechselhaftem Wetter von fast windstill mit Bilderbuchhimmel bis Regen und starkem Wind. Die Strecke führte durch eher städtische Gebiete, vorbei an den für Dresden typischen historischen Gebäuden, aber auch durch den Waldpark und zweimal durch den großen Garten. Der Kurs war flach, allerdings mussten bei den vier Elbe-Überquerungen doch einige Steigungen überwunden werden. Die großartige Aussicht von den Brücken entschädigte aber sofort für die Anstrengung. Durch den gemeinsamen Start zusammen mit den Halbmarathon-Läufern waren bis Kilometer 17 über 8000 Menschen auf der Strecke, an der viele Zuschauer jubelten und unzählige Sambatruppen für Schwung sorgten. Der Zieleinlauf erfolgte nach einer Runde im westlich der Innenstadt gelegenen Heinz-Steyer-Stadion.

Marienburg-Marathon

Im November stellten sich mit Kai-Hendrik Lenz und Volker Kringel zwei Läufer unseres Lauftreffs einer besonderen sportlichen Herausforderung: Dem Marienburg-Marathon, ausgerichtet vom VfL Adensen-Hallerburg. Die Veranstaltung war mit rund 800 Teilnehmenden vollständig ausgebucht und international besetzt.



Beim Marienburg-Marathon dabei: Kai-Hendrik Lenz

Kai-Hendrik nahm die Marathon-Distanz in Angriff. Trotz eisiger Temperaturen und ungeplanter Hindernisse durch zahlreiche Fans der Amazon-Prime-Serie Maxton Hall, die zeitgleich am Schloss Marienburg zu Besuch waren, bewältigte Kai souverän die zwei anspruchsvollen Runden mit insgesamt 600 Höhenmetern.

Nach 4:07 Stunden erreichte er das Ziel und belegte den 4. Platz in seiner Altersklasse sowie Rang 51 in der Gesamtwertung – ein starkes Ergebnis angesichts der widrigen äußeren Umstände. Zufrieden, aber mit einem klaren Blick nach vorn, merkte Kai im Ziel an: „Ein Termin im Frühjahr wäre für mich noch attraktiver. Dann wäre der Lauf eine optimale Vorbereitung für den Rennsteiglauf über 73 km."

Volker entschied sich für die Halbmarathon-Distanz und erreichte nach 2:21:03 Stunden das Ziel. Damit belegte er einen respektablen 12. Platz in der Altersklasse M60.

Silvesterlauf um den Maschsee

Zum Jahresausklang trafen sich die Läuferinnen und Läufer unseres Lauftreffs wieder mit Freunden und Bekannten am Nordufer des Maschsees, um noch einmal „wettkampfmäßig" zusammen zu laufen und danach den Jahresabschluss gebührend einzuleiten. Der Silvesterlauf um den Maschsee gehört mittlerweile zu den größten seiner Art und war in diesem Jahr komplett ausgebucht. Beim Hauptlauf über 5,8 km um 12:00 Uhr standen rund 3 000 Läuferinnen und Läufer an der Startlinie am Nordufer. „Leider spielte das Wetter diesmal überhaupt nicht mit", musste Jörg Hanne, der die Teilnahme des Lauftreffs bereits seit 2009 organisiert, feststellen. „Wir hatten in all den Jahren zuvor alles gehabt: Schnee, Glatteis, Regen, eisige Temperaturen …, jedoch so extrem widrige Bedingungen mit starkem, eiskaltem Wind und Regen waren wirklich eine neue Erfahrung für uns!"

Trotz allem waren alle Team-Mitglieder am Start und ließen sich die Laune auch nicht verderben. Die meisten gingen den Lauf „behutsam" an und ließen dabei das Laufjahr Revue passieren. Noch einmal richtig Gas gegeben hat Kai-Hendrik Lenz, der in 25:12 Minuten eine hervorragende Zeit erzielte. Stefan Geisler konnte die 30-Minuten-Schallmauer knacken und sich im Ziel über 29:28 Minuten freuen. Hinterher gab es noch einige auf den Silvesterabend einstimmende Getränke, bevor es dann doch – aufgrund der Kälte diesmal recht schnell – nach Hause unter die warme Dusche ging.

TKJ

Lösung Kinderseite:



Brigitta Schwiethal seit 40 Jahren Klubhaus-Wartin



Als das Ehepaar Schwiethal im Dezember 1985 als Klubhaus-Warte anfingen, bescheinigten ihnen ihre Vorgänger: „Das haltet ihr nicht so lange durch wie wir!“ Weit gefehlt. Doch eigentlich wollte Frau Schwiethal gar nicht nach Sarstedt ziehen. Sie wurde jedoch von ihrer Familie überstimmt und so kam es, dass sie und ihr Mann als Klubhaus-Warte ins TKJ-Klubhaus am heutigen Jahn-Sportpark, damals noch „Sportplatz rechts der Ruther Straße“ einzogen.

Und heute, kann sich Frau Schwiethal eine andere Umgebung gar nicht mehr vorstellen. Als ihr Mann im letzten Jahr verstarb, war es ihre große Sorge, dass sie nun vielleicht ausziehen müsse. Dafür gibt es aber keinen Grund und daher betreut sie unser Klubhaus nun so gut wie allein (bei kleinen Reparaturen sprich Hausmeistertätigkeiten bekommt sie Hilfe und Unterstützung von ihren Kindern), sorgt weiterhin für die Reinigung der Räumlichkeiten, bereitet diese für Sitzungen oder den laufenden Sportbetrieb her und ist Ansprechpartnerin für die Sportler und Sportlerinnen vor Ort.

Und dies seit nunmehr 40 Jahren. Mit einem kleinen Präsent bedankte sich Marion Gruber im Namen des gesamten Vorstandes und aller Aktiven ganz herzlich.

Gymnastiksparte der Leichtathlethen – Jahresrückblick 2025



Mit unseren Montags- und Mittwochsgruppen der Gymnastiksparte der Leichtathlethen haben wir im vergangenen Jahr insgesamt über 80 Stunden Fitnesstraining absolviert.

Beide Gruppen sind mit motivierten Sportlerinnen und Sportlern gewachsen. Waren es 2024 in der Montagsgruppe noch 13 Aktive, so steigerte sich die Gruppe auf 22. Die Mittwochsgruppe vermehrte sich von 8 auf 14 Aktive. Dieser erfreuliche Zulauf setzte sich aus unseren Mitgliedern verschiedener Sparten und aus Neumitgliedern zusammen. Nicht nur die Gruppengrößen steigerten sich, auch die persönlichen Leistungen wurden verbessert. Ein tolles Ergebnis und Erlebnis für Alle!

2025 gab es auch Veränderungen im Trainingsbetrieb. Das Montagstraining wurde in den vergangenen Jahren nur von Okt./Nov. bis zu den Osterferien in der Halle der Schiller-Oberschule durchgeführt. Die Mittwochsgruppe hatte schon in den Sommermonaten 2023/2024 das Training aus der Otto-Gott-Halle in den Jahn-Sportpark verlegt. So kam der Vorschlag, dass das Training der Montagsgruppe auch ganzjährig stattfinden könnte.

Das zusätzliche Trainingsangebot sprach sich schnell herum, wurde sehr gut angenommen und führte zur Vergrößerung der Teilnehmer.

Es gab einen perfekten Start in die Saison 2025, da das Wetter es gut mit uns meinte. Bei beiden Gruppen wurde das Training nur zweimal in der Saison wetterbedingt abgesagt.

Wie in den Trainingseinheiten zu bemerken war, ist Motivation und Freude an Beweglichkeit und Muskelerhalt/-aufbau, allen Aktiven ein wichtiger Grund für die Teilnahme. Das zeigte sich an der Resonanz und dem Feedback bei jeder Trainingseinheit. Schon nach dem letzten Training im Dezember freuten sich Alle auf die Saison 2026.

Wer sich einer oder beiden Gruppen anschließen möchte, ist gern zum „Schnuppern“ eingeladen.

Montags um 18:30 - ca.19:45 Uhr, mittwochs 14:00 - 15:00 Uhr – weitere Infos gern per Mail unter *lutz.wittke@web.de*

Freud & Leid

Wir gratulieren zur Geburt einer Tochter:
Johanna Lenz und Moritz Christ

Unseren älteren Mitgliedern herzliche Glückwünsche zum Geburtstag

Hans-Ulrich Antl	77 Jahre
Gerhard Bandemer	77 Jahre
Brigitte Barra	83 Jahre
Gerd Beckmann	78 Jahre
Barbara Berking	87 Jahre
Ulrich Berking	88 Jahre
Wolfgang Brückner	77 Jahre
Monika Büsing	82 Jahre
Inge Dähne	74 Jahre
Edith Dassow	83 Jahre
Brigitte David	78 Jahre
Rosemarie Drygas	78 Jahre
Manfred Dziony	76 Jahre
Fritz-Georg Eineder	83 Jahre
Ursula Fache	78 Jahre
Monika Freidank	77 Jahre
Gert-Helmut Gruber	85 Jahre
Waltraut Gruber	83 Jahre
Ruth Grübler	90 Jahre
Margrit Grüter	91 Jahre
Klaus Grzesinski	89 Jahre
Ursula Harenkamp	88 Jahre
Klaus Hehne	78 Jahre
Margret Henneberger	79 Jahre
Heidrun Hille	85 Jahre
Horst Hoferichter	90 Jahre
Waltraud Horneffer	82 Jahre
Karl-Heinz Jänke	79 Jahre
Günter Jereczek	86 Jahre
Philipp Keller	71 Jahre
Monika Kern	83 Jahre
Roland Kern	82 Jahre
Eva Kleiner	87 Jahre
Brigitte Kollecker	83 Jahre
Karen Kosowski	78 Jahre
Achim Krone	78 Jahre
Renate Langner	89 Jahre
Hannelore Lawitschka	88 Jahre
Iris Lösch-Günther	82 Jahre
Ursula Linder	84 Jahre
Walter Mahlendorf	91 Jahre
Christoph Marguerat	77 Jahre
Helga Marguerat	71 Jahre
Ernst Mattischent	86 Jahre
Karin Mattischent	86 Jahre
Siegrid Matz	77 Jahre
Hannelore Medau	82 Jahre
Ingrid Mitulla	87 Jahre
Adelheid Niemann	79 Jahre
Dorothea Oppermann	75 Jahre
Klaus Oppermann	77 Jahre
Jürgen Paduch	73 Jahre
Margret Peters	87 Jahre
Dieter Petzold	85 Jahre
Ingeborg Petzold	78 Jahre
Gerhard Rischmüller	77 Jahre
August Rose	87 Jahre
Christa Sandrock	81 Jahre
Heike Schuck	71 Jahre
Dr. Annette Schüttrumpf	89 Jahre
Dr. Gerd Schüttrumpf	88 Jahre
Sigrid Schulze	86 Jahre
Anorte Schwier	83 Jahre
Ursula Seidel	87 Jahre
Christina Sobe	72 Jahre
Hartmut Sparkuhl	86 Jahre
Wilfried Stadtmüller	74 Jahre
Patricia Storp	73 Jahre
Ulrich Stresing	81 Jahre
Regina Ufer	74 Jahre
Hildegard Viehweg	75 Jahre
Ilsemarie Wasgien	77 Jahre
Karl-Heinz Wasgien	78 Jahre
Rosemarie Ziegler	77 Jahre

Wir bedauern das Ableben
unserer Vereinsmitglieder

Hilde Burandt
Paul Kemmler
Jochen Schmidtmer