



## Jahresberichte der Abteilungen 2020

hauptsächlich mit Tumbling präsentiert, den 2. Platz und das Team sicherte sich den Meistertitel und schloss damit die Saison gut ab.

### **Salty Duchess** ( ab 15 Jahre)

Noch ein Titel Regionalmeister Nord/West ging an SDC. Sehr überraschend platzierten sie sich vor der regionalen Konkurrenz aus Salzgitter-Lichtenberg und Braunschweig und qualifizierten sich mit der erreichten Punktzahl zur Deutschen Meisterschaft. Dort belegten sie den 12. Platz.

Zum Saisonende gab es einen Start bei den Elite Championships in Bottrop, wo SDC einen guten 11. Platz belegen konnte.

### **Sweet Mosquitos** – Aufbauteam

Neuen Teammitglieder im Peewee-Alter werden bei den Sweet Mosquitos die Grundlagen des Cheerleadings beigebracht.



Der Saisonabschluss wurde mit allen Teams beim Grillen und natürlich Stunten auf unserem Vereinsgeländer in geselliger Runde begangen und die altersbedingten Wechsel vollzogen. Die noch folgenden Auftritte beim Altstadtfest, MTV Familienfest, NOW Stadtteilstadtteilfest, bei der Herbstmeile und im Wohnstift am Greifpark fanden dann bereits in der neuen Zusammensetzung statt.

Da der Cheerleadingverband CCVD großen Zulauf zu verzeichnen hat, war eine Neustrukturierung der Meisterschaften nötig. Bereits im Dezember 2019 startete die neue Saison erstmals mit Landesmeisterschaften, auf der sich die Teams für die Regionalmeisterschaften und dann für die Deutschen Meisterschaften qualifizieren mussten. Die Vorbereitungszeit wurde damit um ca. 2 Monate verkürzt, da die Landesmeisterschaften bereits im Dezember 2019 stattfanden.

### **Niedersachsenmeisterschaft Wolfsburg 7. Dezember 2019**

Die ersten Landesmeisterschaften brachten gute Ergebnisse, denn sowohl die Tiny Mosquitos, die Landesmeister wurden, als auch die Black Mosquitos, die sich einen 3. Platz sichern konnten, qualifizierten sich für die Regionalmeisterschaften. Die Salty Duchess erreichten knapp nicht die Qualifikation und belegten den 6. Platz:



## **Badminton**

### **Trainingszeit "Erwachsene": dienstags, 19.00 - 20.30 Uhr (alte Sporthalle Gymnasium SZ-Bad)**

Zur Zeit sind wir neun aktive Spieler (Alter: 14+), eine Spielerin pausiert momentan verletzungsbedingt. In dieser Sporthalle stehen uns vier Felder und ein "Vierernetz" zur Verfügung, ein fünftes (einzelnes) Netz kann bei Bedarf noch zusätzlich gespannt werden. Wir nehmen an keinen Punktspielen teil, sondern treffen uns "Just-for-fun". Zwei spielen lieber für sich, die anderen machen mal Einzelspiele oder auch sehr gerne Doppelspiele. Niemand muss auf der Bank sitzen, je nachdem stehen auch mal drei Spieler auf einem Spielfeld. Es wäre schön, wenn noch neue Gesichter hinzukommen, Bälle werden auf Wunsch gestellt (sowie Schläger am Anfang zum Testen...). Man muss keinerlei Vorkenntnisse mitbringen - die Schlagarten und auch die Regeln werden dann erklärt.

### **Trainingszeit "Kids": freitags, 15.00 - 16.30 Uhr (neue Sporthalle Gymnasium SZ-Bad)**

Diese Trainingszeit ist immer gut besucht. Momentan sind bis zu 16 Kinder und Jugendliche dort aktiv. Die Altersspanne reicht von acht bis achtzehn Jahren. Im vergangenen halben Jahr sind insgesamt sechs Spieler hinzugekommen, davon auch viele Jüngere. Wir haben ein Drittel der Sporthalle, können somit die Netze über drei Felder spannen.

Aufgrund der Teilnehmerzahl und der Felder ergibt sich, dass Doppel gespielt werden. Die Älteren stellen sich ihre Gruppen selber zusammen. Bei den Jüngeren und die, die noch nicht ganz so lange dabei sind, wird das Ganze vom Trainer koordiniert – hier werden Schlagübungen gemacht und Regeln erklärt. Es ist auch sehr schön, dass sich die älteren Spieler/-innen oft und selbständig ohne Ansage bereiterklären, einmal mit den kleineren Kindern zu spielen. Aufgrund der wachsenden Teilnehmerzahl wünschen wir uns ein zusätzliches Netz, dass man bei Bedarf noch für ein viertes Feld spannen kann. Die erste Stunde wird fleißig Badminton trainiert, danach versammeln sich alle in der Mitte zum Rundlauf. Dabei steht vorallem der Spaß im Vordergrund und jeder hat die Chance, sich auch einmal gegen andere Mitspieler als sonst zu versuchen.

*Dennis Walter*

## **Cheerleading**

### **Tiny Mosquitos** (5 bis 11 Jahre)

Als Regionalmeister Nord/West qualifizierten sich TMC zur Deutschen Meisterschaft, die im Juni in Bielefeld stattfand. Leider gab es kurz vorher einen Ausfall und 2 Ersatzmädels mussten in Eile die Abläufe erlernen. Die Routine gelang trotzdem sehr gut aber leider war die Konkurrenz sehr stark, sodass sie den 15. Platz belegten, das aber bundesweit von 89 Startern in dieser Kategorie.

Mit dem Erreichen des 3. Platzes bei den Harzer Cheeropen in Ilsenburg, wurde die Saison 2019 beendet.

### **Black Mosquitos** (11 bis 15 Jahre)

Der Vizemeistertitel bei der Regionalmeisterschaft Nord/West zeigt die gute Entwicklung des Jugendteams, leider konnte BMC sich trotzdem nicht für die Deutsche Meisterschaft qualifizieren. Dafür brachten sie von den Harzer Cheeropen gleich 2 Pokale mit nach Hause. Josy Rothkamm belegte in der Kategorie Individual, bei der ein Cheerleader sich

### German All Level Championship Hamburg 11. Januar 2020

Alle drei Teams belegten sehr gute Plätze. Die Tiny Mosquitos und die Salty Duchess verpassten das Treppchen und belegten jeweils einen 4. Platz. Die Black Mosquitos zeigten eine gute Routine und holten sich den Meistertitel in ihrer Kategorie.



### Regionalmeisterschaft Nord Wolfsburg 22.2.2020

Nach einer durch Erkrankungen mehrerer Mitglieder beider Teams konnte die Vorbereitungszeit nicht gut genutzt werden. Die Tiny Mosquitos starteten dann doch noch vollständig, hatten jedoch nur eine gute Woche Zeit für die Perfektionierung der Routine. Trotzdem wurden sie unerwartet Vizemeister mit einer sehr guten Punktwertung. Sie haben sich im bundesweiten Ranking auf Platz zwei von 69 Startern für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert.



Die Black Mosquitos konnten nur mit einem reduzierten Team an den Start gehen und die Trainer mussten die Routine auf die neuen Bedingungen umschreiben. Das Team hatte eine Woche Zeit, den neuen Ablauf zu lernen, wodurch jedoch die Zeit fehlte, Sicherheit im neuen Programm zu erlangen. Das Team konnte ihre Routine gut auf die Matte bringen und eine gute Bewertung erlangen, jedoch reichte es nicht zur Qualifikation zu den Deutschen Meisterschaften.

Damit reisen für den MTV Salzgitter die Tiny Mosquitos am 29.3.2020 zu den Deutschen Meisterschaften in Riesa

Alle Teams sind gut aufgestellt, können jedoch noch weitere Mitglieder gebrauchen.

*Horst Gessnitzer*

### Faustball

Das Jahr 2019 verlief in der Spielgemeinschaft (SG) Salzgitter/Vienenburg gemischt. In der Feldsaison wurde eine Mannschaft in der Verbandsliga Süd gemeldet. Sie belegte einen Platz im Mittelfeld.

Die Männermannschaft, M 35 kam leider nicht weiter als bis zu den Landesmeisterschaften. In diesem Jahr zählte für sie vordergründig der olympische Gedanke; sie waren dabei.

In der Hallensaison 2019/2020 trat die SG ebenfalls mit einer Mannschaft in der Verbandsliga Süd an. Wie schon im Feld zu beobachten, hatte die Mannschaft mit starken Leistungsschwankungen zu kämpfen. Am Ende der Saison konnte der Klassenerhalt gesichert werden.

Auch die Männermannschaft M35 wurde wieder gemeldet. Leider musste die Teilnahme an der Landesmeisterschaft durch den Ausfall mehrerer Spieler, die sich längerfristig verletzt hatten, abgesagt werden.

Im März 2020 nahmen unsere Jüngsten wieder an einem Faustballturnier, das in enger Kooperation mit dem Bezirk Braunschweig diesmal in Vorsfelde ausgerichtet wurde, teil. In der Klasse U 10, konnten sich die Kleinen den Bezirksmeistertitel sichern. Die Mannschaft hat das Jahr über fleißig trainiert, so dass es zu dieser Leistungssteigerung kam. Herzlichen Glückwunsch zu diesem Titel und weiter so fleißig trainieren.

Unser Jugendtrainer, Fabian Schulz #, leistet hervorragende Arbeit, so dass es neben der schon erwähnten Leistungssteigerung, den Kindern das Training auch jede Menge Spaß macht.

Den Winter über hatten die Maulwürfe und Wühlmäuse ganze Arbeit auf dem Faustballplatz geleistet. Es wird erhebliche Mühe machen, den Platz wieder bespielbar herzurichten.

Geplant ist das Training in Salzgitter an allen ungeraden Kalenderwochen, Freitag von 18 Uhr bis 20 Uhr. Das Jugendtraining wird ausschließlich in Salzgitter durchgeführt, auch freitags von 16.30 Uhr bis 18 Uhr.

Im August 2018 feierten wir unser Sommerfest wieder auf der vereinseigenen Anlage um den Grillplatz herum. Insbesondere für die Kleinsten, für die diesmal eine Hüpfburg aufgebaut wurde, war es ein Riesenspaß. Daneben wurden etliche Gesellschaftsspiele und auch Beachvolleyball gespielt. Es war für alle wieder ein gelungenes Sommerfest.

Faustball ist eine Sportart, die von Kindheit an bis ins hohe Alter betrieben werden kann. Wer Interesse an dieser Sportart hat oder sich einfach mal anschauen möchte wie dieser Sport gespielt wird, ist gern auf dem Faustballplatz gesehen. Über Kinder bis 12 Jahre, die sich für diese Sportart an der Sportart begeistern könnten würden wir uns besonders freuen. Schnuppert einfach einmal hinein!

*Rudolf Schulz*

### Gesundheitssport Prävention

#### Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining

Das Training findet mittwochs von 18 bis 19 Uhr in der kleineren Halle im MTV-Sportzentrum statt. Die Gruppe besteht nur aus Frauen. Neue Teilnehmerinnen sind willkommen. Auch Nichtmitglieder können an diesem Kurs teilnehmen. Die teilweise Erstattung der Kurbgebühren von 50 € für zehn Einheiten durch die Krankenkassen ist nach erfolgreicher Teilnahme möglich.

### Rücken-Fit Frauen und Männer

Mittwochs von 19 bis 20 Uhr im MTV Sportzentrum in der kleineren Halle. Auch in diese Stunde fließen Elemente aus dem Programm „Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining“ ein. Mit 25 Teilnehmer/-innen ist diese Gruppe ausgelastet. Es besteht ein Aufnahmestopp. Aus Gesprächen mit Mitgliedern meiner Gruppen weiß ich jedoch, dass gerade für dieses „gemischte“ Angebot weiterer Bedarf vorhanden ist.

### Alltags-FIT

Seit Oktober 2018 wurde donnerstags von 9.30 bis 10.30 Uhr und seit Januar 2019 zusätzlich von 10.45 bis 11.45 Uhr im MTV-Sportzentrum in der größeren Halle Sport nach dem AFT-PP praktiziert. Diese Sportstunden sind für Menschen ab dem 60. Lebensjahr.

Mit dem Alltags-Fitness-Test (AFT) wurde die alltagsrelevante Fitness der Teilnehmer/-innen getestet. Danach wurde im Kurs mit 14 Einheiten nach dem AFT- Praxis Programm trainiert. Dieses Training war für neue Teilnehmer/-innen kostenlos, da es für die Dauer von einem Jahr durch den LSB gefördert wurde.

Das Ziel durch dieses Angebot Menschen für den Sport und neue Mitglieder für unseren Verein zu gewinnen, wurde erreicht. Die zweite Sportgruppe hat sich etabliert und mit 15 Teilnehmern, davon 7 neue Mitglieder, eine gute Größe erreicht.

In beiden Gruppen wird nun donnerstags zu den o.g. Zeiten in Anlehnung an das AFT-Praxis Programm trainiert.

Das Ziel durch dieses Angebot Menschen für den Sport und neue Mitglieder für unseren Verein zu gewinnen, wurde erreicht. Die zweite Sportgruppe hat sich etabliert und mit 15 Teilnehmern, davon 7 neue Mitglieder, eine gute Größe erreicht.

*Manuela Hiebsch*

---

### **Gymnastik für Frauen**

Dieser Kurs richtet sich an Frauen im Alter ab ca. 60 und älter. Die meisten Teilnehmerinnen sind bereits vierzig Jahre und länger in dieser Gemeinschaft zusammen. Auf der Anwesenheitsliste sind 16 Personen aufgelistet, und bis auf einige wenige Ausnahmen (Pausieren nach Krankheiten o.a. geplante Operationen) sind auch größtenteils alle Teilnehmerinnen anwesend. Die Gymnastikstunde ist immer gut besucht und kann generell in drei große Bereiche gegliedert werden :

Zu Beginn steht die Begrüßung der Teilnehmer mit Aufwärm- und Mobilisationsphase mit verschiedenen Geräten. Im Hauptteil beschäftigen wir uns mit dem Kraftaufbau der wichtigsten großen Muskelgruppen. Der letzte große Bereich wird sehr vielfältig gestaltet: hier findet die Dehnungs- und Koordinationsarbeit ihren Platz. Zum Ausklang der Stunde gehört z.B. eine Massageeinheit, ein kleines Spiel, aber auch hier werden Wünsche für die nächste Stunde oder Anregungen / Feedback besprochen.

Ganz allgemein richtet sich unsere Sportstunde an alle Frauen, die Spaß an Bewegung haben und einen Ort für ein gemeinschaftliches Miteinander suchen. Da die Gruppe aufgrund des Altersquerschnittes gewissen körperlichen Einschränkungen unterliegt, werden entsprechend angepasste Übungen angeboten.

Für viele der langjährigen Teilnehmerinnen ist diese Sportstunde eine feste Größe in ihrer wöchentlichen Terminplanung, um ihre sozialen Kontakte zu erhalten und zu pflegen.

*Katrin Fleischmann*

### **Handball**



**Regionsmeister 2019: Männliche B-Jugend HSG LiSa** (hinten von links) Bennet Speh, Felix ten Hompel, Phileas Försterling, Christian Mitsch, Anton Kehler, Sibbo Jahn, Trainer Kjell Welter, (vorn von links) Till Elmering, Lukas Reske, Dustin Rühle, Luis Winter, Vincent Conradi (es fehlt: Elias Manczak)

Die Handballabteilung des MTV Salzgitter bildet nun schon seit 14 Jahren eine Handballspielgemeinschaft mit dem STV Ringelheim und dem TSV Liebenburg, die HSG Liebenburg-Salzgitter. Allgemein als HSG LiSa bekannt. Anders als viele andere Vereine in der Region können wir uns über stabile Mitgliederzahlen mit leicht steigendem Trend freuen.

### **Jugend**

Bei den Jugendmannschaften setzt sich der positive Trend der letzten Jahre weiter fort. So konnten in dieser Saison wieder alle Altersklassen im männlichen und im weiblichen Bereich von der A- bis zur E-Jugend mit mindestens einer Mannschaft besetzt werden. Die männliche E-Jugend und weibl. D-Jugend konnten - wie bereits in der Vorsaison - mit jeweils zwei Mannschaften am Spielbetrieb teilnehmen. Insgesamt trainieren und spielen aktuell 200 Kinder und Jugendliche in 12 Jugendmannschaften, die am Punktspielbetrieb teilnehmen, und in den 4 Minimannschaften (Altersklasse 5 bis 8 Jahre), die regelmäßig Spielfeste besuchen. Insgesamt 26 Jugendtrainer und -betreuer engagieren sich für unsere Jugendmannschaften. Die männliche und die weibliche A-Jugend nahmen in dieser Saison an der Relegation zur Landesliga teil. Leider konnten sich beide Mannschaften nicht qualifizieren. In der Regionsoberliga belegen beide Teams aktuell hervorragende 2. Plätze. Ebenfalls auf dem 2. Platz stehen die männliche B- und die männliche E-Jugend II (Aufbaustaffel). Auch die übrigen Mannschaften können weitestgehend mit den Platzierungen zufrieden sein. Allerdings sind alle Platzierungen im Moment wenig aussagekräftig, da völlig offen ist, wie es in dieser Spielzeit weiter gehen wird. Der Handballverband Niedersachsen (HVN) hat die laufende Saison aufgrund des Coronavirus am 12.03.2020 zunächst bis zum 19.04.2020 ausgesetzt. Andere Verbände haben die Saison bereits vorzeitig beendet. Der HVN hat bislang noch keine Entscheidung getroffen, ob die Saison abgebrochen oder fortgesetzt wird. Mit einer Entscheidung ist erst Mitte April zu rechnen. Auch der Trainingsbetrieb ruht seitdem, aufgrund der geschlossenen Schulen.





Saisoneröffnung 2019/20

### Erwachsene

Auch im Erwachsenenbereich wurde die Saison ausgesetzt und der Trainingsbetrieb ruht ebenfalls. Besonders gespannt wartet die 1. Damenmannschaft auf die Entscheidung des HVN. Die Mannschaft von Trainer Andreas Brandt steht derzeit in der Landesliga auf einem Relegationsplatz um den Klassenerhalt. Nachdem die Mannschaft im Sommer einen großen Umbruch zu verkraften hatte, war das Ziel für diese Saison der Klassenerhalt. Bis zur Unterbrechung der Saison war die Mannschaft auch noch gut auf Kurs. Der eine oder andere Punkt wurde zwar unnötig liegengelassen, aber das Team hätte es noch selber in der Hand, den Klassenerhalt zu schaffen. Nun bleibt abzuwarten, ob die Saison noch fortgesetzt wird oder wie im Falle eines Saisonabbruchs generell in allen Ligen mit dem Thema Aufstieg/Abstieg umgegangen wird. Aktuell nehmen 85 Spielerinnen und Spieler in drei Damenmannschaften und einer Herrenmannschaft am Spielbetrieb teil. Die 2. und die 3. Damenmannschaft belegen aktuell gute Plätze im Mittelfeld der Regionsliga West und dürften mit dem Verlauf der Saison zufrieden sein. Die Herrenmannschaft steht in der 1. Regionsklasse aktuell auf dem 6. Tabellenplatz und ist damit bisher leicht hinter den eigenen Erwartungen zurückgeblieben. Doch aufgrund der aktuellen Situation, ist dies ohnehin alles nur zweitrangig. Wichtig ist und bleibt, dass wir alle gesund bleiben und nach überstandener Krise wieder in unseren jeweiligen Sportarten gemeinsam aktiv sein können. Wir hoffen jedenfalls, dass wir bei der Saisoneröffnung 2020/2021 wieder gemeinsam jubeln können, wie bei der Saisoneröffnung im letzten Sommer (s. Bild):

### Jugendversammlung



Am 29. April.2019 fand die Jugendversammlung der HSG LiSa statt. Geleitet wurde sie vom Handballjugendwart Milan Teichmann (Bildmitte). Die Jugendlichen wählten zwei neue Jugendsprecher: Lilli Gedaschke (rechts) und Lukas Reske (links). Sie werden in den nächsten 2 Jahren die Interessen der Jugendlichen in der HSG LiSa vertreten.

Im Vorfeld zur Jugendversammlung wurden zum ersten Mal Feedbackbögen an alle Jugendlichen verteilt. Hier konnten die Jugendlichen eintragen, was ihnen gut gefällt, was man besser machen könnte und sie konnten auch eigene Wünsche äußern. Ein häufig genannter Wunsch war, dass sich die Jugendlichen mannschaftsübergreifend besser kennen lernen möchten. Die beiden Jugendsprecher Lilli und Lukas haben daher als erste Maßnahme ein Mixed-Spaßturnier mit anschließendem Pizzeessen für die männlichen und weiblichen A- und B-Jugendmannschaften in der Vorweihnachtszeit organisiert. Für die Jüngeren haben sie das Bürgerkino in SZ-Bad angemietet. Dort wurde gemeinsam der Film „Als der Weihnachtsmann vom Himmel fiel“ geschaut. Beide Veranstaltungen kamen sehr gut an und sollten unbedingt wiederholt werden. Vielen Dank an Lilli und Lukas für ihr Engagement.

### Mitgliederversammlung

Gut besucht war auch die Mitgliederversammlung der Handballer am 06.05.2019. So informierten sich 52 Aktive über die aktuellen Ereignisse rund um die Handballspielgemeinschaft. Der Abteilungsvorstand berichtete ausführlich über die abgelaufene Saison und gab einen Ausblick auf die neue Saison und die damit verbundenen neuen Herausforderungen, wie z. B. die Einführung des digitalen Spielerpasses oder die Meldung der erforderlichen Anzahl von Schiedsrichtern. Der stellvertretende Vorsitzende Finanzen der Handballregion Süd-Ost-Niedersachsen, Günter Diederich, überreichte die Regionsehrennadel für langjährige, verdienstvolle Tätigkeit im Handballsport an Stefan Conradi, Kurt Fromme, Jessica Knoblauch, Heinz-Joachim Kopka, Wolfgang Marzahl, Wolfgang Neef, Hartmut Rauls, Sina Reske, Michael Welter, Dennis Walter und Rolf Weinitschke.

Natürlich stellt dieser Bericht nur einen Bruchteil der Aktivitäten unserer Handballabteilung dar. Von daher darf man schon auf den Bericht zur nächsten Jahreshauptversammlung gespannt sein, für den ich dann wieder einen anderen Schwerpunkt setzen werde. Wer sich über die aktuellen Ergebnisse und Aktivitäten der Handballabteilung informieren möchte, ist herzlich eingeladen, unsere Homepage unter [www.hsg-lisa.de](http://www.hsg-lisa.de) zu besuchen.

Passt auf euch auf und bleibt gesund!!

Sina Reske

### Jazztanz/Hip Hop

Im Jahr 2019 bestand die Jazztanz-/Hip-Hop-Abteilung aus sechs Tanzgruppen mit 86 Aktiven. Die Kinder- und Jugendgruppen wurden im Laufe des Jahres zu vielen Veranstaltungen eingeladen, bei denen sie jeweils ein ca. 30-minütiges Programm auf die Beine stellten. Mehr und mehr dringt die Begeisterung für Wettkämpfe in die Gruppen vor. Alle Gruppen freuen sich über tanzbegeisterte Verstärkung und können auch gern für Veranstaltungen gebucht werden.

### Pepp Kids

Die Pepp Kids sind Tänzerinnen zwischen 6 und 9 Jahren, die von Alexa und Monika Pfau spielerisch in die Welt des Tanzes geführt werden. Spaß und Freude an der Bewegung stehen in dieser Gruppe im Vordergrund. Die erlernten Choreographien wurden im vergangenen Jahr beim Kinderturnabzeichen, beim Sommerfest am Elisabeth Stift, auf dem Altstadtfest und beim Familienfest gezeigt. Zum Jahresabschluss gab es eine gemeinsame Weihnachtsfeier mit den Eltern und Geschwistern im MTV Heim, bei welcher noch einmal alle Tänze gezeigt wurden.



Die Gruppen Next Generation, C-Motion und Beats beim Rock Your Contest 2019

### Next Generation

Die Next Generation ist die Gruppe für 9- bis 12-Jährige und wird von Alexa Pfau trainiert. Da die Gruppenstärke stetig zunahm, wurde ab Ende Mai ein zusätzliches Training für die Wettkampfteilnehmer aufgenommen. In diesem Jahr startete die Formation beim Rock your Contest in Wolfenbüttel. Die tänzerische Leistung der 12 jungen Tänzerinnen war großartig, leider wurden die Showelemente von der Jury nicht genügend positiv bewertet, so dass eine Teilnahme bei der Show Rock your Stage nicht erreicht werden konnte. Altersbedingt wechselten 8 der Mädels nach dem Wettkampf zu den C-Motion.

Ansonsten präsentierte sich die Formation beim Sommerfest am Elisabeth Stift, auf dem Altstadtfest, beim Familienfest und nahm an der Kreisturnshow in Oker teil. Der Jahresabschluss wurde gemeinsam mit den Pepp Kids begangen.

### Crazy Chicks

Die Gruppe Crazy Chicks richtet sich an Jugendliche ab 12 Jahre. Der Schwerpunkt dieser Gruppe liegt neben dem Spaß am Tanzen im Erlernen der Grundlagen und soll auch Quereinsteigern einen späteren Zugang zu den Wettkampfgruppen ermöglichen. Dafür werden Basisübungen mittels einfacher Choreographien vermittelt. Die einstudierten Tänze wurden mit den anderen Gruppen beim Sommerfest am Elisabeth Stift, auf dem Altstadtfest und beim Familienfest präsentiert.

### C-Motion

Die Wettkampfgruppe C-Motion für 12-18-jährige MTVer hatte mit einigen Abgängen zu kämpfen. Trotzdem starteten sie mit Aushilfe einer Tänzerin der Beats Anfang März beim Dance2U in Bodenwerder. In der Altersgruppe der Seniors (16-20 Jahre), ertanzten sie sich mit ihrer Interpretation einer „Universal Studios Tour“ den 4. Platz und verfehlten nur ganz knapp das Treppchen im Bereich der Einsteiger.

Nach dem Wettkampf wurde das Training mit den Beats zusammengelegt um die Choreographie für den Rock your Contest zu verfeinern. Zum Thema Hollywood startete die Gruppe C-Motion feat. Beats und schaffte es gleich nach ganz oben auf das Treppchen, damit qualifizierten sie sich automatisch für die Show im nächsten Jahr.

Nach dem Rock your Contest wechselten 8 Tänzerinnen von den Next Generation zu den C-Motion, so dass wieder ein eigenes Training bei Sarah Probst stattfinden konnte.

### Beats

Trainerin Sarah Probst hat die Beats zu einer erfolgreichen Wettkampfgruppe aufgebaut. Die jungen Tänzerinnen Anfang 20 Jahren starteten ihre Saison beim Dance2u in Bodenwerder. In der Altersgruppe Adults fortgeschritten erreichten sie den 5. Platz mit ihrer Choreographie „different“ und qualifizierten sich damit für das Bundesfinale beim Bayrischen Landesturnfest in Schweinfurt. Leider konnten sie aus beruflichen Gründen nicht daran teilnehmen.

Mitte Mai ging es dann für die Formation zum ersten Mal zur Norddeutschen Hip Hop Meisterschaft nach Bad Oldesloh. In dem sehr leistungsstarken Teilnehmerfeld erreichten sie nur einen der hinteren Plätze.

Beim Rock Your Contest im September traten sie erneut mit ihrer Choreographie „different“ an. Im Wettkampf ohne Thema ertanzten sie in der Altersgruppe Adults Fortgeschritten den 3. Platz und so konnte sich Sarah gleich über zwei Pokale für die MTVer freuen.

Neben den diversen Wettkämpfen präsentierten die Beats noch diverse Showtänze bei Sommerfesten, auf dem Altstadtfest und beim Familienfest. Die Teilnahme bei der Kreisturnshow in Oker war die letzte Präsentation im Jahr 2019.

### Timeless

In diesem Jahr traten die zeitlosen Frauen wieder einmal auf und nahmen bei der Kreisturnshow in Oker teil. Die Übungsleiterin Marion Krause hegt schon seit längerer Zeit den Wunsch nicht mehr als einzige Vortänzerin zu agieren, dies konnte ihr im November endlich erfüllt werden. Seitdem teilt Sie sich mit Sarah Probst die Trainingsstunden. Durch ihre Zusatzausbildung im Bereich Yoga bringt Marion die Truppe auf Trapp und verbessert damit auch die Körperwahrnehmung der Teilnehmer. Sarah ist dann für das Einstudieren neuer Choreographien zuständig. Auch eine Herausforderung für die Gruppe, denn durch ihre Vorliebe zum Hip Hop sind die Bewegungen schon etwas anders als gewohnt.



Die Gruppen Next Generation, C-Motion, Beats und Timeless bei der Kreisturnshow 2019

Ein herzliches Dankeschön an meine Übungsleiter für eure geleistete Arbeit und die vielen kreativen Ideen.

Monika Pfau

### **Kinderturnen**

Bei den Kleinen und den Großen Zwergen wärmen wir uns zu Beginn mit einem kleinen Spiel auf. Danach geht es zusammen auf die Gerätelandschaften, wo wir Übungen wie Rolle vorwärts, balancieren, usw. durchführen um Teamfähigkeit, Koordination, Kondition usw. zu



schulen. Nach unseren gemeinsamen Aktionen können die Kinder dann die Gerätelandschaft selbstständig erobern. Zum Schluss bauen wir gemeinsam mit den Kindern ab und verabschieden uns per Handschlag.

Wir haben einen „Ballführerschein“ absolviert, um die Wurftechniken zu trainieren und zu verbessern. Für die Nikolausfeier haben wir mit den Kindern eine Vorführung einstudiert, wo jeder seine Lieblings Turnübung zeigen konnte.

Karneval haben wir zusammen mit den Kindern gefeiert und wer wollte, konnte sich auch verkleiden. Auf das Kinderturnabzeichen haben wir uns vorbereitet und kräftig geübt.

*Melanie Spötter und Sabrina Müller*

## Leichtathletik

Wer hätte im vergangenen Jahr gedacht, dass nach dem schon sehr erfreulichen Jahr 2018 für die Leichtathleten des MTV noch einmal eine Steigerung möglich wäre?!

Mit nunmehr deutlich über 50 Kindern in zwei Altersgruppen ist die Halle nicht selten zum Bersten gefüllt, was natürlich allen Freude, aber den Trainern mitunter auch schon Kopfschmerzen verursacht. Beim Hallensportfest des SV Union im Januar sowie den jüngst auf unserem Platz ausgetragenen Kreis-Crosslauf-Meisterschaften hat sich die Mannschaft des MTV im Vergleich mit den anderen Vereinen als inzwischen eindeutig stärkste Kraft in der Stadt erwiesen, und das nicht nur was die Anzahl, sondern auch was die Leistungen der Athleten betrifft.



Da freut es uns besonders, dass mit der gelernten Sportlehrerin Lena Rolli (Bild links) eine weitere Übungsleiterin überzeugt werden konnte, unser Team speziell für die Betreuung der jüngeren Kinder zu verstärken, sodass diese Gruppe verlässlich stattfinden kann.

Mit Mats Hannich (M07), Max Wedde (M10), Justus Buttke (M14), Johanna Stoz (W09), Sofie Wedde (W14) und Sina Rau (W15) konnten wiederum sechs unserer Athleten den begehrten Pokal der Salzgitter-AG für die besten Leichtathleten ihres Jahrgangs in Empfang nehmen.



Sofie Wedde (21,62m) und ihre Schwester Lara (W12, 22,37m) errangen im Speerwurf überraschend beide den Bezirksmeistertitel, ebenso wie Justus Buttke, der sich im Mehrkampf Sprint-Sprung durchsetzen konnte (2103 P.). Außerdem wurde Lara Vizemeisterin im Kugelstoßen mit 6,16m, Justus Vizemeister im Hochsprung (1,40m). Justus und Sofie haben als Bezirksbeste U16 nach vielen Jahren wieder einmal eine Qualifikation bei Landesmeisterschaften für den MTV erreicht! Besonders stark ist im Moment die Altersgruppe der 9 - 11jährigen Kinder, Johanna Stoz beherrscht im 50m-Sprint mit 8,50s. souverän ihre Altersklasse, Paula Hannich (W09) sprang im vergangenen Jahr bereits 3,44m weit, und

rannte die 800m in ihrem ersten wirklichen Wettkampf gleich in 3:06 min., zusammen mit Evelyn Vogel und Svea Kuntze haben die Mädchen als Staffel mit drei tollen Wechseln in 32,67s. über 4x50m geradezu eine Fabelzeit aufgestellt.

Der MTV wäre natürlich kein Breitensportverein, wenn nur Leistung im Vordergrund stünde. Der Lauf-Treff in Salzgitter-Bad, den der MTV zusammen mit dem SV Union ausgerichtet, lädt zum Laufen und Walken ab dem Parkplatz an der Friedrich-Ebert-Straße ein. Treffpunkt ist nach wie vor immer donnerstags um 18 Uhr. Bei diesem Angebot für Jedermann stehen Erlebnis, Gesundheit und Kommunikation im Vordergrund. Nach dieser Ausdauerstunde für Interessierte jeden Alters besteht Duschmöglichkeit in den vereinseigenen Räumen des SV Union. Außerdem bietet die Gruppe unter Dieter Krüger ein seniorengerechtes Sportangebot ohne jeden Wettkampfstress, das auch gut angenommen werden.

Wie in jedem Jahr freuen wir uns über Besucher und Sportbegeisterte. Wir sehen uns auf dem Platz!

*Carsten Wiencke*

## Eltern-Kind-Turnen

Das Eltern-Kind-Turnen ist nach wie vor im Trend und die Halle ist in beiden Gruppen sehr gut gefüllt. Nach dem Begrüßungslied wärmen wir uns mit einem kleinen Spiel auf. Danach turnen die Eltern mit den Kids zusammen auf der Gerätelandschaft. Zum Schluss eine Fahrt auf der legendären Bimmelbahn, mit einem abschließenden Fingerspiel und dem Lied „alle Leut“ werden die Kinder verabschiedet.

*Marie und Melanie Spötter (Übungsleiter)*

## Fit-Step-Kids

Die Fit Step Kids Gruppe haben wir in 2 Kurse geteilt. 4-6 Jährige tanzen, steppen, jumpen und spielen mit Marie. 6 bis 12 Jährige trainieren mit Melanie. Hier üben wir Choreographien ein und bereiten kleine Shows vor. (zum Beispiel für Sommerfest, Seniorenfeier oder Nikolausfeier)

*Marie und Melanie Spötter (Übungsleiter)*

## Sanfte Fitness, Rundum Fit

Die Seniorengruppen sind sehr stabil und die Zahlen sind konstant. Physische und psychische Fitness werden hier erlangt und erhalten. Die Gemeinschaft und der Zusammenhalt ist in diesen Gruppen sehr lobenswert.

*Melanie Spötter (Übungsleiterin)*

## Fitness

Fatburner, Tabata, Kick it und World Jumping sind sehr gut besucht. Diese Kurse liegen im HIT Bereich und werden super angenommen. Ein guter Mix aus Cardio- und Krafttraining. Hier kann man mal an seine Grenzen gehen und sich richtig auspowern.

*Melanie Spötter (Übungsleiterin)*

## Reha-Sport

Allgemein ist zu sagen, dass alle Rehasport-Gruppen sehr gut besucht sind. Zurzeit gibt es in der Woche vier Rehasport-Gruppen im Bereich Orthopädie. In der Gruppe Rehasport nach Krebserkrankungen sind noch drei Plätze frei. Alle anderen Gruppen, auch die seit dem

Herbst letzten Jahres bestehende Gruppe „Rheuma, Arthrose, Osteoporose“, können keine Teilnehmer mehr aufnehmen.

Seit Februar haben wir im Bereich Rehasport eine neue Gruppe für Menschen, die an Diabetes erkrankt sind. Diese Gruppe bietet noch frei Plätze und findet immer montags von 11 bis 12 Uhr in der kleinen Halle des MTV-Sportzentrums statt. Sport bei Diabetes reguliert den Blutdruck, die Blutfettwerte, mögliches Übergewicht wird reduziert und letztendlich die Blutzuckerwerte verbessert.

Die drei bestehenden Herzsportgruppen sind mit der vorgegebenen Höchstteilnehmerzahl von je 20 voll und können bis auf weiteres keine neuen Teilnehmer aufnehmen.

Ebenso ist es in den zwei Lungensportgruppen, wo die maximale Zahl von je 15 erreicht ist.

Die offene Stunde der Landfrauen bietet noch fünf freie Plätze. Sie wird von Frauen ab dem 50. Lebensjahr besucht. Dort werden Ausdauer, Koordination und Kraft trainiert. Der Alltagsbezug ist gegeben, von Zeit zu Zeit wird zusätzlich Sturzprophylaxe durchgeführt und rückengegerechtes Aufstehen und Hinsetzen geübt, sowie das Gleichgewicht trainiert.

Ab dem Frühjahr wird es wieder die Möglichkeit zum Ablegen des Sportabzeichens für Menschen mit Behinderungen geben. Weitere Informationen hierzu wie auch zu den Gesundheits- und Rehasport-Angeboten gibt es bei der Übungsleiterin Nicola Basso in der Geschäftsstelle

*Nicola Basso (Übungsleiterin)*

## Tischtennis

Das Training und die Punktspiele finden in der Ziesbergschule statt, und zwar immer montags und freitags und in der Zeit von 19 bis 22 Uhr.

Die Mitgliederzahl von 19 aktiven Spielern ist konstant geblieben, und wir konnten in der Saison 2019/2020 wieder drei Mannschaften melden.

Die erste Mannschaft hat sich im stark umkämpften Mittelfeld festgesetzt und unsere Zweite ist zur Zeit auf Platz drei und peilt den Wiederaufstieg an. Da zählt sich das Training aus, das im Schnitt mit zehn Leuten gut besucht ist. Die dritte Mannschaft ist leider durch unglückliche Umstände im Tabellenkeller gelandet.

Neue und am schnellen Ballsport Interessierte sind immer gerne beim Training gesehen.

*Dirk Jochmann*

## Turnen

Hier die „Meilensteine“ des Jahres 2019:

- Januar bis April: AIRTRACK, u.a. mit Karneval beim Mädchensport
- Ganzjährige Sportabzeichen-Abnahme
- 09. Februar: Kinderturnabzeichen im Gymnasium
- 24. Februar: Kreiseinzelmeisterschaft in Oker
- 16. März: Bezirkseinzelmeisterschaft in Göttingen
- 30. Juni: Altstadtfest-Umzug durch Salzgitter-Bad
- 16. September: Vereinsmeisterschaft Leichtathletik auf dem MTV-Platz
- 28. September: Kreismannschaftsliga in Lebenstedt Teilnahme der Kleinen beim Laternenfest und Nikolaus bei Melanie Spötter



Auch im Jahr 2019 mussten die Mädchengruppen von Nicole Michalski und Annette Wanke ohne ihre geliebte alte Wiesenschulen-Turnhalle auskommen, sie wird für immer geschlossen bleiben. Als nach den Herbstferien 2018 die Schocknachricht kam, dass wegen Schadstoffen diese alte Halle geschlossen und saniert werden muss, glaubten wir an ein gutes Ende. Aber nachdem es zunächst nur nach einer vorübergehenden Schließung aussah, wird jetzt laut Presse über Neubau/Umbau der gesamten Wiesenschule verhandelt. Somit wird uns diese wohl bestklimatisierte Halle in Salzgitter Bad sehr fehlen, im Sommer wunderbar kühl, im Winter nicht zu warm. Außerdem diente sie jahrzehntelang als Turnstützpunkt und ist somit mit sämtlichen Turngeräten ausgerüstet, was leider keine andere Halle im Süden Salzgitters bieten kann. Nun mussten wir „umziehen“, während es Nicole mit den beiden Helferinnen Kim Schwiedernoch und Felicitas Felsberger in die Wald- bzw. Ziesbergschule zog, konnte Annette nebenan in die neue Halle der Wiesenschule einziehen. Anschließend mussten

Geräte aufgeteilt werden, vieles ist nicht optimal, aber wir haben keine Wahl und das Turnen läuft weiter.

So trainiert Nicoles Team rund 30 Mädchen, eingeteilt in zwei Altersgruppen zwischen 6 und 18 Jahren, zweimal wöchentlich, dienstags und freitags in der Waldschule die Älteren und freitags in der Ziesbergschule die Jüngeren. Die beiden Gruppen von Annette Wanke mit rund 30 Mädchen von 7 bis 18 Jahren trainieren in der neuen Wiesenschulen-Turnhalle. Beim Mädchensport wird dienstags außer Turnen auch noch Leichtathletik, Handgeräte und Ballspiele angeboten. Die Kunstturnerinnen trainieren außer dienstags auch noch samstags. Inzwischen stehen die Jugendturnerinnen Charline Richter und Franziska Schneider bei den Kleinen helfend zur Seite.



*Annette Wanke*

## Volleyball

Trotz der vorzeitigen Beendigung der Saison 2019/2020 aufgrund der Corona-Krise verlief die abgelaufene Spielzeit von der Volleyballabteilung erneut als sehr erfolgreich. Alle Mannschaften konnten ihre Vorjahresplatzierungen bestätigen bzw. sich in höheren Spielklassen gut behaupten.

### Frauen

1. Mannschaft: In der nun mal ersten abgelaufenen Saison in der Verbandsliga konnte mit dem vierten Platz mit zehn Siegen eine ordentliche Platzierung erreicht werden. Die langjährige Trainerin Natalie Brem verlässt leider nun endgültig die Mannschaft. Als neuer

Trainer wird Sascha Jäger dem Team ab sofort zur Verfügung stehen. Zur neuen Saison wird er vor allem jüngere Spielerinnen in die Mannschaft integrieren müssen. Leider scheiden ebenfalls ein paar alt eingesessene Spielerinnen zur neuen Saison aus.

2. Mannschaft: Die Mannschaft um Trainerin Isabell von Zepelin und Trainer Michael Beims konnte sich ebenfalls den vierten Platz in der vorzeitig abgebrochenen Saison sichern. Eine deutliche Steigerung der letzten Saison und motiviert gehen die jungen Frauen auch in die kommende Saison. Sie haben diese Saison 12 Siege von 17 absolvierten Spielen erlangen können! Leider verpassten die zweite Damen die Möglichkeit aufzusteigen.

### Männer

In der Spielgemeinschaft mit dem STV Ringelheim als SG STV/MTV Salzgitter gingen in der abgelaufenen Saison wieder zwei Mannschaften in den Spielbetrieb.

1. Mannschaft: Einer perfekten Saison bleibt der krönende Abschluss leider verwehrt. Nach dem erneut knapp verpassten Aufstieg im letzten Jahr ging es mit einer Verstärkung, aber diesmal von Beginn an mit Trainer, erneut in der Oberliga an den Start. Mit dem klaren Ziel Aufstieg wurden in dieser Saison alle Spiele gewonnen und so die Meisterschaft bereits vier Spiele vor dem Ende perfekt gemacht. Leider fiel auch bei den Herren der letzte Spieltag der aktuellen Situation zum Opfer, weswegen noch einige Zeit auf die offizielle Bestätigung gewartet werden musste, ob der Aufstieg auch wirklich feststeht. Inzwischen hat der Verband aber den direkten Aufstieg bestätigt, somit spielt die Mannschaft ab nächster Saison wieder in der Regionalliga. In der nächsten Saison will die Mannschaft an die starken Leistungen anknüpfen und in der Regionalliga eine gute Rolle spielen.

2. Mannschaft: Die zweite Mannschaft wurde unverändert aus erfahrenen Spielern sowie einigen Quereinsteigern gebildet. Das Saisonziel Klassenerhalt haben sie am vorletzten Spieltag erreicht, als sie gegen den direkten Konkurrenten FC Wenden den entscheidenden 3:2-Sieg eingefahren haben. Damit war Platz 4 erreicht, bevor das Corona-Virus für den Saisonabbruch sorgte und der letzte Spieltag nicht mehr stattfand. Zugute kam ihnen dabei, dass sie bis auf ein Spiel alle gewonnenen Spiele ohne Satzverlust bestritten und bei den meisten verlorenen Spielen wenigstens einen oder sogar zwei Sätze gewinnen konnten. Über die gesamte Spielzeit gesehen, konnten sie vor allem bei den jungen Spielern deutliche Fortschritte erkennen, so dass am Ende der Klassenerhalt durchaus verdient war.

### Jugend

In der abgelaufenen Saison gingen zwei weibliche Jugendmannschaften an den Start, die U16 und die U18. In beiden Altersklassen startete die Mannschaft der Kreisliga mit den Spielerinnen der zweiten Damen, fast alle Spielerinnen sind aus dem Jahrgang 2005. Sie belegten bei der Bezirksmeisterschaft in beiden Altersklassen den ersten Platz! Die Landesmeisterschaft der U16 wurde mit dem 7. Platz abgeschlossen, die U18 konnte leider nicht an den Start gehen. Es konnten zwei Jugendspielerinnen aus Braunschweig für die Jugendmeisterschaften dazu gewonnen werden. Der krönende Abschluss der Saison sollte die Ausrichtung der Deutschen Meisterschaft sein, die allerdings aufgrund der Corona-Krise leider abgesagt werden musste.

### Hobby

Die Hobbymannschaft geht auch ein weiteres Jahr wieder an den Start. Steffen Wabnitz hat weiter die Leitung der Gruppe inne. Neue Spieler(innen) sind herzlich willkommen, um die Gruppe auch weiterhin im Übungsbetrieb zu halten. Eine Teilnahme am Spielbetrieb der Hobbyrunde fand in dieser Saison nicht statt. Dafür wurde an verschiedenen Turnieren teilgenommen.

*Lale Asan*

## Yoga

Was ist Yoga?

Viele Menschen verbinden mit dem Wort Yoga entweder Gesundheit und Fitness oder anmutig wirkende Körperstellungen und Entspannung. Das stimmt, aber Yoga umfasst noch viel mehr. Das Wort Yoga kommt aus dem indischen Sanskrit und bedeutet "Einheit, Harmonie". Die Praxis des Yoga bewirkt eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele.



Wir nutzen Yoga für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Energie. Der ideale Einstieg ist das Hatha Yoga. Es bietet viele Instrumente wie Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation.

Zwei Gruppen mit insgesamt 28 Teilnehmer\*innen üben jeden Montag mit sehr viel Elan die Hatha-Yoga-Praxis. Der Umgang miteinander ist sehr harmonisch und familiär.

*Marion Krause*