

Ausgabe 1/26

Der Sportspiegel

- die Vereinszeitung der SKG Dibbesdorf -

Dibbesdorf

SKG

FUSSBALL - GESUND & FIT - GYMNASTIK - HERRENSPORT - JAZZDANCE - JUMPING-FITNESS
KINDERTURNEN - QIGONG - RADFAHREN - TABATA - TANZEN - TISCHTENNIS - WALKING

DIESE AUSGABE

Seite 3:	Drums Alive®
Seiten 4-5:	Herrensport
Seite 6:	20 Jahre Edeka Izgi
Seite 6:	Wein- und Oktoberfest
Seite 7:	Damengymnastik
Seite 8:	Funktionsgymnastik
Seite 9:	Tabata & Spieletreff
Seiten 10-13:	Radtouren
Seiten 14-15:	Jatando
Seiten 16-17:	Braunkohlwanderung
Seite 18:	JMC
Seite 18:	Qigong

DIE NÄCHSTE AUSGABE

Redaktionsschluss für die Ausgabe zahlreichen Beiträge können bis dahin 2/26 des Sportspiegels ist am Freitag, an den unten genannten Adressen ab den 23. Oktober 2026. Die hoffentlich gegeben werden.

IMPRESSUM

Herausgeber:	Sport- und Kulturgemeinschaft Dibbesdorf 1949 e.V. Bernd Dettmer, Kleiner Mooranger 58, 38108 Braunschweig Telefon: 05309 – 1549, b.dettmer@skg-dibbesdorf.de
Gestaltung:	Daniel Dettmer, Militschstr. 12, 38124 Braunschweig Telefon: 0531 – 4811335, d.dettmer@skg-dibbesdorf.de
Internet:	skg.dibbesdorf.de facebook.com/SKG.Dibbesdorf
Druck:	Werbeanker GmbH Fritz-Fischer-Str. 40, 38304 Wolfenbüttel Telefon: 05331 – 7107142, ahoi@werbeanker.de

DRUMS ALIVE®

Immer montags von 19:00 bis 20:00 Uhr in der SKG-Halle! Wir trommeln immer montags für unsere eigene Fitness so vor uns hin – immer wieder etwas Neues in der Choreografie – mal schweißtreibender und auch mal weni-

der Sportmeile als wundervolles Sportangebot präsentieren. Zum einen werden wir uns auf der Bühne präsentieren und zum anderen wollen wir ein Mitmachangebot gestalten. Wie uns das gelungen sein wird, ist im nächsten



ger intensiv aber immer mit viel Spaß und Verve!

In diesem Jahr kündigt sich für uns ein bedeutendes Event an: Wir wollen beim Tag der Niedersachsen vom 12. bis 14. Juni 2026 dabei sein und uns auf

Sportspiegel zu lesen.

Drums Alive® in der SKG – schaut gerne vorbei!

Ursula Blume

DIE HERRENSPORTGRUPPE – ERSTES HALBJAHR 2026

Freitags, 18 Uhr in der SKG-Mehrzweckhalle Dibbesdorf: Immer für eine Stunde, gelegentlich auch mit Sozialkontakt in der Stunde nach dem Sport.

Am Anfang des Jahres waren Claus, Dieter, Erhard, Ursula und Gary als Delegierte für den Herrensport wieder als Helfende beim Feuerwerk der Turnkunst, Tour VIVA, und haben die Gäste mit Programmheften versorgt oder allgemeine Auskunft gegeben.



Beim Aufbau ab sechs Uhr in der Früh sind die Herrensportler nicht mehr dabei. Daher freue ich mich, dass die Tabata-Gruppe, der ich ja auch angehöre, geholfen haben: ausladen der acht Trucks und anschließend wurde mit unserer Hilfe das Technikequipment in der Halle installiert und die Hallenfläche von den Transportwagen und Cases freigeräumt.

Und wie immer konnten sich alle Helfenden zum Dank für's Engagement die Show kostenfrei ansehen.

Im Februar haben wir überraschenderweise die Nachricht bekommen, dass wir ab 13. Februar 2026 in der neuen Sporthalle der Sally-Perel-IGS in Volkmarode unsere Sportstunde abhalten können. Eine große Drei-Feld-Halle (siehe Foto), in der wir ein Drittel belegen dürfen. Nun, da es so weit war, hielt sich die Begeisterung in Grenzen. Für die Spiele, die die Herren damals in der alten Volkmaroder IGS-Halle noch im Anschluss an die reguläre Stunde durchgeführt haben, fühlen sich die meisten der Herren nicht mehr bereit. Und gibt es dort auch einen Gemeinschaftsraum (Küche), in der wir unsere Geburtstage feiern können? Und die ganzen Geräte, die wir nutzen, sind ja auch in der SKG-Halle! Die werden wir ja nicht mitnehmen können! Und jeden Freitag hin-und-her zu transportieren ist auch keine Alternative.



Also haben wir vereinbart, den Sportbetrieb in Volkmarode einmal zu testen – und anschließend wurde abge-

stimmt. Mit dem mehrheitlichen Ergebnis, dass wir auf die alten Tage nicht mehr umziehen. Das war im Februar!

und verregnet. Und weil in „unserer SKG-Halle“ an diesem Abend eine vierte Klasse aus der Grundschule Hondelage übernachten möchte, haben wir



Ob es nun daran liegt, oder auch nicht, hat die Gruppe zwei Neuzugänge: Rainer Thomas (war in der Volkmaroder Zeit schon einmal bei uns) und Hans Piesch. Herzlich willkommen.

Das erste Halbjahr 2026 ist bereits weit fortgeschritten, so dass wir auch schon wieder die Sommerferien vor Augen haben. Gewiss ist, wann unsere letzte Stunde von den Sommerferien ansteht: Das ist am 26. Juni, und dann werden wir den Beginn der Sommerferien bei Uli im Garten feiern. Es ist einer der längsten Tage des Jahres (also von der Helligkeit her betrachtet, ansonsten auch wie gewohnt 24 Stunden) und hoffentlich mit angenehmer Temperatur bis in die späten Abendstunden. Wir hatten es auch schon kühl

die Halle hergegeben und werden nochmals in der neuen IGS-Halle unsere Sportstunde abhalten.

Fehlen nur noch die Sommerferien-Fahrradtouren SFT2026, immer freitags. Einige Touren sind schon in Planung. Dieses Jahr werden wir uns von Jürgen Hundertmark und auch von uns selbst leiten lassen. Ich bin gespannt, was da zusammenkommt.

Wie immer am Ende des Beitrages mein Hinweis – Informationen zu unseren Sportstunden können per E-Mail an G.Blume@dibbesdorf.de erfragt werden. Oder, einfach einmal unverbindlich vorbeischaun. Freitags, 18 Uhr!

Euer Gary Blume

EDEKA IZGI FEIERT 20-JÄHRIGES JUBILÄUM

Am Wochenende 10./11. April 2026 hat der Edeka Markt in Dibbesdorf groß gefeiert. Der Grund dafür war das 20-jährige Bestehen des Marktes. Die SKG Dibbesdorf hat es zum Anlass genommen, sich bei dem Inhaber Ilhan Izgi ganz herzlich für die in den fast 2 Jahrzehnten andauernde Freundschaft und der großzügigen Unterstützung des Vereins zu bedanken. Ein kleines Geschenk durfte dabei nicht fehlen.

Auf diesem Wege wünschen wir Ilhan Izgi und seiner „Besatzung“ alles Gute für die weitere berufliche und sonstige Zukunft.

Bernd Dettmer



WEIN- UND OKTOBERFEST

Nach dem gelungenen Wein- und Oktoberfest im Herbst 2024 freuen wir uns, euch bereits heute eine Wiederholung im kommenden Herbst ankündigen zu können.

Die große Resonanz bei der letzten Auflage hat uns sehr motiviert: In geselliger Atmosphäre wurde gemeinsam gegessen, getrunken und bis in den späten Abend hinein gefeiert. Besonders das vielfältige Angebot an Speisen sowie die Auswahl an Weinen fanden großen Anklang. Genau daran möchten wir in diesem Jahr anknüpfen.

Freu Dich daher schon heute auf eine Neuauflage unseres Wein- und Oktoberfestes mit bewährtem Konzept und angenehmer Atmosphäre.

Das Fest soll am 3. Oktober in der Mehrzweckhalle stattfinden. Merkt euch den Termin daher gerne jetzt schon einmal vor.

Wir würden uns sehr freuen, euch auch in diesem Jahr wieder begrüßen zu dürfen.

Daniel Dettmer

DAMENGYMNASTIK IM VEREIN

Unsere Damengymnastikgruppe trifft sich jeden Mittwochvormittag von 9:30 bis 11:00 Uhr.

Unter der engagierten Leitung von Tina kommen wir richtig in Schwung! Sie gestaltet die Stunden stets abwechslungsreich, achtet aufmerksam auf unsere Bewegungen und erklärt uns genau, wofür jede Übung gut ist – so trainieren wir mit Spaß und Verständnis.



Ein besonderes Highlight ist jedes Mal die Entspannungsphase am Ende, die uns Ruhe und Wohlbefinden schenkt.



Zu einer schönen Tradition geworden ist auch unser gemütliches Beisammensein nach dem Sport: Bei Geburtstagen oder Jubiläen einer Teilnehmerin stoßen wir gemeinsam an – dafür darf die Stunde dann auch einmal etwas früher enden.

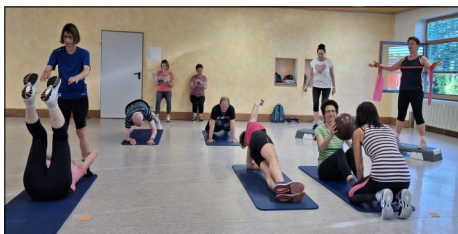
Anna Mallon-Michels



FUNKTIONSGYMNASTIK

Am Mittwochabend trifft man sich um 18:30 Uhr zur Funktionsgymnastik.

Alles kann passieren: Mal Petziball, Rondoball, Gewichte oder Bänder. Hauptsache Bauch, Beine, Po werden gestärkt und für einen gesunden Rücken wird alles getan.



wird gefeiert: Im Januar in der Vereinsküche mit einem tollen Büfett und im August bei unserem fleißigen Peter auf dem Fußballplatz. Sport und Spaß ist das Motto.

Aber nicht nur das, zweimal im Jahr

Tina Pöll



TABATA & SPIELETREFF

Im März hat die Stadt die neue Sporthalle der Sally-Perel-Gesamtschule eröffnet. Seitdem trainiert Tabata dienstags 18:30-20:00 Uhr in der brandneuen Sporthalle. Hieran können die Mitglieder auch sehen, dass das regelmäßige Training Früchte trägt: Vor drei Jahren haben wir mit 6 Blöcken à 8 Tabata-Blöcken von 20 Sekunden begonnen. Mittlerweile sind 8 Blöcke zuzüglich Bauchmuskel-Ausdauer-Übung zum Abschluss der Regelfall. Und hierfür nebst abschließendem Dehnen und Entspannungsphase kommt die zusätzliche halbe Stunde Trainingszeit aufgrund des Hallenwechsels sehr gelegen. Trotzdem sind die Übungen auch stets für (Wieder-)Einsteiger geeignet.

Anfänglich hat man noch stark gesehen, dass es sich bei der Halle noch um eine Baustelle handelte, mittlerweile ist dies nur noch im Außenbereich ersichtlich. Wir haben uns mittlerweile gut an den neuen Trainingsort gewöhnt.

Zusätzlich bietet die neue Trainingsstätte eine weitere Hallenzeit freitags zwischen 18:00 und 20:00 Uhr. Hier trifft sich die Tabata-Gruppe zu anderen Mannschaftssportarten. Bisher wird ausgiebig und ausschließlich Badminton gespielt. Wer sich einen Schläger mitbringt, ist auch hier herzlich willkommen, mitzumachen.

Lisa Blume



RADTOUREN IM WINTER 2025/FRÜHJAHR 2026

Mit der Umstellung auf die Winterzeit haben die „Touren-Monate“ der Abteilung geendet. Erstmals hatten wir verabredet, das Jahr mit einer Abschluss-/Adventsfeier ausklingen zu lassen. Mit unserem Platzwart Peter wurde der 4.12.2025 im Sportheim auserkoren.



Susanna hat den großen Tisch sehr feierlich dekoriert. Eingeladen war für 17:30 Uhr und jedes Mitglied sollte etwas zu dem Überraschungsbuffet beitragen. Schnell war der „Buffettisch“ von den 22 teilnehmenden Mitglieder appetitlich gedeckt.

Nach der Begrüßung meinerseits überreichte mir Willi im Namen der Mitglieder als Dankeschön für die Tourenausarbeitung und Organisation der Abteilung einen Umschlag mit sehr netten weihnachtlichen Grüßen. Ich habe mich sehr gefreut, die nächsten „Feiglinge“ für unsere Trinkpausen sind gesichert. Herzlichen Dank nochmals.



Um die Getränke für die Feier hatte sich dankenswerterweise Peter bzw. der Verein gekümmert.





So konnten wir pünktlich um 18 Uhr die Filmvorführung starten. 48 Minuten Zeitreise mit Bildern und Videos sowie Musikuntermalung unserer Aktivitäten von September 2024 bis Oktober 2025. Diese 48 Minuten vergingen wie im Flug und ich darf sagen, es waren wohl alle begeistert. Zum Ende des Films gab es dann noch eine Überraschung. Die Mitglieder mit den meisten Tour-Teilnahmen erhielten eine Urkunde und ein kleines Präsent.

- Platz 3 mit 11 Touren, 301 km Susanna
- Platz 2 mit 14 Touren, 393 km Bernhard
- Platz 1 mit 15 Touren, 444 km Franky

Das Jahresvideo ist übrigens auf dem YouTube-Kanal der SKG Dibbesdorf veröffentlicht und hat schon über 100 Aufrufe.

Kurz vor 19 Uhr konnte ich dann das Überraschungsbuffet eröffnen. Soweit ich es beobachtet habe, waren alle mindestens zweimal am Buffet. Es hat toll geschmeckt und war sehr abwechslungsreich. Die Stimmung was klasse und so genossen wir einen tollen



Abend. Die Zeit verging wie im Flug und so ab 21 Uhr machten sich die ersten Mitglieder auf den Heimweg. Gegen 22 Uhr haben dann die verbliebenen Mitglieder uns tatkräftig unterstützt, so dass noch am Abend alles gespült und aufgeräumt werden konnte. Resümee, es war ein toller Abend,



der nächstes Jahr wieder stattfinden sollte.

In Anbetracht des tollen Winters dieses Jahr haben wir am 26. Februar 2026 unter unserem Carport zur Winterverabschiedung und Saisoneroöffnung eingeladen. Eigentlich sollte es noch kalt sein, aber schneller als erwartet verzog sich der Frost und wir haben bei 10° den „finalen Glühwein“ genossen. 15 Mitglieder waren dabei und wir hatten viel Spaß. Danke an Susanna für die leckere Verköstigung. Es war ein gelungener Abend.

sich mit angemessener Kleidung auf unsere erste Tour 2026. Wir hatten trotz Sonnenschein nur 6° und freuten uns pünktlich um 18 Uhr auf die Einkehr bei Luc. Hier waren wir dann zu Zwölf.

Am 9. April war das Thema „Bärlauchernte“ und Einkehr in die Pizzeria Nesa in Waggum. Urlaubs- und krankheitsbedingt waren wir nur 7 Radler, aber Spaß hatten wir trotzdem. Nach der Rückkehr haben wir bei Luc noch mein Kölschfass (ca. 10 l) endgültig geleert und gemeinsam auf meinen runden Geburtstag angestoßen.

Am 23. April sind wir mit 13, ab Denkmal 12 Radlern nach Walle gefahren, Thema Spargelessen im „Zum Schuntertal“, wo wir dann mit 14 Personen eingekehrt sind. Auf dem Weg dorthin



Am 26. März war es dann soweit. Da noch Winterzeit Treffen um 16 Uhr am Denkmal, geplant war eine 24 km-Runde zu dem Thema „Ehemalige Schuntertalbahn“. 11 Mitglieder freuten

haben wir in Röhme das Landwehr-Denkmal besichtigt.

Am 7. Mai dann ging es nach WOB-Heinenkamp zur Einkehr im "Mongus Garden" und am 21. Mai (Achtung



Start 14:30 Uhr) dann zur Führung Altstadtrathaus mit Einkehr ins „Soldekk“.

Ab Juni kommen dann die Biergärten-Touren wie Besichtigung Anti Rost mit Einkehr ins „Tandure“, Altes Brauhaus Fallersleben, Ringgleis mit Löwengarten und „Oker-Tour“ nach Wolfenbüttel. Eine Tour zum Stichkanal „Am Yachthafen“ steht ebenso auf unserem Zettel wie die „Kanaltour“ zum Tankumsee.

Insgesamt sollen 2026 wetterabhängig 16 Touren gefahren werden. Die Termine stehen wie gewohnt auf der

Homepage.

Treffpunkt ist immer das Denkmal Am Markt in Dibbesdorf und im Regelfall ist die Startzeit 16 Uhr.

Die Anmeldung zu den Touren erfolgt wie immer in unserer WhatsApp-Gruppe. Wer nicht Mitglied in unserer WhatsApp-Gruppe ist, kann sich gerne bei mir über die Homepage per Mail anmelden. Auf Wunsch sende ich selbstverständlich dann auch per Mail den Einladungslink zu.

Uwe Rosenthal



JAZZTANZ DONNERSTAGS - JATANDO

Immer donnerstags in der Zeit von 20:00 Uhr bis 21:30 Uhr in der SKG-Halle oder in der Halle der IGS Volkmarode



Die Erwachsenen-Tanzgruppe, die unter meiner Leitung Jazzdance-Choreografien erarbeitet und diese dann nach Möglichkeit auch irgendwo vorführt, gibt es seit dem Herbst 1995. Zuerst tanzten wir unter dem Namen „Thirty-Forty“, doch bald waren die Tänzerinnen nicht mehr so thirty-forty

und deshalb sann man auf einen anderen Namen: **Jatando**, das sich von Jazztanz donnerstags herleitet. So heißt die Gruppe auch heute noch.

1995 – das ist nun 30 Jahre her. Das war für uns der Anlass, eine kleine Jubiläumsfeier zu veranstalten. Dank der Organisation von Sibylle Wiese und Rosa Vollrath konnte diese nun auch tatsächlich stattfinden: Am 14. März luden wir ehemalige Mittänzerinnen, unseren Vorstand und Gastgruppen in die SKG-Halle ein. Das Programm sah einen Rückblick in Bild und Wort auf 30 Jahre gemeinsames Tanzen, gemeinsame Erlebnisse und auch errungene Erfolge vor, sowie die Darbietung von mehreren Choreografien: Wir Jatandos steuerten „Don't be shy“ von Imani, „I found heaven“ von Robbi Williams sowie unseren neusten Tanz mit Schirm zu „God of swing“ bei.





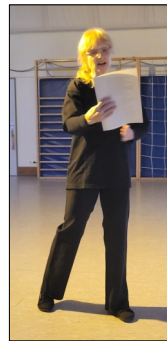
Die Gastgruppen waren auch gebeten worden, unser Programm durch eine Darbietung zu bereichern. Eine eingeladene Gastgruppe hatte leider abgesagt, aber die Gruppe „Jazz unlimited“ aus Wedelheine hat unsere Feier beehrt und eine Choreografie zu „The greatest Showman“ vorgeführt.



Anschließend gab es für alle Anwesenden ein leckeres Salatbuffet. Es war eine sehr stimmungsvolle Veranstaltung, bei der auch Gelegenheit für nette Gespräche gegeben war.

Nun steht für uns wieder das Üben für den Salatabend in Wedelheine an. Dort wollen wir – auf Wunsch der We-

delheiner – unseren „Don't be shy“ noch einmal zeigen und auch unseren „God of swing“ mit dem Schirm. Diese Choreografien gilt es „warm zu halten“, während wir aber schon eine neue Choreografie zu „Shining Star“ begonnen haben.



Seit März können wir in die Halle der IGS Volkmarode wechseln. Wir haben auch schon ein paar Male dort trainiert. Allerdings ist es doch eine große Umstellung, dort zu trainieren: Wir sind dort nicht allein in der Dreifeld-Halle.

Hinter dem Vorhang bollern die Basketballer. Auch fehlt ein Spiegel. Wir sind im Moment in der Findungsphase, ob wir diese Hallenzeit in Volkmarode tatsächlich nutzen wollen, oder ob wir doch in der SKG-Halle weitertrainieren sollen.

Ursula Blume

BRAUNKOHLWANDERUNG 2026

Traditionell fand am ersten Samstag im Februar die Braunkohlwanderung der SKG Dibbesdorf statt. Insgesamt waren 61 Teilnehmerinnen und Teilnehmer frohen Mutes, einen schönen Tag zu erleben.



Der Wettergott meinte es jedoch anfangs gar nicht gut mit uns. Es regnete ein wenig. So verzögerte sich der für 14:00 Uhr geplante Start um ca. 15

Minuten. Nachdem gegen 14:30 Uhr der Himmel seine Schleusen geschlossen hatte, konnte der Tag wettertechnisch nur noch besser werden.



Von den insgesamt 61 angemeldeten Personen gingen 37 auf die Wanderstrecke. Von Claus Kräft wieder einmal hervorragend organisiert. Eine Zwischen-Verpflegungs-Station war im Bereich des Petersilienkampes – Nahe der AWO – eingerichtet. Neben Glüh-





wein, alkoholfreien Getränken, Bier wurden auch Schmalzbrote und Gurken gereicht. Nach ca. 40 Minuten Pause ging es in den zweiten Teil der Wanderung. Zu Schluss betrug die Wanderstrecke ca. 9 km. Gegen 17:30 Uhr fand die Gruppe zurück zur SKG-Halle.

Gegen 18:00 Uhr konnten auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der SKG Halle begrüßt werden, die sich lediglich für das Braunkohlessen angemeldet hatten. Die Landschlachterei Kirchner aus Bettmar war pünktlich mit der Essenslieferung da, sodass um 18.00 Uhr der „Sturm auf das Buffet“ losgehen konnte.

Bei launigen Gesprächen und dem einen oder anderen Getränk klang mehr als zufriedenstellende Abend aus. Für alle, die nicht dabei waren, schon einmal der Hinweis: Am ersten

Samstag im Februar wird es auch im Jahr 2027 heißen: Die SKG lädt alle gern zur Braunkohlwanderung und zum Braunkohlessen ein.



Bleibt mir zuletzt noch der Dank an alle Helferinnen und Helfer, die zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben. Ohne Euch würde es nicht klappen. Danke.

Bernd Dettmer

JMC

Seit Ostern wird in der SKG wird wieder Modern/Contemporary getanzt. Freitags 18:00-20:00 Uhr können Tanzbegeisterte jeder Erfahrungsstufe (ab 15 Jahren) in der neu eingeweihten Sporthalle der IGS Volkmarode (Sally-Perel) eine neue tänzerische Heimat finden.

Es soll nicht nur um einzelne kleine Kombis gehen, sondern eine komplexe Choreografie erarbeitet werden. Die Teilnahme an Wettkämpfen ist jedoch vorerst nicht angestrebt, es soll eine lockere Freizeitaktivität sein. Techniktraining steht aber natürlich auch auf dem Programm.



Es haben sich in den ersten drei Stunden bereits eine Handvoll Interessierte zusammengefunden. Nur Mut, wer hier auch zum Ausprobieren dabei sein möchte. Wir freuen uns!

Lisa Blume

QIGONG

Qigong sind Achtsamkeitsübungen für Körper und Geist. Sie fördern die Lebenskraft, Koordination und Balance. Wir üben bei schönem Wetter gern draußen in der Natur. Zur Zeit nehmen wir auch montags beim Bürgersport im Prinzenpark teil.

Wer Qigong und unsere Gruppe kennenlernen möchte, ist herzlich eingeladen. Wir üben dienstags von 16:20 bis 17:20 Uhr in der SKG Mehrzweckhalle.

Gudrun Bettels



UNSER ANGEBOT

Walking (Winterzeit)	Mo.	ab 15:30	Unterschiedlich**
Turnzwerge 3-6 Jahre	Mo.	15:30 - 16:30	Mehrzweckhalle
Turn- & Tanzkids 7-10 Jahre	Mo.	16:30 - 17:30	Mehrzweckhalle
Tanz- & Fitnessteens ab 11 J.	Mo.	17:30 - 18:45	Mehrzweckhalle
Walking (Sommerzeit)	Mo.	ab 17:00	Unterschiedlich**
Vorstandssitzung*	Mo.	18:30 - 19:30	Schützenheim
Drums Alive	Mo.	19:00 - 20:00	Mehrzweckhalle
Qigong	Di.	16:20 - 17:20	Mehrzweckhalle
Gesund und Fit	Di.	17:30 - 18:30	Mehrzweckhalle
Tabata	Di.	18:30 - 20:00	IGS Volkmarode
Fußball - 1. Herren	Di.	18:30 - 20:00	Sportplatz
Tischtennis	Di.	19:00 - 21:00	Mehrzweckhalle
Seniorengymnastik	Mi.	09:30 - 11:00	Mehrzweckhalle
Funktionsgymnastik	Mi.	18:30 - 19:30	Mehrzweckhalle
Radtouren***	Do.	ab 16:00	Denkmal am Markt
Jumping-Fitness	Do.	18:00 - 19:00	Mehrzweckhalle
Fußball - 1. Herren	Do.	18:30 - 20:00	Sportplatz
Jazzdance - Jatando	Do.	20:00 - 21:30	IGS Volkmarode
Herrensport	Fr.	18:00 - 19:00	Mehrzweckhalle
Jazz- und Modern/Contempor.	Fr.	18:00 - 20:00	IGS Volkmarode
Spieletreff	Fr.	18:00 - 20:00	IGS Volkmarode
Tanzen 2 (Anfänger)	So.	17:00 - 18:30	Mehrzweckhalle
Tanzen 1 (Fortgeschrittene)	So.	18:30 - 20:00	Mehrzweckhalle

* jeden 1. Montag im Monat

** erfragen unter (0176) 95634099

*** zweiwöchentlich von März bis Oktober

