

Meine Region Sport-Journal

Wesermarsch

Huelsmann

Hotel • Bier-Café

Gepflegte Gastlichkeit &
gut bürgerliche Küche



Täglich geöffnet

Stadlander Platz 2
26935 Rodenkirchen
Tel.: 0 47 32 / 92 99-0
Fax: 0 47 32 / 92 99-11

www.hotel-huelsmann.de

NEU! 24h-Tankautomat

Ihr kompetenter Partner
AVIA
rund ums Fahrzeug

SB-Waschanlage in Transporterhöhe

Schäfftlein - Kfz.-Service

Meerkircher Straße 45-47 • 26939 Ovelgönne-Barghorn
Telefon 0 44 83 / 2 77 • E-Mail: AVIA-B211@t-online.de

Lehrgangsangebote 2023

Seite 4

Mehr Energie –
weniger Emission

Die BRÖTJE Hybridheizung



Die Zukunft heizt nachhaltig – fangen Sie jetzt schon damit an! Denn es war noch nie so einfach, auf umweltfreundliche Wärme umzusteigen. Ihre BRÖTJE Hybridheizung vereint einen leistungsstarken Wärmeezeuger mit ressourcenschonenden Komponenten, wie der Wärmepumpe oder Solar – für Ihren individuellen Energiemix und zuverlässigen Warmwasserkomfort auch bei Minusgraden.

broetje.de

Bis zu
45%
staatliche
Förderung
möglich

BRÖTJE
HEIZUNG

Partner des Kreissportbundes Wesermarsch

Unterstützen Sie den Breitensport!

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!

Neuwagen Jahreswagen Gebrauchtwagen



Seit Jahren ein Begriff in der südlichen Wesermarsch
Oberrege 20 • 26931 Eisfleth • Tel.: 04404 / 22 71



Unterstützen Sie den Breitensport!

Hier könnte Ihre Anzeige stehen!



Wir,
*Handel und Gewerbe
in der Wesermarsch,
unterstützen
den Breitensport
in der Wesermarsch.
Sie auch?*

Schellstede
Baustoff - Fachhandel

Hammelwarder Straße 69
26919 Brake
Tel. 0 44 01/78 71 und 75 59
Fax 0 44 01/74 19
www.schellstede-baustoffe.de
e-Mail: info@schellstede-baustoffe.de



M Louis Müller GmbH
Stahl - Sanitär - Eisenwaren - Baustoffe - Tore & Türen - Werkzeuge

Stahl- & Sanitärleger Hörmann-Ausstellung Oldenburger Str. 67 26954 Nordenham Tel. 04731 - 9373-0 Fax 04731 - 9373-33 www.louis-mueller.de	Sanitärausstellung Oldenburger Str. 42 26954 Nordenham Tel. 04731 - 9373-24 Fax 04731 - 9373-33 service@louis-mueller.de
--	--

ALLOHEIM
SENIOREN-LEBENSZENTRUM
WIR DIENEN IHRER LEBENSQUALITÄT
STATIONÄRE PFLEGE • KURZZEITPFLEGE
VERHINDERUNGSPFLEGE • PFLEGE BEI DEMENZ
Alloheim Seniorenzentrum „Brake“
Breite Str. 84-86 • 26919 Brake • Tel. 04401 932-0 • brake@alloheim.de
www.alloheim.de

Meine Region
Sport-Journal
Wesermarsch

**nah
&
gut**

VON EDEKA

Czwalinna

Jede Woche neue Angebote aus unserem reichhaltigen Sortiment!

Mittelorter Straße 13 • 26939 Ovelgönne Oldenbrok • Tel.: 04480 264

INHALTSVERZEICHNIS

Aus den Vereinen

Kreissportbund Wesermarsch 3
 Schützenbund Wesermarsch 5
 Sportverein Nordenham e.V. 6
 Baupartner für die Wesermarsch 8
 Seefelder TV von 1880 e.V. 10
 Bardenflether Turnerbund von 1897 e.V. 10
 HSG Unterweser 13
 Underwater Dragons 13
 Reit- und Fahrverein Sturmvogel Berne e.V. 14

KREISSPORTBUND WESERMARSCH
Schwimmen eine fast
50jährige Ära geht zu Ende



Altvorstand v.l.n.r.: Kristof Plewka, Ingbert Plewka, Sascha Baake, Günter Schulz und Christian Krause

Im Jahr 1975 wurde der Fachverband Schwimmen im Kreissportbund Wesermarsch e.V. gegründet. Nach nunmehr 48 Jahren scheidet Günter Schulz, vom SV Brake, als letztes aktives Gründungsmitglied aus dem Vorstand des Fachverbandes aus. Von den verbliebenen Vorstandsmitgliedern Christian Krause (SV Brake), Ingbert Plewka, Kristof Plewka (beide SV Nordenham) und Sascha Baake (Blexer Turnerbund) stand bei den Neuwahlen lediglich der BTB-Vertreter weiter für die Vorstandsarbeit zur Verfügung. Die Anderen legten, nach teilweise ebenfalls jahrzehntelanger und grossartiger Arbeit im Vorstand ihre Ämter nieder. Somit galt es einen neuen Vorstand zu finden. Dies gelang auf der Sitzung vom 09.02.2023, und somit kann die Arbeit im Fachverband Schwimmen fortgesetzt werden. Unter anderem gehört ja auch die Ausrichtung der beliebten Kreismeisterschaften zu

seinem Aufgabenbereich. Zur Arbeitssitzung eingeladen waren die Vereine SV Brake, Blexer TB, Lemwerder TV und SV Nordenham, wobei es letzterem leider nicht möglich war Vereinsvertreter zur Sitzung zu entsenden. Der wichtigste Tagesordnungspunkt (Neuwahlen) konnte mit folgendem Ergebnis erfolgreich abgewickelt werden: Vorstandsvorsitzende Carina Baake (Blexer TB), Schwimmwart Lasse Bengt Baake (Blexer TB), Kreiskampfrichterobmann Johann Ulrich (SV Brake), Finanzvorstand Sascha Baake (Blexer TB) und Protokollführerin Cornelia Gerdes-Krause (SV Brake). Einen tollen Abschluss dieser Arbeitssitzung stellte das alljährliche gemeinsame Grünkohlessen aller Teilnehmer dar. Die scheidenden Vorstandsmitglieder nutzten noch einmal die Gelegenheit um Geschichten aus den letzten Jahren des Fachverbandes zum Besten zu geben.

Carina Baake

Verlag für regionales Marketing
„MEINE REGION“
 Ihr regionaler Partner für Werbung, Marketing und Kommunikation

Chroniken, Vereinszeitschriften, Jubiläumsschriften, Magazine. Wir betreuen Ihre Publikation rundum vom Text, Foto, Layout über den Druck bis hin zur Auslieferung. Auch können wir Ihre Publikationen durch gezielte Anzeigenaquisen unterstützen.

Sprechen Sie uns einfach an:
 Mobil: (0176) 23 45 94 33 oder
 info@meineregion-verlag.de

Meine Region Verlag | Am Hochmoor 10a | 26160 Bad Zwischenahn

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der
5. April 2023

Impressum

Herausgeber
 „Meine Region“ - Verlag für regionales Marketing,
 Inhaber: Michaela Behrens | Am Hochmoor 10a | 26160 Bad Zwischenahn
 Mobil (0176) 23 45 94 33 | Fax (0441) 361 44 22-8
 sport-journal-wesermarsch@meineregion-verlag.de | www.meineregion-verlag.de

Layout / Bildbearbeitung
 Michaela Behrens | Tel. (0441) 361 44 22-3

Anzeigendisposition
 Thomas Knust | Mobil (0172) 434 57 37 | thomas.knust@meineregion-verlag.de

Druck
 Officina Druck - & Medienservice | Posthalterweg 1b | 26129 Oldenburg

Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion. Für unverlangte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen.

Alle Rechte vorbehalten. Mit Namen gekennzeichnete Artikel geben die persönliche Meinung der VerfasserInnen wieder.

Meine Region übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Vollständigkeit und Richtigkeit der bereitgestellten Informationen. Haftungsansprüche gegenüber Meine Region sind grundsätzlich ausgeschlossen sofern seitens des Verlages kein nachweislich vorsätzliches oder grob fahrlässiges Verschulden vorliegt.

BOSCH Service **Lehnort**

IHR PARTNER RUND UM AUTO, TRANSPORTER UND WOHNMOBIL

Lehnort Kfz-Meisterbetrieb · Strückhauser Str. 3 · 26939 Ovelgönne · Tel. 04480 948723

KREISSPORTBUND WESERMARSCH Lehrgänge 2023

Der Kreissportbund Ammerland (KSB) hat jetzt kürzlich das Lehrgangsprogramm für 2023 zusammengestellt und in Form eines Flyers an alle Vereine verteilt. Darin werden altbekannte Einheiten und auch neue Fortbildungen angeboten. Dieses Lehrgangsprogramm gilt für die gesamte Sportregion Ammerland – Oldenburg – Wesermarsch und umzu.

Den zeitlich größten Part nimmt die Übungsleiter-Ausbildung „C“ sportartübergreifend von August bis November 2023 beginnend mit dem ersten Teil am 19. und 20.08.2023, der zweite Teil folgt dann am 02. und 03.09.2023 jeweils Samstag und Sonntag von 9-14 Uhr etwa. Dieses ÜL-C30 Basismodul vermittelt das sportartübergreifende Grundwissen. Die Kosten betragen 90 Euro inkl. der Lehrgangsunterlagen, Verpflegung und Übernachtung. Das ÜL-C40 Profilmodul beginnt dann am 15.09. bis 17.09.2023 und setzt sich fort vom 06.-08.10.2023 jeweils Freitags von 17 Uhr bis Sonntags 14 Uhr und kostet incl. der Übernachtung, Verpflegung und Lehrgangsunterlagen 120 Euro. Der insofern dritte Teil, das ÜL-C50 Flexmodul



Bild: Axel Eickhorst

geht dann vom 03.11. bis 05.11. und der letzte Teil dann vom 17.-19.11.2023 – hier geht es dann um verschiedene Sportarten und Lehrversuche. Es sind wieder zwei Wochenenden von Freitag, 17 Uhr bis Sonntag 14 Uhr und die Kosten betragen auch hier 120 Euro für Unterlagen, Verpflegung und Übernachtung.

Insgesamt gibt es 11 einzelne Übungsleiter-Fortbildungen über das Jahr verteilt beginnend mit dem „Neuroathletik“ – was ist das denn? Lehrgang. Am Samstag, den 14. Januar von 10-14 Uhr. Diese Fortbildung beschäftigt sich mit den ganzen zentralnervösen Prozessen, die sich

im Hintergrund abspielen und die Grundlage bilden, mit denen unser Gehirn das Bewegungsprogramm entwirft, bevor es dann zu einer Handlung kommt. Bereits am 4. Februar folgt das „Kinderturnen nach Montessori Art“ – hier steht das Kind in seiner Individualität und seinen natürlichen Entwicklungsbedürfnissen im Mittelpunkt. Der Zielgruppe von 3-6 Jahren gilt es hier, die Freude und den Spaß an der Bewegung wiederzugeben. „Jetzt geht's rund“ – unter diesem Motto werden eigene Hula-Hopp Reifen gebastelt und anschließend damit rum gehullert. Diese Fortbildung eignet sich insbesondere für Übungsleiter#innen, die Kindergruppen betreuen. Dieser Lehrgang findet am 18. Februar statt, wie alle vorgestellten Lehrgänge im Hössensportzentrum in Westerstede und immer von 10-14 Uhr mit einem Kostenfaktor von 15 Euro je Schulung, Abweichungen sind aufgeführt.

Am 4. März heißt es dann „Krabbeljudo“ – da geht es um Kampf-, Ring- und Raufspiele für Kinder im Alter von 4-9 Jahren. Dies gilt sicher nicht nur für die Fortbildung in den Judo- und Ringabteilungen, sondern auch für andere Sportarten und fördert das Gemeinwesen. Entspannter geht es dann am 18. März bei der „Atemtechnik/Meditation“ zu – hier werden einfache Atem- und Meditationstechniken in Theorie und Praxis vorgestellt und geschult. Der Lehrgang „Bewegungsgeschichten“ richtet sich dann wieder an Übungsleiter/innen von Kinderegruppen im Alter von 3-8 Jahre und es werden viele Beispiele für die Gestaltung von Bewegungsgeschichten mit und ohne Material vorgestellt.

Am 13. Mai wird ein Übungslehrgang zur „zweitbeliebtesten“ Ballsportart, dem Cricket, angeboten, es geht an diesem Samstag von 10-14 Uhr um viele Übungen zum Schlagen, Fangen und Laufen. Bestimmt nicht nur für Menschen aus Großbritannien und ihren angeschlossenen Staaten. Einer der wichtigsten Lehrgänge ist immer der erste Hilfe Kurs im Sport. Von 9-17 Uhr werden die Kurs-Teilnehmer am 17. Juni hinsichtlich von Sportunfällen, - notfällen, - und Verletzungen, ebenso die Reanimation mit und ohne AED-Gerät geschult.

Nach dem Sommer wird für die Übungsleiter der Zielgruppe für Kinder von 5-9 Jahren eine Weiterbildung am 23. September mit dem Oberbegriff „Ausdauer-spiele“ angeboten. Auch dieser Lehrgang findet wie alle anderen zuvor in Westerstede im Hössensportzentrum statt.

Passend zur grauen Jahreszeit läuft am 11. November der Lehrgang „Triple A“ – das sind Aufwärm-, Aktivierungs- und Abwärm-spiele für alle Altersklassen, Beginn ist um 10 Uhr, das Ende gegen 14 Uhr. Die letzte Übungseinheit für 2023 ist dann etwas Besonderes – „Craniosacrale Balance“ – durch sanfte Berührungen u.a. an Kopf, Rumpf und Kreuzbein wird die Beweglichkeit der Schädelplatten wiederhergestellt, um die damit verbundenen Symptome zu beheben.

Anmeldungen können über die Homepage www.ksb-ammerland.de ab sofort erfolgen. Weitere direkte Informationen zu den einzelnen Lehrgängen können vormittags unter (04488) 84 09 89 bei Ties Plate erfragt werden.

Axel Eickhorst

Autoservice vom Profi



- Inspektion nach Herstellervorgabe
- Achsvermessung
- Bremsen-Service
- Öl-Service
- Hauptuntersuchung*
- Unfallinstandsetzung
- Glasreparatur
- Einlagerung
- und vieles mehr

* Auch Sondereintragungen nach § 19 Abs. 3 StVZ. Prüfung durch externe Prüferingenieure der amtlich anerkannten Überwachungsorganisationen.

Wolfgang Frerichs GmbH
Oldenburger Heerstraße 30 · 26919 Brake/Unterweser
Telefon: 04401/6488



Kreissportbund Wesermarsch
Vorsitzender: Thorsten Böning
Breite Straße 31
26919 Brake
Tel. (04401) 85 81 91
Email: kreissportbund.wesermarsch@ewetel.net
www.ksb-wesermarsch.de

SCHÜTZENBUND WESERMARSCH TV Seefeld und SV Kleinensiel ganz vorne mit dabei Kreisvergleichsschießen 2023

Die ersten Wettkämpfe zu den Bezirksmeisterschaften 2023 des Oldenburger Schützenbundes (OSB) begannen mit dem Bogenschießen in der Halle am 03./04. Dez. 2022 in Zetel - Neuenburg, an der auch zehn Bogenschützinnen und Bogenschützen aus der Wesermarsch mit ihren Recurvebögen teilnahmen. Birgit Berndt (Seniorinnen, 470 Ringe), Jason Wichert (Schüler C, 390 Ringe) und Inga Mengers (Junio-

rinnen, 409 Ringe) vom TV Seefeld erzielten in ihren Altersgruppen jeweils eine Goldmedaille. Julia Kloppenburg (Damen, 424 Ringe) ergänzte den Seefelder Erfolg mit einer Bronzemedaille. Nicola Jacofsky vom SV Kleinensiel gewann mit 506 Ringen den Wettbewerb der Damen und konnte den von ihr gehaltenen Kreisrekord um 19 Ringe verbessern.

Joachim Renfordt



Von links: Horst Hansing, Stefan Hülstede (stv. Kreissportleiter), Werner Strodthoff (Ehrensportleiter DEL), Fritz Büsing, Lenert Tapken, Helmut Ramke, Olaf Buhlich (Kreissportleiter)

Foto: Joachim Renfordt

Landesverbandsmeisterschaft 2023



Routiniert und erfahren zum Sieg: Birgit Berndt

Bild: Privat

Über 250 Bogenschützinnen und Bogenschützen trafen sich am 21./22. Januar 2023 in Tarmstedt zum diesjährigen landesweiten Bogenschießen des Nordwestdeutschen Schützenbundes (NWDSB) in der Halle, darunter auch drei erfahrene Bogensportler aus der Wesermarsch. Und die zeigten in Ihrer Disziplin mit dem Recurve-Bogen was sie drauf haben.

Birgit Berndt vom TV Seefeld holte sich mit 493 Ringen souverän den Landesverbandsmeistertitel bei den Seniorinnen.

Dirk Ehlers (SV Kleinensiel) kam bei starker Konkurrenz in der Masterklasse mit 519 Ringen auf einen hervorragenden 6. Platz in seiner Altersklasse.

Joachim Renfordt

Nicola Jacofsky vom SV Kleinensiel sicherte sich mit hervorragenden 545 Ringen den ersten Platz bei den Damen. Diesen Platz konnte sie auch in einem spannenden Finale mit 6-0, 6-2 und 6-4 für sich entscheiden und stolz die Goldmedaille entgegennehmen.

Schützenbund Wesermarsch
Presse: Joachim Renfordt
Hoddersdiek 8
26969 Butjadingen
Tel. (04733) 921 82 28
joachim.renfordt@sbwsm.de
www.sbwsm.de

Nach zwei Jahren Zwangspause wurde die Tradition des Kreisvergleichsschießens der Herren zwischen dem Schützenbund Wesermarsch und dem Schützenkreis Delmenhorst & Umgebung wieder aufgenommen und vom Schützenbund Wesermarsch ausgerichtet.

Dabei konnten die Sportschützen aus Delmenhorst & Umgebung den 2020 zurückeroberten Pokal auf dem Schützenstand in Moorriem mit einem klaren Gesamtsieg von 7171 : 7075 Ringen verteidigen. Herausragend stark waren die Delmenhorster in der Disziplin Luftgewehr-Freihand, die sie mit über 100 Ringen Vorsprung für sich entschieden. Auch in der Disziplin Luftpistole-Freihand hatten die Gäste die Nase vorn. Überzeugend war die Wesermarsch dagegen in den beiden Auflage-Disziplinen,

in denen die Gastgeber rund 40 Ringe wieder gutmachen konnten.

Werner Strodthoff, Ehrensportleiter des Schützenkreises Delmenhorst & Umgebung, betonte in seinem Grußwort die stets freundschaftliche Beziehung zwischen den beiden Schützenkreisen und lud die Wesermarsch bereits jetzt zu einer Neuauflage des Vergleichsschießens im Januar 2024 nach Langenberg ein.

Joachim Renfordt

Schützenbund Wesermarsch
Presse: Joachim Renfordt
Hoddersdiek 8
26969 Butjadingen
Tel. (04733) 921 82 28
joachim.renfordt@sbwsm.de
www.sbwsm.de

Große Auswahl an E-Rädern Sofort verfügbar!



www.fahrradcenter-meyer.de
Tel.: 04732-1090
Fax: 04732-1089
Molkereistraße 11
26935 Rodenkirchen

Hier wird Kompetenz, Service und Know-How ganz GROß geschrieben!

SCHÜTZENBUND WESERMARSCH Bundeskönigsschießen



Das Königshaus 2023 (von links: Christian Pieper, Marion Meyer, Reinhard Krause, Eske Trüper, Josef Book, Karin Wester)

Foto: Joachim Renfordt

Ehrenpräsident Reinhard Krause erneut Bundeskönig – Eske Trüper wird Bundeskönigin. Das diesjährige Bundeskönigsschießen des Schützenbundes Wesermarsch fand auf dem Schießstand des Schützenvereins Abbehausen statt. Die feierliche Proklamation des neuen Königshauses erfolgte im Zuge der anschließenden Jahreshauptversammlung des Schützenbundes im Abbehausener Dorfkrug.

aus Ovelgönne, steht dem Bundeskönig für ein weiteres Jahr zur Seite. Zweiter Ritter wurde Christian Pieper vom SSV Weserdeich. Neue Bundeskönigin ist Eske Trüper vom SSV Nordenham. Mit ihr halten Karin Wester (SV Altenhundertorf) als Erste Hofdame und Marion Meyer (SSV Ovelgönne) als Zweite Hofdame Einzug in das Königshaus.

Joachim Renfordt

Der bisherige Bundeskönig Reinhard Krause vom SSV Ovelgönne und gleichzeitig Ehrenpräsident des Schützenbundes Wesermarsch sicherte sich mit dem besten Schuss für ein weiteres Jahr die Königswürde in der Wesermarsch. Und auch sein Erster Ritter, Josef Book, ebenfalls

Schützenbund Wesermarsch
 Presse: Joachim Renfordt
 Hoddersdiek 8
 26969 Butjadingen
 Tel. (04733) 921 82 28
 joachim.renfordt@sbwsm.de
 www.sbwsm.de

Mobilitätsmeister aller Marken.

AUTOEXCELLENT

Schauer

Fritz Kundi
 Tiergartenstraße 84,
 26349 Jaderberg
 TEL: 0 44 54 / 9 78 69 70
 E-Mail: auto-schauer@freenet.de

Ihr professioneller Werkstattservice rund ums Auto

SPORTVEREIN NORDENHAM E.V. 1. Nordenhamer Umweltlauf

Der Sportverein Nordenham und seine PlaatwegRunners laden ein: Euro, 5 km: 8 Euro, 10 km: 10 Euro

Laufen und dabei Gutes tun. Zugunsten ausgesuchter Umweltschutzvorhaben in der Region. Kinderläufe, Erwachsenenläufe und Walking. Schöne Laufstrecken, tolle Stimmung, nachhaltiges Veranstaltungskonzept und ein tolles Rahmenprogramm

Termin: Sonntag, den 14.05.2023
 Ort: Plaatweg Stadion Nordenham, Rudgardstraße 7, 26954 Nordenham (Parkmöglichkeiten Rudgardstraße und beim Rathaus Plaatweg)

Siegerehrungen: Wertungsklassen nach DLO, 30min. nach jeweiligem Zielschluss

Hauptläufe: Platz 1 – 3 Altersklassen und Platz 1 – 3 Gesamt M/W

Walking: Platz 1 Altersklassen und Platz 1 - 3 Gesamt M/W

Kinderläufe: Platz 1 Altersklassen und Platz 1 - 3 Gesamt M/W

Veranstalterseite: www.sv-nordenham.de

Läufe: Kinderlauf ca. 800m, 10:00 Uhr männlich bis einschl. JG 2012, 10:30 Uhr weiblich bis einschl. JG 2012, Lauf 10 km, 11:00 Uhr ab JG 2007 (U18), Lauf 5 km und Walking, 12:30 Uhr ab JG 2011 (ab U14)

Anmeldeschluss: Freitag, den 12.05.2022 23:59 Uhr

Nachmeldungen sind in begrenztem Umfang vor Ort bis eine Stunde vor dem jeweiligen Lauf möglich.

Stefan Doerner

Startgebühren: Kinderlauf: 3

DLV veröffentlicht die Bestenliste

Zum Jahresende veröffentlicht der Deutsche Leichtathletik Verband traditionell die Bestenlisten des Jahres. Im vergangenen Jahr konnte Tammo Doerner vom SV Nordenham sich zwar den Deutschen Vize-Titel über 1500m erlaufen, aber am Ende des Jahres war seit vielen Jahren kein SVN Athlet unter den Top 30 der DLV Bestenliste. Wenn dieses gelingt, bekommen die Sportler in der U18 die Silberne und in der U20 die Goldene Bestennadel vom DLV überreicht. In 2022 konnte Tammo Doerner sich dagegen gleich mehrmals in der offiziellen Bestenliste platzieren:



Platz 14 U18 über 1500m in 4:03,93 min, Platz 16 U18 über 800m in 1:57,14 min, Platz 16 U18 über 10km Strasse in 33:35 min, Platz 25 U20 über 5000m in 15:50,85 min.

Stefan Doerner

Sportverein Nordenham e.V.
 Rudgardstraße 7
 26954 Nordenham
 Tel. (04731) 67 87
 verwaltung@sv-nordenham.com
 www.sv-nordenham.de

SPORTVEREIN NORDENHAM E.V. Winterlehrgang in Bremen



Von links nach rechts: Claus Bleckert– 3. DAN, Dr. Elke von Oehsen– 8. DAN, Peter Mixa– 7. DAN, Jascha Trinks, Ingo Lukes, Kimberly Schemaitat und Werner Buddrus– 7. Dan. Nicht auf dem Bild ist Marcel Stache.

Nach den coronabedingten Winterpausen der letzten Jahre konnten sich jetzt gut 90 Karatekas aus ganz Deutschland zum großen Winterlehrgang in Bremen treffen und wieder gemeinsam trainieren. Ausrichter war der Bremer Verein TV Eiche Horn, der wieder eine hervorragende Organisation bot. Aus insgesamt 20 Vereinen reisten die Teilnehmer*innen aus dem ganzen Bundesgebiet an, um wieder das ganze Spektrum an Karatetechniken wie das Technitraining, das Training der festgelegten Übungsformen – der Katas, aber auch insbesondere die unterschiedlichen Partnerkampfbungen, unter der Anleitung der Stilrichtungsreferentin, Dr. Elke von Oehsen – 8. DAN, sowie Ihrem Trainerteam mit Peter Mixa und Werner Buddrus – beide 7. DAN, sowie 3 weiteren hochrangigen DAN – Trägern der Stilrichtung, intensiv in größeren wie auch in kleineren Gruppen, zu trainieren. Diese unterschiedlichen Übungseinheiten waren über 3 Tage, mit dem Trainingsschwerpunkt am Samstag, verteilt. Wobei es immer für die Trainingsgruppen aufgrund der hohen Teilnehmerzahl und den damit verbundenen unterschiedlichen Schüler- und DAN-Graden immer mehrere Trainingsgruppen gab. Vom SV Nordenham nahmen der Abteilungsleiter

und Trainer Claus Bleckert – 3. DAN, mit 4 weiteren Karatekas am Lehrgang teil. Bleckert zeigte sich sehr zufrieden mit dem Einsatz sowie den Leistungen seiner Schützlinge.

Sehr schön war auch, dass über den reinen Trainingsbetrieb hinaus, wieder viele Kontakte vereinsübergreifend geknüpft bzw. vertieft wurden. Und so kamen der Spaß und die Freunde am Karate auch nicht zu kurz. Die Erwachsenenengruppe der SVN-Karateabteilung sucht nach Verstärkung von interessierten Frauen und Männern in jedem Alter die unser Training am Dienstag von 18 – 20 Uhr in der Sporthalle Gymnasium oder Freitags von 18 – 19 Uhr im Kraftraum Halle Mitte besuchen bzw. gleich mitmachen. Es gibt dafür keine Vorbedingung. Da wir barfuß trainieren, ist nur ein Trainingsanzug mitzubringen. Informationen können auch gerne beim SVN unter (04731) 67 87 oder direkt bei Claus Bleckert unter (04731) 8 94 57 eingeholt werden.

Ingo Lukes

Sportverein Nordenham e.V.
Rudgardstraße 7
26954 Nordenham
Tel. (04731) 67 87
verwaltung@sv-nordenham.com
www.sv-nordenham.de

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der
5. April 2023

Banner Leuchtwerbung Mailings Folder
Tragetaschen Magazine
Aufsteller
Großformat Quick-Banner Fahnen
Outdoor 18/1 XXL Messe Schilder
X-Banner Flyer Offsetdruck
Design Außenwerbung
Schaufensterbeschriftung

OFFICINA DRUCK- & MEDIENSERVICE
Posthalterweg 1b | 26129 Oldenburg
www.officina.de

Freizeitbad STÖRTEBEKER Nordenham
Atenser Allee 48, Telefon 04731/5050

Badespaß PUR

- Riesenrutsche (67m) mit Zeitmessanlage
- Erlebnisbecken m. Strömungsdüsen
- Babybecken, Solarien
- Aussenbecken mit Breitrutsche
- Schwallbrausen und Liegebucht
- Liegewiese mit Großschach
- Tischtennis und Volleyballspiel

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag 06.00 bis 07.30 und 15.00 bis 20.30 Uhr
Samstag und Sonntag 09.00 bis 19.00 Uhr
Kassenschluss: Eine Stunde vor Ende der Öffnungszeiten.

Während der nieders. Schulferien zusätzlich Dienstag bis Freitag 10.00 bis 15.00 Uhr

BAUPARTNER FÜR D

stein
&
handwerk

Natursteinarbeiten

Grabmale

Fensterbänke

Natursteintreppen

Udo Nafzger

Hammelwader Str. 19

26919 Brake

Tel. 04401 70 54 58

Fax 04401 70 54 59

Mobil 0171 426 36 31



Schellstede
Baustoff - Fachhandel



Hammelwader Straße 69

26919 Brake

Tel. 0 44 01/78 71 und 75 59

Fax 0 44 01/74 19

www.schellstede-baustoffe.de

e-Mail: info@schellstede-baustoffe.de

Ausführung von

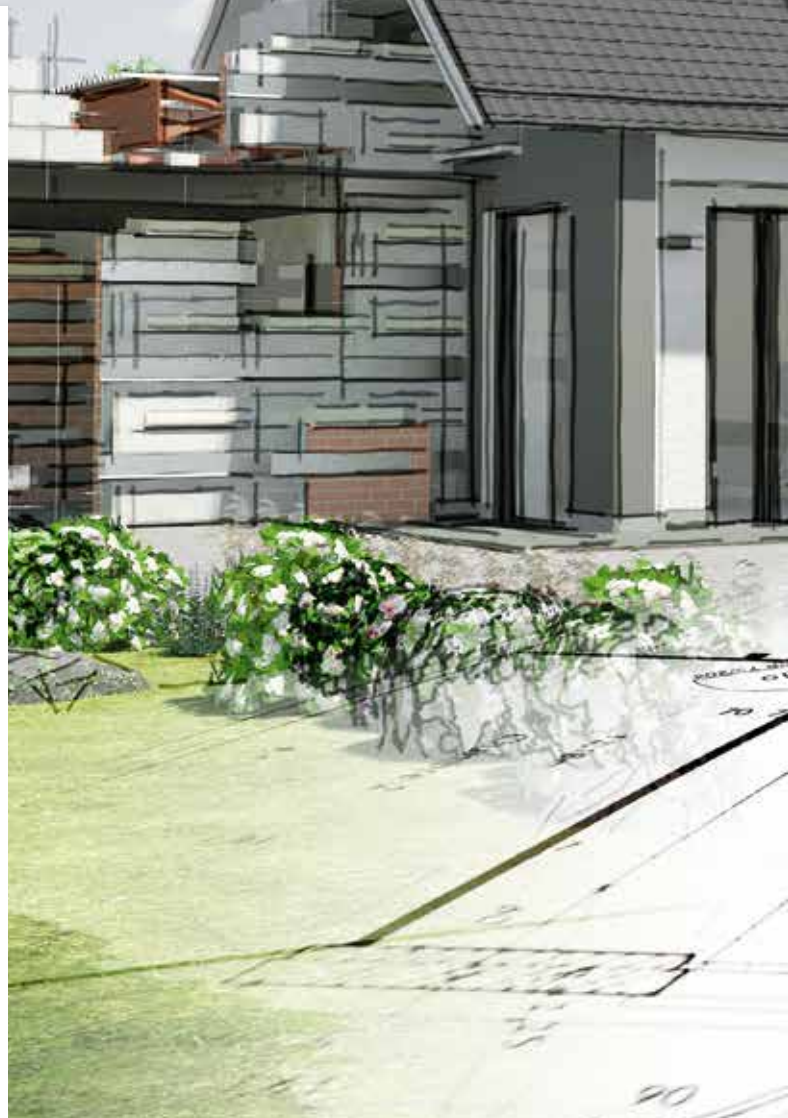
Metallbau- und Verglasungsarbeiten



www.metall-glas.de

METALL & GLAS
Sosath & Lipka

Am Altendeich 6 · 26939 Ovelgönne · Tel.: 04401 9308-0



DIE WESERMARSCH



Der freundliche Maler
MALEREIBETRIEB
Dieter Schwarting

Mal- und Anstichtechniken · Bodenbelagsarbeiten · Reparaturverglasungen

Oberhörne 1 - 26931 Elsfleth/Neuenbrok
Tel.: 0 44 83/930 600 - Fax: 0 44 83/930 601
Mobil: 0170/5450622
e-mail: dieter.schwarting4@ewetel.net


NORDSEE
FLIESENKONZEPTE

Spezial-Geschäft in Wand- und Bodenfliesen
Verlegemeisterbetrieb
Ofensetzerei · Fliesen- und Kaminstudio

Am Sieltief 3 · 26954 Nordenham
Tel. 0 47 31/8 00 88 · Fax 0 47 31/8 84 43

M Louis Müller GmbH
Stahl - Sanitär - Eisenwaren - Baustoffe - Tore & Türen - Werkzeuge

Besuchen Sie unsere Ausstellungen!

 mit Montageservice!	Garagentore, Haus- & Innentüren von Hörmann	
Neu im Sortiment Baustoffe		

www.louis-mueller.de 04731 - 93730 service@louis-mueller.de

Steinmetzmeister
H. Wille
und Stukkateur Fachbetrieb


NATURSTEIN
Jedes Stück ein Unikat

Cloppenburger Straße 111-115
26135 Oldenburg (Oldb.)
Telefon 04 41 / 1 23 65
www.steinmetz-wille.de

100 JAHRE
Lebenssteine im Garten

SEEFELDER TV VON 1880 E.V.

Steel-Darts-Vereinsmeisterschaften

Am 07. Januar war es nun endlich soweit. Die Darts-Vereinsmeisterschaften (verschoben aus 2022) konnten nun endlich stattfinden. Pünktlich um 10.00 Uhr starteten die ersten Spiele, die in 4 Gruppen zu jeweils 5 bzw. 6 Akteuren antraten. Die jeweils ersten beiden kamen in die KO-Runde, gespielt wurde „best of 5“. Das Teilnehmerfeld sehr ausgeglichen und ein Favorit war unmöglich auszumachen. Sämtliche Spieler der 1. und 2. Mannschaft haben ein ähnliches Niveau und dazu kamen dann noch ein paar Überraschungserfolge von den Spielern der 3. Mannschaft.

Gruppe A (5 Spieler): Hier qualifizierten sich punktgleich (je 3:1) Ulf Schellstede und Dominic Wähler für die 2. Runde, vor zwei weiteren Spielern mit 2:2 Punkten.

Gruppe B (6 Spieler): Ohne Niederlage sicherte sich Christian Such den Gruppensieg. Der 2. Platz wurde punktgleich (3:2) nur durch das Leg-Verhältnis



entschieden. Jakob Rohde (12:9) hatte da einen kleinen Vorsprung vor Karsten Hannebohn (11:9).

Gruppe C (5 Spieler): Die Gruppe C wurde von Oliver Trott dominiert. Auf Platz 2 dann aber gleich 3 Spieler mit 2:2 Punkten. Durch das bessere Leg-Verhältnis qualifizierte Maurice von Aswegen (9:7) für die nächste Runde knapp vor Christoph Eilers (9:8) und Hans-Gerd Blaschke (7:9).

Gruppe D (6 Spieler): Auch hier ging es sehr eng zu. Ungeschlagener Gruppensieger wurde Stefan Becker (5:0) gefolgt von dem Titelverteidiger Timo Janssen (4:1)

und spendeten beiden Spielern viel Applaus. Wie so oft sind es dann die Doppel die entscheiden. Am Ende gewann Stefan Becker mit 4:2 und wurde erstmals Vereinsmeister im DC Steel-fire Seefeld. Dominic muss nun wohl noch einen dritten Versuch unternehmen den Titel zu gewinnen.

Nach einer Siegerehrung hatte unser Timo Janssen noch etwas vorbereitet. Er hatte ein ganz tolles Grünkohlessen geplant und es wurde kräftig „reingehauen“, dabei hagelte es sehr viel Lob. Im Anschluss wurde noch ein wenig gefeiert und der eine oder andere Wurf diskutiert.

Aber alle waren sich einig; es war ein ganz toller Tag mit sehr viel Spaß, guten Sport und tollen Gesprächen. Dank gilt nicht nur Timo, sondern auch Sven Büsing für die reibungslose Turnierleitung sowie den zahlreichen Damen die uns so toll unterstützt haben.

Im Sommer werden schon die 4. Vereinsmeisterschaften für 2023 ausgetragen.

Udo Lienemann

Seefelder TV von 1880 e.V.
1. Vors. Udo Lienemann
Marktstraße 4
26935 Stadland
udo.lienemann@ewetel.net
www.seefelder-tv.de/

Im Finale (Jens Büsing agierte dort als Caller) traf nun Dominic Wähler auf Stefan Becker. Es entwickelte sich ein absolutes Spitzenspiel was lange Zeit sehr knapp war. Auch die vielen Zuschauer zeigten sich begeistert

Wir suchen dich!!

Zur Verstärkung unseres Teams
suchen wir einen

**KFZ-Mechatroniker
(m/w/d)**

Meyer
Hilko Meyer Gebrüder Meyer GmbH

KFZ-Mechatroniker (m/w/d) gesucht

26935 Stadland • Rodenkirchen • Molkereistr. 1
Tel. 04732/1044 • Fax 8552
email: info@hilkomeyer.de • www.hilkomeyer.de

MEISTERSERVICE FÜR ALLE MARKEN

BARDENFLETHER TURNERBUND

Trittsicher



Trittsicher läuft es beim Bardenflether Turnerbund freitags vor-

mittags mit Cornelia Ibbeken.

Petra Lohmann

BARDENFLETHER TURNERBUND

Verabschiedung von Fitness-trainerin Annika Herrmann



Bedankt haben sich der 1. Vorsitzende Florian Bierbaum(re.) und sein Stellvertreter Jörg Indorf (li.) bei Annika Herrmann für ihr unermüdetes Arrangement.

2008 gründete Annika Herrmann aus eigenem Interesse die Damen Fitnessgruppe beim Bardenflether Turnerbund. Die Liebe zieht sie nun in die Ferne! Schweren Herzens muss sie ihre Gruppe abgeben. 14 Jahre hat sie mit ihren Damen, viele davon sind von Anfang an dabei, für

gesunde Bewegung gesorgt. Sie hatten immer viel Spaß, ob beim Sport, den Fahrradtouren oder gemütlichem Beisammen sitzen. Nun wünschen sie „Ihrer Annika“ alles Gute für die Zukunft! Übernommen wird die Damenfitnessgruppe von Simone Bruns.

Petra Lohmann

Geschenke für die Tanzmäuse



Eine ordentliche Aufstellung bekommen die Tanzmäuse vom Bardenflether Turnerbund nicht nur beim Tanzen hin. Der Weihnachtsmann hat einen Sack voller

Geschenke mitgebracht und da warten sie gerne. Zum Tanzen treffen sich die Tanzmäuse jeden Mittwoch Nachmittag.

Petra Lohmann

Mutter- Kind Turngruppe bekommt Besuch



Die kleinsten Mitglieder vom Bardenflether Turnerbund hatte Besuch vom Weihnachtsmann. Respektvoll, aber sehr erfreut begrüßen sie ihn und machen

zusammen ein schönes Picknick. Die Mutter-Kind Gruppe wird betreut von Claudia Schüttoff und Yvonne Heinrich.

Petra Lohmann

Schießen statt steppen



In einer anderen Sportart probierte sich Stepp Tanz Moorriem Blasrohrschießen erklärte Tim

Bölts vom Altenhutorfer Schützenverein. Im Bürgerhaus in Butteldorf hatten sie viel Spaß dabei.

Petra Lohmann

Sie finden unsere Ausgabe auch als PDF online unter:
www.meineregion-verlag.de

BARDENFLETHER TURNERBUND

Neustart mit Volleyball



Erfreut sind die Jungen und Mädchen, dass Jan und Christin Mielcke sich bereit erklärten, Volleyball beim Bardenflether Turnerbund zu unterrichten. Kinder von der 2-4 Klassen lernen von

der Picke auf an Volleyball. Spielerisch an Kondition, Ballgewöhnung und Spielregeln arbeiten und heranführen ist ihr Ziel.

Petra Lohmann

Kohlfahrt



Zur Kohlfahrt hatte der Bardenflether Turnerbund seinen Trainer mit Anhang eingeladen. Erst ein gemeinsamer Spaziergang durch Eckfleth bei herrlichem Wetter, dann ein deftig leckeres Grünkohlessen im Eckflether Kroog. Anschließend ein gemütliches Beisammensitzen, das ungerne ein Ende nehmen wollte.

Petra Lohmann

Bardenflether Turnerbund von 1897 e.V.
 1. Vorsitzender: Florian Bierbaum
 Dalsper 17
 26931 Elsfleth
 Tel. (0152) 54 92 15 56
 f.bierbaum1992@gmail.com
 www.btb-bardenfleth.de

Sonnenschutz im lokalen Shop www.juun25.de

Umbratec-System GmbH & Co.KG

Bürgermeister-Brötje-Str.15 Rastede
www.umbratec.de
 Tel: 04403 9998000

Geöffnet:
 Von Mo. - Fr.
 9:00 - 18:00 Uhr



Traditionelle Weihnachtsfeier



Vorne li: Ute Schelling mit ihrer Damengruppe und ihren „Traumgeschenken“

Bei „Olga“ hatte die Gymnastikgruppe um Ute Schelling viel Spaß. Es wurde gesungen, gegessen und gewickelt. Um Schrott wurde gewürfelt und getauscht, bis jeder sein Traumgeschenk mit

nach Hause nehmen durfte. Trainiert wird montags abends, egal ob drinnen oder später wenn es das Wetter zuläßt, draußen.

Petra Lohmann

Mobile Tierheilpraktikerin für Hunde, Pferde und Katzen

Mobil: (0152) 552 44 671
info@tierheilpraxis-kopmann.de
www.tierheilpraxis-kopmann.de

- Akupunktur
- Bioresonanz
- Homöopathie
- Mykotherapie
- Phytotherapie
- uvm.



Sarah Kopmann An der Weide 35 a 27798 Hude

Die vielleicht beste Singlebörse.

www.tierheim-ol.de



UNDERWATER DRAGONS Besuch vom Nikolaus im Kückens



Nach zwei Jahren ist alles anders und so auch der Besuch der Underwater Dragons Berne. Kommt der Nikolaus sonst mit dem Drachenboot zu den Kindern ans Ollenufer, kam er dieses Jahr ins Kückens Pflegeheim. Gefolgt von Engel, Rentier und Wichtel besuchte er am Nikolaus-Nachmittag die Bewohnenden auf allen Etagen.

Er verteilte liebe Worte und aus dem geschmückten kleinen

Drachenboot einen Schokoladengruß. Das Lächeln und die strahlenden Augen zeigten, die Idee einer Mitarbeiterin und der Heimleitung war genau die Richtige!

Hannah Neuber

Underwater Dragons
Wehrderstraße 37
27804 Berne
www.underwaterdragons.de

HSG UNTERWESER Nutzung Sporthallen



Die HSG Unterweser (AT Rodenkirchen, Blexer TB, SV Nordenham) hat zur Zeit große Probleme mit der Nutzung der Sporthallen. Die Sporthalle Luisenhof wird ab 1. April bis Ende Dezember 2023 saniert. Bis zum April werden dort, nach Möglichkeit, weitere Trainingseinheiten absolviert. In der Sporthalle Rodenkirchen sind die Tore für Handball noch nicht geliefert worden, so das hier nur ein eingeschränkter Betrieb möglich ist. Punktspiele werden derzeit nur in den Nordenhamer Sporthallen Abbehausen und Mitte ausgetragen. Die Verantwortlichen der HSG hoffen, das bald in Rodenkirchen Punktspiele ausgetragen werden können. Die sportliche Bilanz der HSG Unterweser ist nicht schlecht. Die Frauen I, in der Regionsoberliga, belegen den zweiten Platz hinter dem Tvd Haa-

rentor. Die Männer spielen in der Regionsliga und belegen Platz 2 hinter dem TuS Augustfehn. Die zweiten Mannschaften der Frauen und Männer spielen in der jeweiligen Regionsklasse. Im Jugendbereich spielen bei der weiblichen Jugend 4 Teams, B,C,D und E. Bei der männlichen Jugend gibt es die C,D und zwei E-Jugendmannschaften. Die Plazierungen dieser Mannschaften liegen im Mittelfeld ihrer Spielklasse. Daneben sind noch 4 Mini Mannschaften aktiv. Hier steht besonders der Spaß im Vordergrund.

Olaf Bükler

HSG Unterweser
Olaf Bükler
Wischweg 5
26954 Nordenham

LADENBESCHRIFTUNGEN

OFFICINA
DRUCK- & MEDIENSERVICE

Für einen eindrucksvollen Auftritt

- ▶▶ dezent oder großflächig als Folienplott oder Druck
- ▶▶ individuell gestaltet für maximale Wirksamkeit
- ▶▶ wir montieren auch gerne für Sie

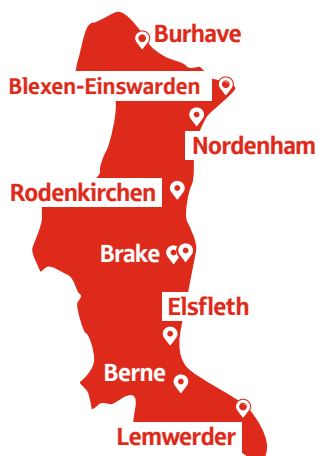
Wir beraten Sie gerne!



Großformatdruck • Offsetdruck • Digitaldruck • Werbetechnik • Mediengestaltung

Posthalterweg 1b | 26129 Oldenburg | 0441 3614422-0

www.officina.de



Landkreis
Wesermarsch

**Wir sind 9x für Sie da –
und wir bleiben es.**

Denn Nähe beginnt gleich nebenan. Gute Beratung im Landkreis Wesermarsch gibt es montags bis freitags von 8–20 Uhr in einer unserer 9 Filialen, telefonisch oder online. Weil's um mehr als Geld geht.

Jetzt LzO-Kunde werden. In einer unserer Filialen oder unter www.lzo.com/wechsel

LzO
meine Sparkasse

Unsere Nähe bringt Sie weiter.

STURMVOGEL BERNE E.V. Nur Fliegen ist schöner!



Foto: Privat

„Tolle Organisation und nette Leute hier!“, „Ich komme auf jeden Fall wieder!“, „Leckere Verpflegung und tolles Training für jedes Leistungsniveau!“ So und ähnlich war es am vergangenen Wochenende häufig zu hören in der 85 mal 20 Meter großen Reithalle des Sturmvogel Berne. Und tatsächlich können die Sturmvoegel wieder stolz sein auf ihr traditionelles Hallengeländetraining. Baumstämme, Blumenkästen, sogenannte „Schweinekästen“, Schrägen, ein „Vogelnest“, eine „Säge“ und ein großes Hufeisen waren unter anderem Teil der unterschiedlichen Geländeparcours in der Halle. Unter dem Motto „Liebe“ waren die 23 Hindernisse abwechslungsreich und phantasievoll gestaltet worden. Es gab drei Schwierigkeitsgrade, die die fast 180 Reiterinnen und Reiter ganz nach Wunsch und unter fachkundiger Anleitung der Trainer Claas Jüchter (Sturmvogel Berne), Johanna Wetjen-Sanders und Susanne Haslage durchlaufen konnten. Der Schwierigste der Klasse A umfasste 16 Sprünge und lange Galoppstrecken denn das ist in der großen Halle möglich: den Platz nutzen und dem Pferd die Möglichkeit zum flotten Galoppieren geben. Die Bedingungen waren optimal: Helle Halle, viel Platz und ein guter Hallenboden, der selbst die starke Dauer-Belastung durch galoppierende und springende Pferde gut abfedern konnte.

Nicht zuletzt sorgten natürlich fleißige Vereinsmitglieder dafür, dass bis zur letzten Trainingsstunde am Sonntag Abend alle Reiter gute Bedingungen vorfanden. Der Boden wurde regelmäßig glatt geharkt und gesäubert und die Reiter/innen konnten sich in der Vereinskantine stärken und aufwärmen. So kamen die Reiterinnen und Reiter auch teilweise von weit her, die Autokennzeichen verriet Teilnehmer/innen aus Cuxhaven, Delmenhorst, Friesland, Diepholz, Oldenburg, Bremen und sogar aus Köln - die Reiterin startete gleich an allen drei Tagen und hatte ihr Pferd im Stall des „Sturmvogel Berne“ untergebracht.

Ein großer Dank geht an alle Mitglieder und Freunde des Vereins, die wieder so viel Zeit und Kraft in die Veranstaltung investiert haben. Und an Olaf Tellinghusen, der den Verein als Fotograf schon lange begleitet und den Reiterinnen und Reitern mit seinen schönen Aufnahmen wieder eine tolle Erinnerung bescherte.

Emke Meyer-Wichmann

Reit und Fahrverein
Sturmvogel Berne e.V.
Am Marktham 1
27804 Berne
www.sturmvogel-berne.de
info@sturmvogel-berne.de

Bödeker's Partyservice

Schon **JETZT** an Ihre Bestellung zur Konfirmation denken!

Sie planen einen Grillabend?
Wir haben das passende Fleisch!

Bratwurst	Stück 0,90 €
Bratwurst ab 50 Stück	Stück 0,80 €
Bärlauchbratwurst	Stück 1,10 €
Krakauer	Stück 1,60 €
Käsekrakauer	Stück 1,70 €
Nackensteak	kg 7,90 €
Bauchscheibe	kg 5,90 €
Minutensteak	kg 7,20 €
Rindersteak	Tagespreis
Hähnchensteak	kg 9,50 €
Grillfackel	Stück 1,00 €
Kartoffelsalat	kg 6,90 €
Nudelsalat	kg 6,90 €

Bitte um telefonische Vorbestellung
(1 Tag vorher genügt) Tel.: 04480/919955

Telefon:
**04480/
919955**

Der
Caterer
für Ihre
Party!

Inhaber: Gerd Bödeker - Winterbahn 61 - 26939 Ovelgönne/Oldenbrök
Sie finden uns auch unter www.boedekers-partyservice.de

Sonnenschutz im lokalen Shop
www.juun25.de



Umbratec-System GmbH & Co.KG
Bürgermeister-Brötje-Str. 15 Rastede
www.umbratec.de Tel: 04403 9998000

HORWIN
Intelligent Electric Vehicle

EK1^{Light}
EK1

HORWIN
Intelligent Electric Vehicle

SK3

SPORTLICHE ERSCHEINUNG

SK3

ENTDECKEN
SIE SCOOTER-
FAHRSPASS IN
PERFEKTION!

	EK1^{Light}	EK1
Max. Geschwindigkeit	25 km/h	45 km/h
Max. Reichweite		
STANDARD RANGE	80 km	70 km
EXTENDED RANGE	140 km	120 km

L1e

Max. Geschwindigkeit	90 km/h
Max. Reichweite (1 Akku)	80 km
Max. Reichweite (2 Akkus)	160 km

L3e

Ab sofort Vertragshändler

Autohaus Rigalski GmbH
Am Schlatt 22, 26203 Wardenburg, Tel.: 0 44 07 / 55 05
www.ford-rigalski-wardenburg.de



**WELTWEIT
AM BALL**

Bestens aufgestellt in den Bereichen

+ AEROSPACE + AUTOMOTIVE + MARINE

Als mittelständisches Unternehmen bieten wir mit qualifiziertem Fachpersonal Aluminiumverarbeitung

auf höchstem Niveau. Mit unserem Entwicklungs-, Konstruktions- und Fertigungs-Know-how bieten wir

unseren Kunden die komplette Dienstleistungspalette von der Ideenfindung bis zum fertigen Produkt – weltweit.

Aljo Aluminium-Bau
Jonuscheit GmbH

Gewerbestr. 2
27804 Berne / Germany

Phone: +49 (0) 4406 44 0
Fax: +49 (0) 4406 44 199

E-Mail: info@aljo.de
Web: www.aljo.de

aljo

EWE läuft mit euch!

Die EWE Running Community startet in die neue Laufsaison. Sei dabei! Dich erwarten:

- Kostenlose Community-Trainings
- Trainings- und Ernährungstipps
- Facebook-Gruppe „EWE Lläuft“
- Verlosungsaktionen zu den Laufhighlights in der Region auf Facebook

