Der TV Metjendorf 04 sagt Danke!!

Seit ca. 30 Jahren sitzen die Vereinsmitglieder des TV Metjendorf auf den gleichen Stühlen. Da im vergangenen Jahr das Vereinsheim renoviert wurde, musste sich in diesem Bereich natürlich auch was tun.

Ein weiterer Grund war die Notwendigkeit Stapelwaren bzw. klappbares Mobiliar zu bekommen. Neben der Optik ist aber ein wichtiger Punkt des neuen Mobiliars, dass es „sich schnell bei Seite räumen lässt“. Immer wieder wird der Clubraum des Vereins für kleinere Sportaktivitäten genutzt.

Und nun kommt die Förderung der Landessparkasse zu Oldenburg (LzO) ins Spiel. Der Verein darf sich für die Anschaffung des neuen Mobiliars über einen Zuschuss von 3.000,- Euro freuen.

Der Filialleiter aus Wiefelstede, Patrick Mooy, überbrachte den positiven Bescheid an den Vereinsvorsitzenden, Friederich Veenhuis.

Der Verein bedankt sich ganz herzlich für diese Unterstützung.

Ohne diese Hilfe wäre das Projekt nicht so schnell umzusetzen gewesen.

Wir hoffen, dass wir die Bestellung bald herausgeben können und vielleicht dürfen die Vereinsmitglieder diesen Anblick dann schon bei der nächsten Mitgliederversammlung am 24. Februar 2022, sofern Corona es zulässt, genießen.

HERZLICHEN DANK!!!

LzO
meine Sparkasse

Besuchen Sie uns im Internet: www.tv-metjendorf.de oder TV Metjendorf 04

An Haushalte mit Tagespost

TV METJENDORF 04 e.V.

Turnen • Gymnastik • Badminton • Fußball • Leichtathletik
Tischtennis • Tennis • Volleyball • Karate

Vereinsinfo 1/2022

Liebe Mitglieder und Freunde des TV Metjendorf!

Hatten wir nicht alle im Jahr 2021 die Hoffnung auf einen Rückzug des Corona Virus? Auch wir Sportler waren im Sommer noch guter Dinge. Jedoch mittlerweile fordert das Virus von unseren Übungsleitern und Sportlern wieder sehr viel Geschick und Verantwortungsbewusstsein, um niemanden einer unnötigen Gefahr auszusetzen. Dieses Virus sollte uns jederzeit sorgsam sein lassen, aber nicht beherrschen.

Aus diesem Grunde haben wir, soweit es möglich war, den Sportbetrieb nach draußen verlagert. Dies hat sehr gut funktioniert und dafür sei schon mal Dankeschön allen Beteiligten gesagt. Dass es einen großen Bedarf an Bewegung gibt, haben wir in diesem Jahr durch viele Anfragen per Mail zu unserem Sportangebot erfahren. Aber nicht nur Anfragen, sondern auch viele Eintritte in den Sportverein hat es im Jahr 2021 wiedergegeben. Darüber freuen wir uns sehr, ist es doch eine Bestätigung für die gute Arbeit unserer Übungsleiterinnen, Übungsleiter und Betreuer.

Riesige Veränderungen hat es demnach im Jahr 2021 nicht gegeben, was allerdings nicht von Nachteil sein muss.

Verabschieden müssen wir uns leider von unseren Vereinswirten Jutta und Chris Shaw. Die Beiden möchten nach mehr als 10 Jahren in denen sie unser Vereinsheim mit Liebe und Engagement geführt haben, nun in den wohlverdienten Ruhestand eintreten. Wir wünschen beiden dabei viel Spaß und bedanken uns an dieser Stelle nochmal recht herzlich für die schöne Zeit.

Auch unsere Platzwarte für Tennis, Werner und Erwin Bruns und Fußball mit Manni Oltmanns gehen in den Ruhestand. Allen Dreien möchten wir für ihre engagierte Arbeit ganz herzlich danken.

Neu im Team ist Karl Heinz Müller, der künftig die Pflege sowohl auf der Tennisanlage als auch auf den Sportplätzen übernehmen wird

Großer Hoffnung sind wir, im nächsten Jahr, unser neues Gerätehaus auf der Sportanlage errichten zu können. Die Zeit für einen Neubau ist mehr als reif.

Derzeit beabsichtigen wir, unsere nächste Mitgliederversammlung wieder im Vereinsheim abhalten zu können - warten wir ab. Dazu möchten wir schon jetzt einladen. Termin wird dann der **24. Februar 2022** sein.

Insgesamt sind wir sehr froh, unser abgelaufenes Jahr erfolgreich bewältigt zu haben, trotz der vielen Einschränkungen...
Dafür möchten wir als Vorstand allen Übungsleitern, Abteilungsleitern und sonstigen Helfern, Freunden und Förderern des Vereins herzlich Dankeschön sagen. Nicht zu vergessen unsere Mitglieder, die zu dem Gelingen beigetragen haben.

Wir wünschen allen ein paar besinnliche Weihnachtstage, hoffentlich ohne große Einschränkungen.

Bleiben Sie alle gesund und wir freuen uns auf ein Wiedersehen 2022. Bleibt uns wohlgesonnen.

Bis dahin euer
TV Metjendorf 04 e. V.

Friederich Veenhuis

1. Vorsitzender

Kontaktadresse:

Turnverein Metjendorf 04
Am Sportplatz 9
26215 Metjendorf

Tel.: 0441-68 14 19
Fax.:0441-6 71 61

tv.metjendorf04@ewetel.net
www.tv-metjendorf.de

TV Metjendorf 04

Bürozeiten:
Montags von 10:00-12:00
Mittwochs von 16:00-18:00

Hip Hop und Jazz Dance

Hallo, mein Name ist Malin Grimmert, 18 Jahre alt und ich bin die neue Abteilungsleiterin des Tanzbereichs im TV Metjendorf. Ich selber tanze schon seit dem 4. Lebensjahr hier im Verein und wollte schon immer gerne Übungsleiterin werden. Im April und August habe ich die Trainerlizenz beim NTB in Melle absolviert.

Ich freue mich auf die Zusammenarbeit mit dem Verein, meinem Trainerteam und den Tanzgruppen.

Eure Malin
Abteilungsleiterin

In den letzten 2 Jahren hat sich die Tanzabteilung des TV Metjendorfs um das Doppelte vergrößert. Nun bedienen wir wieder alle Altersgruppen, ab 4 Jahren, die Altersgrenze nach oben ist offen.

Die Pandemie hat uns nicht aufgehalten, wir bereiten uns trotzdem mit unseren Gruppen auf die nächsten Wettkämpfe und Shows vor. Die hoffentlich bald wieder stattfinden, die Kids sind schon ganz gespannt. Im Sommer letzten Jahres besuchten die Gruppen „DanceKids“ und „LittleDancers“ das Alten- und Pflegeheim in Ofenerdiek, die Kids zeigten ihre bisherigen Choreografien und erhielten viel Lob von den Bewohnern, auch im nächsten Jahr sind weitere Auftritte geplant.

Die Tanzabteilung des TV Metjendorfs ist jetzt auch auf Instagram zu finden, unter dem Namen „tvm_dancecrews“. Hier posten wir gelegentlich Ausschnitte von unseren Trainingseinheiten und alle Updates. Anfang November in diesem Jahr ist unsere neue Gruppe „HighEnergy“ gestartet. Diese Gruppe besteht zurzeit aus fünf jungen Frauen, ab 16 Jahren. „HighEnergy“ würde sich über Zuwachs freuen.

Eure Trainerinnen

Fiona Krzewina und Malin Grimmert

Fitness für Frauen

Ines Lachnit hat seit Januar 2020 den Kurs Frauengymnastik übernommen. Jetzt heißt der Kurs „Fitness für Frauen“ , der dienstags abends im Hallenabschnitt 2 der Sporthalle TV Metjendorf von 18:15-19:30 Uhr stattfindet. Mehr als eine Stunde Bewegung für Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination!

Diese zentralen Bausteine der Gesundheit werden in verschiedenen Varianten wöchentlich trainiert; mit motivierenderund entspannter Musik, mit Aerobic- und leichten Choreographie-Elementen, am Boden liegend, im Sitzen und im Stehen, zum Schwitzen und zum Durchatmen und insgesamt zum Wohlfühlen und Spüren eures Körpers!

Nach einer bewegten Aufwärmung stehen gesundheitliche, aber auch fitnessorientierte Aspekte auf dem Plan wie z.B. rückenstärkendes (Ausdauer-)Training, BBP oder auch Mobilisation zentraler Gelenke wie Hüft- und Schultergürtel. Neben dem muskulären Training sind – ab einem gewissen Alter – Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht entscheidend für die Gesunderhaltung unseres Körpers – und deswegen machen wir das auch mit verschiedenen Übungen und Techniken zur Mobilisierung und Kräftigung.

Insgesamt gilt: Bodystyling wird nicht angestrebt, sondern eine Aktivierung und Stärkung für den Alltag und in jedem Alter, von unter 35 bis über 70 Jahre alt!

Alle Frauen, die Spaß an Bewegung, toller Musik und Kräftigung haben, sind herzlich Willkommen zum Schnuppern und einsteigen. Ein Schnuppertraining ist jederzeit möglich!

Bodyworkout – für Anfänger wie Fortgeschrittene

Bei diesem Kurs wird durch Ausdauertraining das Herz-Kreislaufsystem in Schwung gebracht und durch einen Kräftigungsteil die Muskelkraft verbessert. Durch Einsatz verschiedener Kleingeräte und des eigenen Körpergewichts, wird der Kurs abwechslungsreich und effektiv gestaltet.

Der Kurs findet montags von 18.30 bis 19.30 Uhr in der Sporthalle Auf dem Kamp statt.

„Back to the roots“ – Schulsport für Fortgeschrittene

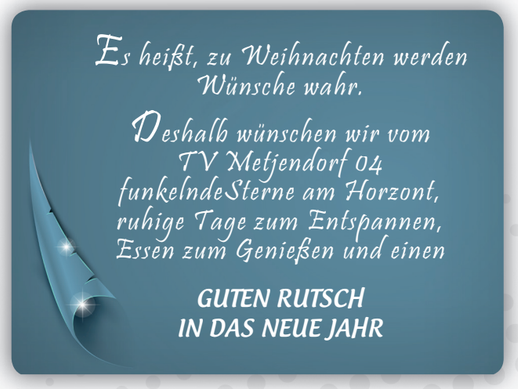
Von Brennball, Burgball, Spiele, über Basketball, Fußball, Badminton, Tanzen, Stationstraining, Tennis,... drinnen oder draußen, Hauptsache wir haben Spaß zusammen.

Immer donnerstags von 19 bis 20 Uhr (20:30) in der Sporthalle Auf dem Kamp.

Für Mann und Frau ab 30 Jahren
(Ausnahmen gibt es immer)

Falls du Interesse hast, komm vorbei!

Bis bald...
Sabine Ahlf



Wir suchen Dich!

Du bist bereits Übungleiter und möchtest die Begeisterung für Deine Sportart mit anderen teilen?

Du bist noch kein Übungsleiter, hast aber Interesse daran, eine Lizenz zu erwerben? Kein Problem!

Wir sind stets auf der Suche nach Sportfreunden, die uns und den Verein unterstützen wollen... melde Dich einfach bei uns!

Weitere **Auskünfte** persönlich in unserer Geschäftsstelle, unter **0441-68 14 19** oder auch unter **tv.metjendorf04@ewetel.net**