



PSV
Rot-Gold
Lehrte



2019

PSV - Rot-Gold Nachrichten

Vereinszeitung
des
PSV Rot-Gold
Lehrte
von 1951





www.die-recken.de

Mergenthaler Heizungsbau

Sehnder Str. 4

(0 51 32) 82 39 21

(0 51 36) 9 76 88 09



E-MAIL: psvrotgold@gmail.com

PSV Rot-Gold Lehrte e. V. von 1951

Hohnhorstweg 3 (Vereinsheim TC Rot-Gold) – Postfach 1364
31253 Lehrte



Der Vorstand

1. Vorsitzender	Hans-Bernd Will Tel. 5 21 83	Hbernd.will@t-online.de
2. Vorsitzender	Alexander Urban Tel. 85 64 65	2.tcrglehrte@web.de
1. Kassenwart	Bernd Fischer Tel. 5 54 29	psv-lehrte@t-online.de
2. Kassenwart	Heinz Carlsson Tel. 5 14 15	heinz.carlsson@t-online.de
Schriftführerin	Ruth Klingberg Tel. 05136 / 974 67 74	ruthklingberg@gmx.de
Sportwart	Benjamin Hänsch Tel. 0173/205 85 71	bhaensch@arcor.de
Jugendwart	Benjamin Hänsch Tel. 0173/205 85 71	bhaensch@arcor.de
Pressewart	Oliver Gels Tel. 0170/321 79 68	olligels@web.de
Gebäudewart	Jürgen Klotzsch Tel. 0170/467 40 80	juergen.klotzsch@gmx.de
Technikwart	Guido Paß Tel. 0177/749 77 21	bilmer.gp@gmail.com
Sozialwart	Reiner Hilpert Tel. 29 79	hilpertreiner@gmx.de
Beisitzer/in	Angela Henze Ronny Hückstädt	

Bankverbindung:

Volksbank Hildesheim - Lehrte - Pattensen

IBAN

DE95 2519 3331 7005 2883 01

BIC

GENODEF1PAT



Liebe Mitglieder,

Das Kalenderjahr geht nun auf die Zielgerade. Der Herbst lässt die Welt noch einmal bunt werden, bevor sie in die Winterruhe übergeht.

Kennzeichnend ist der allgegenwärtige Rückzug der Natur, der sich in der



Wendung der Menschen nach innen widerspiegelt, was die vielen zum Nachdenken anregenden kirchlichen Gedenktage belegen. Mit der Besinnung geht auch eine Betrachtung der „Ernte“, die man einbringen konnte, einher. So beginnt der Mensch im Herbst seines Lebens oft auch zurückzuschauen, was ihm im Leben gelungen ist

und was von seinen ursprünglichen Zielen noch übriggeblieben ist.



So blicken wir auch auf unser Vereinsleben zurück, was wir in 2019 erreicht haben. Da war z.B. die Vereinsfusion die nun endlich seit September offiziell ist. Die erfolgreiche kurzfristige Suche nach einem Übungsleiter für das Mutter-Kind-Turnen oder die Renovierung unserer

Anlage gingen erst voran und stellen uns aktuell, durch die maroden Regenabwasserohre im Clubheim, vor neue Herausforderungen. Bisher haben wir auch noch keinen Platzwart fest einstellen können.

Nun, trotz der Herausforderungen können wir uns glücklich schätzen einen so gut zusammenarbeitenden Vorstand zu haben. Damit er entlastet wird, wünschen wir uns für das nächste Jahr mehr Engagement von den Mitgliedern! Bernd und Alexander möchten euch anregen, sich in dem Verein einzubringen.

Wir wünschen allen PSV Rot-Gold Mitgliedern eine besinnliche Adventszeit und ein frohes Weihnachtsfest!

Bitte gebt dem Vorstand ein Feedback! Was sind eure Erfahrungen und Erlebnisse in 2019? Wir brauchen eure Anregungen, Ideen wo wir den Verein verbessern können.

Wir laden euch ein am Di., 17.12. , 18:30 Uhr auf dem Clubgelände zum Dialog bei Glühwein und Gebäck.

Sportliche Grüße
Bernd & Alexander

Trainingszeiten des Postsportverein Lehrte

Wann	Uhrzeit	Wer	Wo
Badminton			
Montag	17.00 - 18.00	Kinder & Jugendliche	Halle Mitte - Schlesischestr.
Freitag	19.30 - 21.00	Erwachsene	Turnhalle Gymnasium
Bowling			
Mittwoch	19.00 - 21.00	Erwachsene	Arena - Burgdorfer Str. 32
Eltern-Kind-Turnen - Kinderturnen			
Mittwoch	17.00 - 18.15 18.15 - 19.15	Kinder ab 1 Jahr Kinder ab 5 Jahre	Turnhalle Gymnasium
Erwachsenentreff / Leichtathletik			
Mittwoch	19.30 - 21.30	Herren	Turnhalle Gymnasium / Sommermonate Stadion
Fit ab 50 /Gymnastik			
Montag	18.00 - 19.15	Damen	Turnhalle Sonderschule, Südstr.
Fußball Ü40			
Mittwoch	19.30 - 21.00	Herren	Stadion Am Pfingstanger Hallentraining nach Bedarf
Fußball Jugend			
G-/F-Jugend (5-9 Jahre)			
Sommer: Donnerstag 16.30 - 17.30 Uhr		- Stadion Am Pfingstanger	
Winter: Freitag 16.00 - 17.00 Uhr		- Halle Gymnasium, Friedrichstraße 10A	
D-Jugend (10-12 Jahre)			
Sommer: Mittwoch 17.00 - 18.30 Uhr		- Stadion Am Pfingsanger	
Winter: Donnerstag 17.00 - 18.30 Uhr		- Vierfeldhalle Südring 28	
C-Jugend (12-14 Jahre)			
Sommer / Winter: Donnerstag 17.00 - 19.00 Uhr		- Stadion Am Pfingsanger Hallentraining bei Bedarf	
Intensivgymnastik			
Dienstag	20.00 - 21.00	Erwachsene	Turnhalle Gymnasium
Laufgruppe			
Dienstag	18.30 - 20.00	Tri/La/Laufen	Stadion
Donnerstag	18.30 - 20.00		
Prellball			
Donnerstag	19.00 - 21.00	Alle	Vierfeldhalle, Südring
Rückenschule			
Montag	18.00 - 19.00	Erwachsene	Halle Friedrichstr. / Gymnastikraum
Donnerstag	19.30 - 20.30		DRK, Ringstr. 9
Tischtennis			
Montag	19.15 - 22.00	Alle	Turnhalle Sonderschule, Südstr.
Freitag	19.00 - 22.00		
Volleyball			
Freitag	18.00 - 20.00	Alle	Halle Mitte - Schlesischestr.

Trainingszeiten der Taekwondo-Abteilung

Wann	Wer	Trainer	Wo
Montag			
17.00 - 18.00	Totalanfänger Kinder (Minis) ab 4 Jahre Totalanfänger Kinder ab 5 Jahre	Will Trampenau	Halle Mitte - Schlesischestr.
17.00 - 18.30	ältere Kinder ab Gelbgurt		
Dienstag			
19.30 - 21.00	Jugendliche und Erwachsene	Trampenau / Baylan	Halle Friedrichstr. / Gymnastikraum
Donnerstag			
17.00 - 18.15	Kinder ab 10 Jahre, und ab Gelbgurt	Will / Trampenau	Halle Friedrichstr. / Gymnastikraum
18.15 - 20.00	ältere Jugendliche & Erwachsene	Trampenau / Baylan	
Freitag			
17.00 - 18.15	Totalanfänger Kinder (Minis) ab 4 Jahre Totalanfänger Kinder bis 10 Jahre	Will	Turnhalle Gymnasium
18.15 - 19.30	Taekwondo Workout ab 16 Jahre		

Ansprechpartner: Hans Bernd Will - Tel. 05132 - 5 21 83

Meinig

Bestattungen seit 1929

Erd-, Feuer-, See-, FriedWald®- und anonyme Bestattungen

Bestattungsvorsorge – eine Sorge weniger

31275 Lehrte
Burgdorfer Straße 35
Tel. 05132/2848

31319 Sehnde
Lehrter Straße 25
Tel. 05138/1564

www.meinig-bestattungen.de

Díamantene HOCHZEIT

Am 18. September 2019

feierten

Ilse und Erich Koch

Díamantene Hochzeit.



Dazu möchten wir recht herzlich gratulieren

und Euch weiterhin alles Gute wünschen.

**Der Vorstand und besonders die Gymnastikdamen & die
Tischtennis-Abteilung des Post SV Rot-Gold Lehrte.**

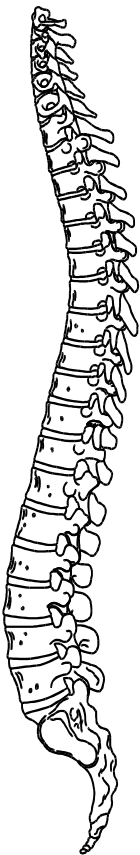


Rückenschule

Detlef Petczelis

Tel. 05132 - 18 57

Neue Kurse für Rückenschule



Rückenfreundlich durch den Alltag.

Bewegen Sie sich, nutzen Sie Bewegungsmöglichkeiten im Alltag. Rückenfreundliches Verhalten lässt sich lernen. Für die Rückenschule ist es nie zu früh und vor allem nie zu spät. Gönnen Sie sich Entspannungsphasen mit Musik und Massagebällen.

Der Postsportverein Lehrte bietet regelmäßig neue Kurse an.

12 Übungsabende in der Turnhalle Friedrichstr. (im Gymnastikraum), **montags** von 18.00 – 19.00 Uhr

NEU - 12 Übungsabende in der Turnhalle Friedrichstr. (im Gymnastikraum), **dienstags** von 17.00 – 18.00 Uhr

oder

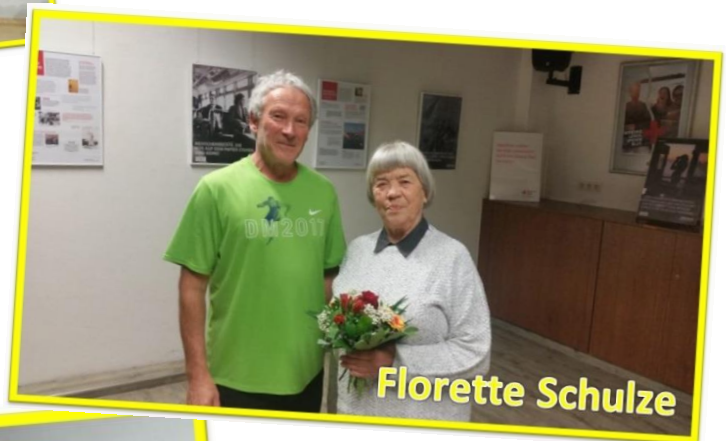
12 Übungsabende in der Ringstr. 9 (DRK) **donnerstags** von 19.30 – 20.30. Uhr.

2 Ehrungen für langjährige Teilnehmerinnen der Rückenschule

Übungsleiter Detlef Petczelis überreichte an einem der letzten Trainingstage einen Blumenstrauß an 2 Teilnehmerinnen, die schon 10 Jahre an den Kursen teilnehmen. Seit 23 Jahren bietet Detlef Petczelis die Rückenurse an und freut sich natürlich, wenn er Ehrungen vornehmen kann.



Es sind dies:



Lehrter



Bilderbox

Liebe PSV Rot-Gold - Mitglieder und alle die es werden möchten,

vielleicht haben einige von Euch schon davon gehört, nun können wir uns ganz offiziell vorstellen und freuen uns, dazu zu gehören: Der PSV hat eine neue Sparte - die Lehrter Bilderbox, Lehrtes Fotoclub für Amateure und Experten.

Aus einer unverbindlichen Gruppe von (aktuell 12) Fotobegeisterten aus Lehrte Kernstadt und umliegenden Ortschaften, die sich vor nicht ganz zwei Jahren erstmals trafen, sollte 'etwas Festes' werden. Als wir dann das Angebot erhielten, uns dem PSV anzugliedern, haben wir nur kurz überlegt und geschlossen zugestimmt. Man trifft uns regelmäßig beim Fachsimpeln und kreativen Gedankenaustausch am 2. Freitag jeden Monats im Clubheim des Tennisclub Rot-Gold an, um 19 Uhr.

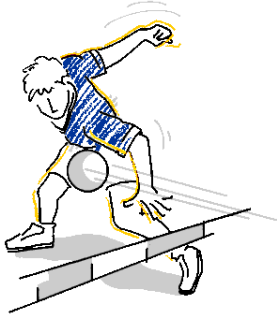
Weitere Infos auch unter **<http://www.lehrter-bilderbox.de>**.



Wir freuen uns, Euch kennen zu lernen!

Eure Bilderboxler.





Ab sofort!

Prellball für Anfänger

Hallo! Du hast Lust eine „neue“ Ballsportart kennen zu lernen? Wir sind eine lustige Truppe zwischen 20 und 60 und suchen neue Mitspieler. Mit neuem Trainer und



vielleicht Dir, würden wir gern eine neue Hobbygruppe aufbauen, die Gelegentlich auch mal an einem Hobby Turnier teilnimmt. Das Training ist für neue Spieler und erfahrene Spieler, die Ihre Balltechnik verfeinern wollen, ausgerichtet. Prellball existiert schon seit ca. 1925 und wurde damals nur in der Turnstunde gespielt, bis es sich zu einer eigenen Sportart mit Regeln weiter entwickelte. Prellball ist eine

Mannschaftssportart und wird hauptsächlich in der Halle gespielt. Mehr Informationen zur Sportart erhält man im Internet unter:

www.prellball-ntb.de

Außer einer Menge Spaß am Sport braucht man ein paar Sportschuhe und schon kann es losgehen, der Rest ergibt sich beim Training. Ein kleiner Nebeneffekt des Trainings ist der Aufbau der Rückenmuskulatur. **Haben wir Dein Interesse geweckt?** Dann schau doch einfach bei unserem Training vorbei, Du bist jederzeit willkommen.

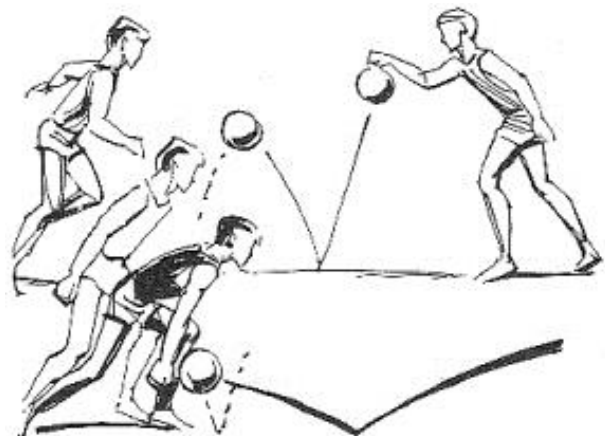
Unsere Trainingszeit: Do. 19.00 – 21.00 Uhr 4-Feld-Sporthalle Südring

Prellball ist ... ein Mannschaftssport ohne gegnerischen Körperkontakt

Prellball ist ... Sport für jedes Alter

Prellball ist ... Kondition, Kraft, Ausdauer, Gewandtheit, Reaktion, Konzentration
und Ballbeherrschung

Prellball ist ... Prima!



Tanja Jucks



Laufgruppe

Jürgen Walter

Königsbergerstr. 39

Tel. 05132 - 5 33 69

18.08.2019 - Wohldenberger Volkslauf, 25.08.2019 – 16. Eilenriederennen und 01.09.2019 - 46. Volkslauf Schapen - PSV Rot-Gold Lehrte erfolgreich im Ziel

Wieder einmal gab es zwei erfolgreiche und schöne Laufwochenende für die LäuferInnen des PSV Rot-Gold Lehrte.

Am 18. August hat Reinhard Fuhrberg als Einziger den PSV beim Wohldenberger Waldlauf vertreten. Er war dort als ausgesprochener Berg- und Langstreckenläufer auf der dort längsten Distanz über 21,1 km gemeldet.

Mit 394 Hm hat der Halbmarathon schon ein bißchen Anspruch. Die morgendliche Temperatur war angenehm und ein zeitweiliger Nieselregen auf der Strecke hat auch nicht gestört.

Das HM Feld war mit 59 Zieleinläufen sehr überschaubar. Reinhard war nach Bewältigung der welligen Strecke dann als 38. mit 2:00:25 Std. sehr zufrieden im Ziel.

Nach erfolgreichem Abschluss zum Trainer in der Leichtathletik ging Knut Barnstorf beim Eilenriederennen, durch einen Sturz leicht angeschlagen, an den Start über 5 km. Harald Eichler wagte sich auf die 10 km Distanz die ihm allerdings nach seinen vielen Langstreckenläufen keine Probleme bereitete. Knut kam als 32. von gut 200 Läufern nach 23:16 Min als 3. seiner AK M50 ins Ziel. Harald brauchte für die 10 km 58:08 Min und wurde damit 176. im Gesamtfeld und 20. der AK M45.

Einen weiteren Start hatte Harald beim B2run Lauf um den Maschsee in Hannover. Die 6,5 km absolvierte er dort in 35:03 Min.

Am Wochenende darauf war die Laufgruppe in Schapen am Start. Auf den Strecken von 1,4 km bis 21,1 km waren wir überall vertreten. Kai Philipp lief den Halbmarathon über 21,1 km, Mandy Krause die 10,5 km. Auf der 6,1 km Strecke waren Knut Barnstorf und Claudia Philipp. Claudia lief dann auch noch den Lauf über 1,2 km den sie mit Taylor Krause als Begleiter vor dem Bauch in 10:28 Min. absolvierte.

Kai hatte für seinen Halbmarathon die Laufstrecke zweimal zu durchlaufen. Für ihn hieß es nach 1:55:40 Std. Beine hochlegen. Er wurde 34. und in seiner AK M55 belegte er den 9. Platz.

Mandy war auf der 10,5 km Strecke unterwegs. Mit ihrer Zeit von 48:18 Min war sie auf der Strecke von keiner Frau zu schlagen und wurde somit als Siegerin geehrt.

Auf der Strecke über 6,4 km waren Claudia Philipp und Knut Barnstorf unterwegs. Knut benötigte 28:29 Min für diese Distanz und Claudia 34:32 Min. Knut wurde damit 34. und in der AK M50 wurde er 4. Claudia belegte den 101. Platz und in ihrer AK W50 den 4. Platz.

06.09.2019 - 18. Citylauf Lehrte - PSV Rot-Gold Lehrte mit 9 Läufern am Start und Claudia Philipp auf Platz 1 der Altersklasse



Claudia Philipp

Der Lehrter Citylauf gehört jedes Jahr auf die Liste der Veranstaltungen der PSV Rot-Gold Lehrte LäuferInnen.

Dieses Jahr war die Laufgruppe mit 6 Läufern auf den 5 Runden durch die City dabei wobei dann 10 km absolviert wurden. 3 Läufer liefen die 4 km, also zwei City Runden.

Als erstes erfolgte der Lauf über 4 km mit über 400 Teilnehmern. Für den Lauf waren Claudia Philipp, Birte Eichler und Knut Barnstorf gemeldet. Knut lief die zwei Runden in 18:41 Min und wurde damit 68. Mann und kam auf Platz 3 seiner Altersklasse (AK) M50. Birte lief die Strecke in guten 22:18 Min, wurde 42. bei den Frauen kam auf den 3. Platz der AK W40. Auch Claudia war flott unterwegs und legte die Strecke in 22:39 Min zurück. Sie wurde 46. Frau und belegte in ihrer AK den 1. Platz.

Um 18:15 gingen gut 340 LäuferInnen auf die 5 Runden durch die City. Jochen Zittier führte das Feld der Laufgruppe an, dicht gefolgt von Mandy Krause und Dirk Deseke. Die Verfolgergruppe führte Kai Philipp an, ihm auf den Fersen war Renate Anton und dahinter folgte Harald Eichler.

Nach fünf Runden war Jochen mit 43:44 Min als 52. und dem Platz 6 der AK M50 als Erster der Laufgruppe im Ziel. Ihm folgte Mandy als erste Frau der Gruppe in 44:28 Min als 7. Frau und 4. der AK W30. In der Wertung der schnellsten Lehrter belegte sie den 2. Platz und kam somit auf das Podium. Dirk kam gut 2 Min nach ihr ins Ziel

und seine Zeit wurde bei 46:51 Min gestoppt. Für ihn war es der Platz 90 und in der AK M55 der 9. Platz.

Als Verfolger kam Kai nach 50:51 Min als 155. Mann mit dem 19. Platz der AK M55 ins Ziel. Renate folgte mit guten 52:05 Min als 32. Frau im Feld. Sie kam damit als 2. auf das Podest ihrer AK W65. Auch Harald lief mit 54:02 Min eine gute Zeit und wurde 188. und 19. der AK M45.

Somit ein toller Lauf mit gutem Ergebnissen der Gruppe sowie drei Altersklassen Podestplätze bei 4 km sowie zwei Podestplätze über 10 km.

22.08.2019 - Hiddestorfer Rübenlauf - PSV Rot-Gold Lehrte mit 9 Läufern am Start

Der Hiddestorfer Rübenlauf steht bei den Läufern des Post SV Lehrte immer im Kalender. Auch dieses Jahr gingen wieder 9 Läufer dort an den Start. Wie fast jedes Jahr zeigte sich das Wetter von der besten Seite, es war trocken und sonnig.

Knut Barnstorf, Jannik Kieselbach und Dirk Müller gingen an den Start über 5 km. Auf 10 km war dieses Jahr lediglich Mandy Krause unterwegs. Der Rest, nämlich Reinhard Fuhrberg, Petra Emmermann, Jochen Zittier, Renate Anton und Harald Eichler hatten sich für die große Runde um Hiddestorf entschieden.

Den ersten Start hatten die 21,1 km Läufer. 297 Läufer standen hier am Start um die Strecke unter die Füße zu nehmen. Reinhard, der erfahrene Langstreckenläufer, nahm sein Tempo auf und führte das Feld der PSV Läufer an. In seinem Schlepptau lief Petra Emmermann. Es folgte das Duo Renate Anton und Jochen Zittier die sich für einen gemeinsamen Lauf entschieden hatte. Harald Eichler schloss das Feld der PSV Läufer ab. Reinhard behielt seine Position bis ins Ziel inne und konnte nach 1:48:40 Std. als 3. der AK M65 die Erfrischungsgetränke in Ruhe genießen. Petra lag gerade einmal 52 Sekunden hinter Reinhard und kam nach 1:49:32 Std. ins Ziel. Mit dieser Zeit wurde sie 1. in ihrer AK



W55. Dann folgte das Duo Renate und Jochen zeitgleich in 1:57:05 Std. Auch für Renate reichte das zum 1. Platz in der AK W65. Harald kam dann nach guten 2:12:54 ins Ziel.

Zu diesem Zeitpunkt waren die gut 300 Läufer über 10 km unterwegs und zum Teil auch schon im Ziel. Mandy sprach nach ihrem Lauf durch die Feldmark und durch den Ort von einem "gebrauchten" Tag. Sie lief eine gute Zeit von 47:11 Min., war aber mit der Leistung nicht ganz zufrieden zumal sie dieses Jahr schon Zeiten unter 45 Min. gelaufen war. Trotzdem reichte diese Zeit zum Platz 3 in der AK W30.

Auf der schnellen Runde durch den Ort waren 153 Läufer unterwegs. Hier führte Knut das Feld der PSV Läufer an. Er kam nach 23:46 Min. zurück ins Stadion. Jannik war auf seinen Fersen und kam nach 25:28 Min als 3. seiner Klasse U12 ins Ziel. Sein Papa Dirk überlief nach 28:11 Min. die Ziellinie.

5 Kilometer

0:23:46 Barnstorf, Knut M50 6 24
0:25:28 Kieselbach, Jannik MJ U12. 3 36
0:28:11 Müller, Dirk. M45 7 54

10 Kilometer

0:47:11 Krause, Mandy. W30 3. 11

21,1 Kilometer

1:48:40 Fuhrberg, Reinhard M65 3 129
1:49:32 Emmermann, Petra. W55 1 18
1:57:05 Zittier, Jochen. M50 35 176
1:57:05 Anton, Renate. W65 1 41
2:12:54 Eichler, Harald. M45 37 21

**03.10.2019 - 23. Alfelder Leinelauf, 05.10.2019 - 9.
Burgdorfer Spargel-Lauf und Volkslauf 06.10.2019 - 13.
Wettbergen - PSV Rot-Gold Lehrte mit Podestplätzen
dabei**

In dieser Woche gab es drei Wettkämpfe an denen die Laufgruppe teilnahm. So gab es den Alfelder Leinelauf, den Burgdorfer Spargellauf sowie den Volkslauf in Wettbergen.

In Alfeld hatten sich Mandy Krause, Dirk Müller sowie Knut Barnstorf und Reinhard Fuhrberg gemeldet. Dirk lief 5 km, somit eine Runde durch Stadt. Die anderen

Läufer hatten zwei Runden zu absolvieren und somit 10 km zu laufen. Dirk lief seine regnerische Runde in gut 27 Minuten. Über 10 km und 2 Runden war Mandy nach ca. 43 Min zurück. Mit dieser Zeit wurde sie zweite Frau und kam somit auf das Podest. Knut folgte ihr mit 5 Minuten Abstand und Reinhard war nach knapp 50 Minuten im Ziel.

Mandy Krause 42:50

Knut Barnstorf 48:21

Reinhard Fuhrberg 49:53

Dirk Müller 27:18

In Burgdorf beim Spargel-Lauf waren Mandy Krause, Birte Eichler, Harald Eichler und Knut Barnstorf am Start. Knut lief 2 Runden á 2,5 km durch die Stadt, entlang der Aue und den Park. Nach guten 23 Min. kam er als 2. seiner AK M50 ins Ziel. Mandy, Harald und Birte hatten da noch 2 Runden vor sich. Mandy war in guter Form und lief nach 43 Min ins Ziel. Belohnt wurde sie mit dem linken Platz auf dem Podest der Frauen und dem 1. Platz der W30. Harald war nach guten 53 Min. Im Ziel und Birte konnte sich über 58 Min. und den 4. Platz der W40 freuen.



Knut Barnstorf 21, 2 M50 23:29

Mandy Krause 2, 1 W30 43:40

Harald Eichler 55, 13 M45 53:07

Birte Eichler 21, 4 W40 58:39

Den letzten Wettkampf absolvierten Petra Emmermann und Knut Barnstorf in Wettbergen. Beide liefen dort die 10 Kilometer. Petra war nach 48:46 Min als 1. der AK W55 im Ziel. Knut war gut 2 Min. schneller und mit 46:44 Min. im Ziel. Er war damit 53. im Gesamtfeld und 8. der M50. Petra war 15. Frau im Feld von 147 Läufern.

12.10.2019 - 42. Harzgebirgslauf, 19.10.2019 - 12. Rügenbrücken-Marathon, 19.10.2019 - 15. Warzen Esellauf und 20.10.2019 - 28 .Ricklinger Volkslauf - Herbstläufe des PSV Rot-Gold Lehrte

Die Läufer des PSV Rot-Gold Lehrte hatten sich mehrere Veranstaltungen für die Herbstläufe ausgesucht. So waren sie im Harz beim Harzgebirgslauf, in Mecklenburg-Vorpommern beim Stralsunder Brückenlauf, in Warzen sowie in Ricklingen unterwegs.

Beim Harzgebirgslauf waren Reinhard Fuhrberg, Harald Eichler und Knut Barnstorf am Start. Reinhard hatte sich die Brockenquerung mit 42,2km ausgesucht. Harald absolvierte hier zusammen mit Knut den Halbmarathon.

Für Reinhard war es ein schwerer Lauf obwohl er die Strecke schon mehrmals gelaufen ist. Heute herrschte auf dem Brocken Wind mit Sturmböen um 85 km/h. Bei 17 km Anstieg zum Gipfel war das schon eine weitere Herausforderung. Nach 24 Kilometern stellten sich dann einige Probleme ein die Reinhard allerdings mit seiner läuferischen Erfahrung und seinem guten Training ausgleichen konnte. Nach 5:00:42 Std. konnte er dann ins Ziel einlaufen und am Abend noch bei der Abendveranstaltung das Tanzbein schwingen.

Im Ziel warteten zu diesem Zeitpunkt schon Harald und Knut. Sie hatten ihren Lauf über 21 km schon erfolgreich beendet. Dieser Lauf ist mit einem sehr langen und steilen Anstieg von gut 8km nicht minder schwer. Trotzdem hatten Knut und Harald viel Spaß auf der Strecke und genossen auch die angebotene Verpflegung, den Schleim. Knut war nach 2:27 Stunden und Harald nach 2:36 Std. Im Ziel.

Marathon:

Reinhard Fuhrberg, Platz 454, Platz 13 M65, 05:00:42

Halbmarathon:

Knut Barnstorf, Platz 440, Platz 49 M50, 02:27:17

Harald Eichler, Platz 526, Platz 62 M45, 02:36:27

Am Wochenende darauf waren Renate Anton, Reiner Beck und Jochen Zittier beim Rügenbrücken-Marathon in Stralsund am Start. Für Jochen war der Marathon angesagt, Renate und Reiner liefen den Halbmarathon über 21,1 km.

Der Start der beiden Läufe erfolgte gemeinsam in Stralsund und führte dann über die Rügenbrücke auf die Insel. Die Läufer mussten über das Dorf Altefähr und weiter auf dem Küstenradweg bis Poppelwitz laufen. Dort ging es für die Halbmarathonis zurück zum Ziel. Jochen lief weiter über den Bankewitzer Weg bis Rambin. Dort war sein Wendepunkt. Für alle hieß es dann auf dem alten Rügendamm zurück ins Ziel. Für Jochen war es das 14. Bundesland, in dem er jetzt einen Marathon gelaufen ist. Er war - ohne großes Training - nach 4:25 Stunden im

Ziel. Zuvor war aber schon Renate nach 2 Std. zurück im Ziel und wurde mit dieser Zeit Erste ihrer AK W65. Reiner - der diese Strecke schon öfter gelaufen ist - war nach 2:52 im Ziel. Er war damit hoch zufrieden weil ein Training lange Zeit nicht möglich war.

Marathon:

Jochen Zittier, Platz 122, Platz 20 M55, 04:25:00

Halbmarathon:

Renate Anton, Platz 70, Platz 1 W65, 02:00:15

Reiner Beck, Platz 710, Platz 61 M55, 02:52:05



Knut Barnstorf
Reinhard Fuhrberg
Harald Eichler

Am gleichen Wochenende ging Knut Barnstorf beim Warzer Esel-Lauf an den Start. Hier lagen 12,5 km vor ihm. Laut Knut war es eine schöne Veranstaltung in toller Dorfgemeinschaft. Bei seiner Strecke waren zwar nur gut 40 Läufer am Start, Knut freute sich aber über den schönen Trail mit einigen Höhenmetern. Im Ziel war er nach gut 1:07 Std. und freute sich seine Zeit zum Vorjahr verbessert zu haben.

12,5 km:

Knut Barnstorf, Platz 14, Platz 4 M50,
1:07:28

An diesem Wochenende hieß es für die Lauf- und Triathlonfamilie Krause/Müller laufen in Ricklingen. Mandy Krause lief die 10 km und Dirk Müller und sein Sohn Jannik Kieselbach liefen die 5 km. Dabei ging es durch das Ricklinger Holz und entlang der Ricklinger Teiche. Dirk und Jannik mussten eine Runde laufen, Mandy hatte diese dann zweimal zu durchlaufen. Jannik lief erneut seinem Vater davon und war mit ca. 26 Min gut 2 Min vor Dirk im Ziel. Jannik kam damit auf den 2. Platz seiner AK MJ U12.

Mandy lief die 10 km in guten 44 Min und wurde damit 3. Frau und gewann ihre AK W30.

10 km:

Krause Mandy, Platz 3, W30 Platz 1, 44:13

5 km:

Kieselbach Jannik, Platz 56, MJ U12 Platz 2, 26:41

Müller Dirk, Platz 72, M45 Platz 9, 28:50

26.10.2019 - 12. Bothfelder Waldlauf und 27.10.2019 - Braunschweiger Lauftag - PSV Rot-Gold bei den Herbstläufen

5 Läufer des PSV Rot Gold waren am Wochenende auf zwei verschiedenen Herbstläufen.

So waren Mandy Krause, Petra Emmermann und Dirk Müller beim Bothfelder Waldlauf unterwegs. Kai Philipp und Harald Eichler waren dagegen beim Braunschweiger Lauftag am Start.

Beim Bothfelder Waldlauf waren über 5 km gut 200 Läufer und über 10 km ca. 130 Läufer am Start. Dirk Müller lief die 5 km, Mandy und Petra die 10 km. Für Dirk waren das zwei Runden im Wald und Mandy und Petra hatten 4 Runden zu absolvieren. Bei den Männern gab es einen neuen Streckenrekord. Wahrscheinlich dadurch inspiriert und gezogen durch das hohe Tempo im Feld, sprang für Mandy eine neue Jahresbestzeit heraus. Sie lief die Strecke in 41:46 Min und wurde damit 2. Frau und 1. ihrer Klasse. Petra lief ebenfalls mit 47:21 Min eine tolle Zeit und gewann damit ihre Altersklasse W55.

Zuvor war schon Dirk Müller seinen zwei Runden gelaufen und konnte sich im Ziel über eine Zeit von 26:00 Min freuen.

5 km

Müller, Dirk, Platz 123, M45 13, 00:26:00

10 km

Krause, Mandy, Platz 2, W30 1, 00:41:46

Emmermann , Petra, Platz 11, W55 1, 00:47:21

Am 27.10.19 war der Braunschweiger Lauftag. Auf der großen Runde durch Braunschweig über 21,1 km waren gut 760 Läufer, darunter auch Kai. Auf der 10 km Strecke war Harald zusammen mit gut 560 Läufern unterwegs. Für beide Läufer war identisch, dass es nach der Umrundung des Südsee nur noch 3,5 Kilometer bis in das Ziel waren. Der Unterschied jedoch war, dass bis dorthin Kai schon 18 Kilometer quer durch Braunschweig in den Beinen hatte und Harald ca. 6,5 km. Kai lief einen Schnitt von ca. 5:15 Min/km und war nach 1:50 Std. zurück im Zentrum von Braunschweig. Harald hatte einen Schnitt von 6:00 Min/km angeschlagen und kam somit nach gut 1:01 Stunden zurück

10 km

Platz 236, Platz 27 M45, Harald Eichler, 01:01:17

21,1 km

Platz 243, Platz 14 M55, Kai Philipp, 01:50:52



Alle Berichte und Fotos, wenn nicht anders gekennzeichnet, Jürgen Walter, Knut Barnstorf und Mandy Krause.

Impressum:

Herausgeber: PSV Rot-Gold Lehrte e. V. von 1951

Redaktion: Ruth Klingberg, Johannes Eicher, Ralf Stöbel und Bernd Fischer

Bezugspreis: ist im Mitgliedsbeitrag enthalten

Verwendung der Sportdeutschland-Piktogramme mit freundlicher Genehmigung durch ©DOSB/Sportdeutschland.

Fotos (außer Laufgruppe) in dieser Ausgabe wurden zur Verfügung gestellt von: Alexander Urban und Bernd Fischer – VIELEN DANK.



Wandern

Hildegard Kurmeyer

Südring 15

Tel. 05132 - 5 52 84

Wichtig

Wichtig

Wichtig

Wichtig

Wir treffen uns jetzt immer 10 Minuten vor Abfahrt des Zuges.

08. Januar 2020 Klön- Frühstück

ab Empelde 09.11 Uhr

ab Hbf 09.48 Uhr

Treffen in Lehrte 10 Uhr bei Tobschall- Bahnhofstraße

12. Februar 2020 Grünkohlessen in Burgdorf

ab Empelde 10.41 Uhr

ab Hbf 11.04 Uhr

ab Lehrte 11.25 Uhr

11. März 2020 Bismarckbahnhof bis Bischofshol

ab Lehrte 10.32 Uhr

ab Empelde 10.41 Uhr bis Bismarckbahnhof

ab Hbf 11.03 Uhr

08. April 2020 Lindener Berg

ab Lehrte 10.01 Uhr

ab Empelde U9 . 10.23 Uhr

ab Hbf U9. 10.22 Uhr

Wechsel in der Abteilung Eltern-Kind-Turnen



Im September gab es einen Wechsel in der Abteilung Eltern-Kind-Turnen. Unsere Übungsleiterin Imke Steinmetz musste aus beruflichen Gründen ihre Tätigkeit beim EKT einstellen. Imke war seit Dezember 2016 beim ETK, aber auch bei den Gymnastikdamen als Übungsleiterin tätig. Als Nachfolger für Imke fanden wir Benjamin Hänsch. Benjamin kam 2017 zum damaligen Post SV Lehrte und leitet seitdem die Badminton-Abteilung sehr erfolgreich. Imke, dir wünschen wir alles Gute bei deiner neuen beruflichen Aufgabe und dir Benjamin eine gute Hand beim EKT.

Bernd Fische



E-MAIL: psvrotgold@gmail.com

Wasserschaden Clubheim

Am 25.09.2019 verursachte ein Starkregen an dem Abend einen nicht unerheblichen Wasserschaden im Clubheim. Der Anwesenheit einiger Spieler unserer Fußballabteilung ist es zu verdanken, dass ein noch größerer Schaden abgewendet werden konnte.

Mit allen zur Verfügung stehenden Behältnissen wurde das in die Küche, Teile der Gaststätte, aber auch im unteren Bereich des Clubheims fließende Wasser aufgefangen.

Das bedeutet nicht, dass wir mit einem blauen Auge davon gekommen wären. Der Schaden ist schon enorm.

Am nächsten Tag wurden provisorisch neue Rohre verlegt, damit sich bei einem erneuten Regen das Ganze nicht wiederholt. Viele fleißige Hände waren den ganzen Tag damit beschäftigt.

Wie sich herausstellte, hat Wurzelwerk in den Rohren zu der Verstopfung geführt. Daran wird nun gearbeitet und das Thema wird uns auch im ganzen nächsten Jahr noch beschäftigen. Hier muss nun eine Lösung her, damit so etwas nicht wieder passiert.





Tennis

Alexander Urban

Tel. 0171 - 9764564



Abteilungsvorstand

Tennis

Abteilungsleiter	Alexander Urban Tel. 85 64 65	2.tcrglehrte@web.de
Stellvertreter Abteilungsleiter	Ronny Hückstädt Tel. 05132 864 7511	ronny.3006@yahoo.de
Schriftführerin	Saskia Urban Tel. 0151/233 835 45	saskiaurban@web.de
Sportwartin	Myriam Maerlender-Paß Tel. 0177/44 00 246	myriammaerlenderpass@gmail.com
Technikwart	Guido Paß Tel. 0177/749 77 21	bilmer.gp@gmail.com



Auszug aus dem Protokoll der Tennisabteilungs- Mitgliederversammlung Donnerstag, den 7. November 2019

1. Beschlussfassung Sanierung der Tennisplätze 1 und 2

Stimmberechtigte 17, davon gegen die Sanierung 1, Enthaltungen 1, für die Sanierung 15.

=> Eine Sanierung wird weiter verfolgt. Allerdings nur dann, wenn die Drainage der Plätze mit dem Abfluss des Regenwassers funktioniert.

Weitere Ausgaben des Gesamtvereins: Rohre frei schneiden und Inlay legen, damit Abfluss des Regenwassers vom Dach wieder funktioniert, evtl. übernimmt die Stadt die Kosten

2. Beschlussfassung zur Erhöhung der Arbeitsstunden

Vorschlag: Erwachsene: 25€/Stunde und 5 Stunden pro aktiven Mitglied bis 75. Lebensjahr sind zu leisten. Jugendliche (14-17 Jahre): 10€/Stunde und 5 Stunden pro aktiven Mitglied sind pro Jahr zu leisten. Inkrafttreten ab 1.1.2020.

Ziel: Entlastung des Vorstandes, Motivation an „Sondermaßnahmen rund um Vereinshaus-/Anlage“ teilzunehmen, um Arbeitsstunden zu leisten. Außerdem wird das Gemeinschaftsgefühl gestärkt.

Erste Maßnahme: Es gibt vier Platzpflegetermine im Frühjahr bei dem sich Mitglieder eintragen sollten, damit der Spielbetrieb Anfang Mai beginnen kann.

Wahlberechtigte Mitglieder 16 davon Antrag zugestimmt 12, keine Gegenstimme und 4 Enthaltungen.

=> Die Regelung zum Arbeitseinsatz wird angepasst und auf der Homepage aktualisiert.

Liste mit vier Terminen für Arbeitseinsätze jeden Samstag im April um die Plätze für die Punktspiele ab 1.5.20 vorzubereiten, jeder soll sich dafür eintragen, min. 5-7 Personen pro Tag. Die Arbeitseinsätze liegen so, nachdem die Plätze von der Firma Courtec hergerichtet worden sind. Die Liste ist vor Anmeldung (Februar 2020) der Punktspiele 2020 auszufüllen. Denn falls die Arbeitseinsätze wegen ungenügender Mitgliederbeteiligung ausfallen, werden sie voraussichtlich zum Saisonanfang 1.5.2020 nicht fertig. Die Teilnahme an Punktspielen ist nicht gewährleistet und wird nicht durch den Einsatz des Vorstands gerettet.

Protokollführerin: Saskia Urban

Urlaubsreif?!



Wir beraten Sie gern!



TUI Deutschland GmbH
Zuckerpassage 23, 31275 Lehrte
Tel. 05132/504350
E-Mail: lehrte2@tui-reisebuero.de
www.tui-reisebuero.de/lehrte2



Dabeisein ist einfach.


Sparkassen-
Sportfonds Hannover

sparkasse-hannover.de

**Wenn der Vereinssport
in der Region nachhaltig
gefördert wird.**

Unter dem Motto „Gemeinsam
GROSSES bewegen“ fördern wir den
Vereinssport in der Region Hannover
jährlich mit 100.000 Euro für kreative
und nachhaltige Sportprojekte.

Jetzt online bewerben:
www.sparkassen-sportfonds.de

Wenn's um Geld geht

 **Sparkasse
Hannover**



Gymnastik

Hildegard Borgholte
Auf den Blockäckern 9
Tel. 05132 - 47 39

Sommerfahrt der Damengymnastik



Am letzten Wochenende im August starteten wir bei hochsommerlichen Temperaturen mit der Bahn nach Schneverdingen in der Lüneburger Heide. Mit dem Niedersachsenticket waren wir nur von 9.32 Uhr bis 11.16 Uhr unterwegs; mit dem Auto ginge es auf der A 7 keinesfalls in kürzerer Zeit.

Unsere Wanderung führte uns nun quer durch die Stadt bis zum

Landschaftsschutzgebiet Höpen, mit der noch in voller Blüte stehenden Heidelandschaft. Am Rande des Naherholungsgebietes befindet sich der viel besuchte Heidegarten. In diesem Schaugarten sehen wir über 100 verschiedene Heidesorten mit über 80 000 Pflanzen, die uns die ganze Vielfalt blühender Heide von einem hölzernen Aussichtsturm bestaunen lassen. Nach einer Pause im Kaffee Höpen – Idyll machen wir uns auf den Weg zum Schafstall. Dort kann man täglich von April bis Oktober den Austrieb und die Rückkehr der Schnuckenherde beobachten. Auf dem Rückweg zum Bahnhof kommen wir an dem wunderschönen Handwerkerbrunnen vor dem Rathaus vorbei und machen einen letzten Halt in einem Speiserestaurant mit Außenbewirtschaftung. Unser Zug fährt pünktlich um 19.42 Uhr in Richtung Lehrte ab.

Insgesamt war es bei sonnigem Wetter mit ca. 30° und mindestens 10 km Wanderstrecke und gut gelaunten Sportkameradinnen ein wunderschöner Tag.

Hildegard Borgholte

Damengymnastik und Fit ab 50 – Damen gehen zusammen.

Seit einigen Wochen trainieren die Gymnastikdamen und die Fit ab 50 -Damen zusammen immer montags in der der Halle Sonderschule.

Unsere langjährige Übungsleiterin Imke Steinmetz musste leider aus beruflichen Gründen ihre Tätigkeit als Übungsleiterin bei den Gymnastikdamen und beim Eltern-Kind-Turnen aufgeben. Während wir beim Eltern-Kind-Turnen einen neuen Übungsleiter gefunden haben (Benjamin Hänsch aus der Badminton-Abteilung), hat es bei den Gymnastikdamen leider nicht geklappt.

Nach Gesprächen der Gymnastikdamen mit den Damen der Fit ab 50 – Abteilung und gemeinsamen Schnuppertraining hatte man schnell festgestellt „wir passen zusammen“.

Die Fit ab 50 – Damen gibt es seit 1987 durchgehend unter der Leitung von Marga Rühmann und bei den Gymnastikdamen handelt es sich um eine Gründungsabteilung aus dem Jahre 1965.

Abteilungsleiter/innen seit der Gründung waren:

04.03.1965 - 31.08.1965	Heinz Seja	1/2 Jahr
01.09.1965 - 06.03.1971	Frau Geisler	5 1/2 Jahre
06.03.1971 - 31.03.1973	Edith Kegenbein	2 Jahre
31.03.1973 - 30.03.1974	Renate Lucks	1 Jahr
30.03.1974 - 28.03.1981	Karin Holznagel	7 Jahre
28.03.1981 - 1987	Heidi Budar	6 Jahre
1987 - heute	Hildegard Borgholte	32 Jahre

Auf diesem Wege schon einmal vielen Dank an Hildegard Borgholte für 32 Jahre Abteilungsleiterin der Gymnastikdamen.

Ich wünsche mir, dass die Abteilungen gut zusammenwachsen und freue mich schon auf den ersten gemeinsamen Bericht für die Vereinszeitung im nächsten Jahr.

Bernd Fischer



Tischtennis

Eckhard Otto

Gneisenastr. 49

Tel. 05132 - 58 44 42

Die Tischtennisabteilung berichtet dieses Mal über ein ganz besonderes Ereignis.

Unser Sportskamerad Erich Koch, der zum Anfang des Jahres 2019 seine aktive Zeit in der Tischtennis Sparte beendete, hatte am 02.10.2019 die gesamte Abteilung zu einem „Ausstand“ in das Vereinsheim geladen.

23 Mitglieder der Abteilung kamen dieser Einladung nach und wurden von Ilse und Erich herzlich begrüßt.



Die Beiden hatten 14 Tage zuvor ihre Diamantene Hochzeit gefeiert (siehe Grußwort vom Vorstand) und hatten warmes Essen und einige Getränke vorbereitet.

Auch 3 Mitglieder des Gesamtvorstandes unseres Vereins ‚PSV Rot-Gold Lehrte‘ waren der Einladung gefolgt.

Hans-Bernd Will, der auch einige Grußworte und ein kleines Geschenk an das Jubiläumspaar überbrachte, sowie Reiner Hilpert und Bernd Fischer



Ehre wem Ehre gebührt!



Erich Koch, mittlerweile 88 Jahre alt, hat 1965 zusammen mit Gerd Beutner, Bruno Hofrichter und Erich Rode die Tischtennisabteilung beim PSV Lehrte gegründet. Vorher war er bereits im Betriebssport der Post aktiv. In den ersten Jahren kümmerte er sich u.a. auch um die Jugendarbeit. Aus dieser Anfangszeit sind heute noch 3 Mitstreiter, damals Jugendliche, dabei. Armin Windel, Wolfgang (Paule) Bahl und Gerd Meier. Gerd hatte sich für diese Feier die Zeit genommen und den ersten 1970 gewonnenen Pokal zu überarbeiten. (inkl. einem Foto aus der Zeit)



Erich war nicht nur Gründungsmitglied der TT-Abteilung, sondern für 24 Jahre Abteilungsleiter. Erst 1999 übergab er den Staffelstab an Norbert Ingelmann. In seiner Laufbahn war die 2. Verbandsliga die höchste Klasse in der Erich aktiv war. Ende 2018 verabschiedete er sich aus dem

Punktspielbetrieb, hält aber weiterhin aktiven Kontakt. Hin und wieder wird auch nochmal die Kelle geschwungen.

Im Laufe des gemütlichen Abends wurden viele Erinnerungen ausgetauscht. Dabei half auch ein Fotoalbum mit alten Bildern!



Nun zu Wettkampfbetrieb, der seit September wieder läuft und den ja auch Jeder aktiv im Internet verfolgen kann. s.u.

Der ersten Mannschaft ist in Ihrer 2. Saison in der 1. Bezirksklasse der Abgang von Tim deutlich anzumerken. Bei Redaktionsschluss hatte die Mannschaft zuletzt 2 mal 7:9 verloren und letzten Samstag ein 8:8 geholt. Da fehlt nicht wirklich viel um den ein oder anderen Punkt mehr zu haben. Aktuell steht die Mannschaft bei 3:7 Punkten nur einen Rang in der Tabelle vor dem Relegationsplatz. Allerdings ist die Saison noch lang, da kann noch sehr viel passieren. Es bleibt auf jeden Fall spannend! Im Pokal wurde die Mannschaft nicht gemeldet.

Die zweite Mannschaft, als Absteiger aus der 2. Bezirksklasse, spielt in der Kreisliga im oberen Tabellenbereich mit. Auch hier gab es zuletzt ein 7:9 beim

Tabellenführer. Irgendwie denkt man sofort an die erste Mannschaft. Allerdings ist man mit 6:4 Punkten augenblicklich durchaus zufrieden. Zur Erinnerung, es gab ja einige Umstellungen zwischen den Mannschaften! Im Pokal hatte die 2. Mannschaft in der ersten Runde ein Freilos.

Unsere Ü60-Mannschaft, die diese Saison als dritte Mannschaft in der 1. Kreisklasse antritt, hat bisher nur das Auftaktspiel (wie kann es anders sein als mit 7:9) verloren. Aktuell ist man nach 2 Monaten und nur 3 Spielen mit 4:2 Punkten auf dem 3. Tabellenplatz. Ab 26.11. geht es dann richtig los, wenn man die übrigen 4 Spiele innerhalb von 2 Wochen bestreiten muss. Im Pokal konnte sich die Mannschaft mit einem 6:0 in Arpke für die zweite Runde qualifiziert.

Die vierte Mannschaft (2. Kreisklasse) hat bisher nur gegen den Tabellenführer verloren und gegen den Drittplatzieren unentschieden gespielt. Damit ist man mit 7:3 Punkten genau zwischen diesen beiden Mannschaften auf dem 2. Tabellenplatz. Auch im Pokal wurde durch ein 6:1 in Wilkenburg locker die 2. Runde erreicht. Die Stimmung vor den restlichen 3 Spielen könnte kaum besser sein.

Die fünfte Mannschaft hat in der 3. Kreisklasse bisher ziemlich für Furore gesorgt. Nach nur einem Punktverlust gegen den MTV Dedenhausen ist man mit 11:1 Punkten Tabellenführer! Im Pokalwettbewerb greift die Mannschaft (nach Freilos) auch erst in der 2. Runde an.

Die Ergebnisse der Mannschaften können unter www.mytischtennis.de/clicktt/TTVN/19-20/verein/2192910/Post-SV-Lehrte/spielplan/ zu jeder Zeit aktuell angeschaut werden.

Die Bilanzen der Einzelspieler findet man unter: www.mytischtennis.de/clicktt/TTVN/19-20/verein/2192910/Post-SV-Lehrte/bilanzen/vr

Detlef Schmidt



Liebe Sportkameraden und Sportkameradinnen,

wie schon seit Jahren üblich, laden wir, die Laufgruppe des PSV Rot-Gold Lehrte, zur Winterserie ein. Dieses Jahr laden wir sehr früh ein, starten aber aus organisatorischen Gründen 2 Wochen später.

Unser Anspruch ist es, in der wettkampfarmen Zeit eine Laufgelegenheit zu bieten, bei der im Kreise von Gleichgesinnten locker und weniger wettkampforientiert gelaufen werden kann. Das oberste Anliegen soll weiterhin das gemeinsame Laufen sein und ein Austausch von Erfahrungen oder das lockere Gespräch nach dem Lauf. Die Veranstaltung ist für Einsteiger, fortgeschrittene oder erfahrene Läufer gleichermaßen gedacht. Neueinsteiger werden von den Mitgliedern der Laufgruppe in die Strecken eingewiesen. Die Veranstaltung ist auch für Walking ausgelegt, die Walker werden entsprechend den Läufern eingewiesen und betreut. Die Veranstaltung findet bei jedem Wetter statt und es wird auf öffentlichen Straßen sowie befestigten oder unbefestigten Wald – oder Feldwegen gelaufen.

Zeitraum: 16.11.2018 – 29.02.2019

Anzahl der Veranstaltungen: 16

Wochentag: jeweils samstags

Uhrzeit: Einlass ab 13:30 Uhr, Start um 14:00 Uhr,
Zielschluss 16:30

Treffpunkt: 31275 Lehrte, Hohnhorstweg 3, Tennis Club Rot-Gold

Umkleide – und Duschkmöglichkeiten: am Startort vorhanden

Parkmöglichkeiten: am Startort vorhanden

Verpflegung: kostenfrei mit Tee, Kaffee und Kuchen so lange der Vorrat reicht

Zeiterfassung: wird nicht durchgeführt (**kein Wettkampf**)



Laufstreckenerfassung: wird durchgeführt. Es werden alle Kilometer addiert, die zwischen 14:00 und 16:30 Uhr in Lehrte bei der Winterserie auf den vorgesehenen Strecken gelaufen werden

Anmeldung: vor Ort am Tag der ersten Teilnahme

Strecken: 2 km, 4 km, 5 km, 10 km, 15 km, 21 km und 28 km sowie die Kombination der genannten Strecken

Begleitung: Die Läufer des PSV Rot-Gold Lehrte begleiten die Läufer auf den Laufstrecken. Für besonders schnelle oder besonders langsame Läufer kann die Begleitung nicht garantiert werden, hier ist dann Ortskenntnis notwendig

Urkunde: Am Ende der Laufveranstaltung erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde in der die gelaufenen Kilometer ausgewiesen werden.

Abschlussveranstaltung: Im Vereinsheim mit Urkundenverleihung, Speisen und Getränken

Preise: 3 Euro bei einmaliger Teilnahme, 15 Euro für die gesamte Serie

Auskünfte: Jürgen Walter, Telefon: 05132/53369, Mail: juergen_walter@t-online.de

Die Mitglieder der Laufgruppe freuen sich schon auf die Winterserie und auch über eine rege Teilnahme.

www.psvlehrte.de
www.tc-rotgold-lehrte.de

Denken Sie beim Einkauf an unsere ***Inserenten***



Unsere Leistungen im Überblick



Hausmeistertätigkeiten



- Objektbetreuung
- Kleinreparaturen
- Wohnungsübergaben

Garten- und Außenanlagenpflege



- Pflege und Anlage von Garten- und Grünanlagen
- Rasenmähen, Bäume und Hecken stutzen

Treppenhausreinigung



- Reinigung von Treppenhäusern, Kellergängen, Trockenböden, Fenstern und Eingangstüren
- Reinigung von Büroräumen

Renovier- und Reparaturarbeiten



- Sanierung / Renovierung von Wohnungen
- Möbeltransport und Montage
- Entrümpeln und Umzüge

Elektroarbeiten



- Montage von Schaltern, Steckdosen und Lampen
- Anschluss von Herd und anderen Elektrogeräten



0 51 32 / 88 56 41

Komplette Autoreinigung



Vorher



Nachher

Frank Halbig

Manskestrasse 77
31275 Lehrte

Tel.: 05132/52280
Mobil.: 0177/4763207



Badminton

Benjamin Hänsch

Tel. 0173 - 2058571

Der PSV Rot-Gold Lehrte bietet jetzt auch Badminton für Erwachsene an.

Trainiert wird immer freitags in der Sporthalle Gymnasiums in Lehrte von 19.30 – 21.00 Uhr.



Das Training für Kinder- und Jugendliche findet weiterhin immer montags in der Halle Schlesische Str. in Lehrte von 17.00 – 18.00 Uhr statt.

Wir freuen uns über Kinder- und Jugendliche im Alter zwischen 8 und 17 Jahren und freitags auf die Älteren. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Einfach mit Sportsachen vorbei kommen. Schläger haben wir zum Verleihen da.



Infos erteilt Trainer Benjamin Hänsch ab 17.00 Uhr.



Taekwondo

Hans-Bernd Will

Braunschweigerstr. 24

31275 Lehrte

Tel. 05132 - 5 21 83

TAEKWONDO Workout ab 16 Jahren

Immer wieder freitags um 18:15 Uhr findet Training in der Friedrichstraße statt. Mit irgendetwas zwischen Drill und Basketball arbeiten die Sportler an ihrer Kondition, Kraft und Form.

Seit Jahren trainiert die Gruppe - alle Altersstufen mit unterschiedlicher Kondition -

gemeinsam. Neben Basketball für den absoluten Spaßfaktor werden auch immer "Fitness-einheiten" eingelegt, in denen der komplette Körper gefordert wird. Außer reinen Übungen mit dem eigenen Körpergewicht wird inzwischen auch einiges an Equipment, wie Fitnessbänder, Hanteln, Matten, Stepper, Slide Pads und vieles mehr, genutzt. Von Intervall- bis Ausdauertraining ist alles



dabei - vielfältig ist die Gruppe definitiv. Am Ende zählt, dass sich bewegt wird, alle Spaß haben und vielleicht am Wochenende mehr oder weniger (je nach Anstrengung) über Muskelkater geklagt werden kann. So manch einer berichtete schon, dass die ständigen Rückenschmerzen durch das Training weniger werden und sich die Haltung verbessert. Wer etwas für seine Gesundheit und seinen Körper tun möchte und das Ganze in Verbindung mit Spaß, ist bei dieser Trainingsgruppe genau an der richtigen Stelle. Freitags ist für knapp 75 Minuten für jeden etwas dabei - auch ohne TAEKWONDO-Kenntnisse.

Michèle Peiffert

Der Vereinsbeitrag des PSV Rot-Gold Lehrte wird nach dem neuen SEPA-Lastschriftverfahren eingezogen. Für die Mitglieder des ehemaligen PSV und TC Lehrte ändert sich nichts, da die bestehenden Einzugsermächtigungen ihre Gültigkeit behalten.

Nach den neuen Bedingungen des SEPA-Lastschriftverfahrens müssen die Abbuchungstermine für die SEPA-Lastschriften vorher mitgeteilt werden.

Die Beiträge werden immer an folgenden Tagen abgebucht:

17.01., 17.04., 17.07. und 17.10. eines Jahres. Sollte der 17. auf ein Wochenende oder Feiertag fallen, dann erfolgt die Abbuchung am darauffolgenden Werktag.

Die Gläubiger-Identifikationsnummer des Vereins lautet:

DE93ZZZ00000159994

Die dazugehörige Mandatsreferenz kann bei Interesse beim Kassierer angefordert werden.

Lehrte-E.eG-Natur-STROM
Klarer 3:0 Heimsieg für Sie und unsere Umwelt!

- Sauberer Strom von der Energiegenossenschaft Lehrte-Sehnde e.G.
- Unterstützen Sie den Ausbau der erneuerbaren Energien vor Ort.
- Profitieren Sie von günstigen Energiepreisen der Stadtwerke Lehrte.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne!

**STADTWERKE
LEHRTE**
Strom · Gas · Wasser · Abwasser

Germaniastr. 5 · 31275 Lehrte
Tel. 0 51 32 / 50 05-0
info@stadtwerke-lehrte.de
www.stadtwerke-lehrte.de








FRMEL WERBUNG & DESIGN



Der PSV Rot-Gold Lehrte und seine Abteilungen

	Abteilung	Ansprechpartner/in	Telefon
	Taekwondo	Hans-Bernd Will	05132 / 5 21 83
	Tischtennis	Eckhard Otto	05132 / 58 44 42
	Eltern-Kind- Turnen (bis 5 Jahre)	Benjamin Hänsch	05132 /59 82 115 0173 / 20 58 571
	Kinderturnen (6 – 12 Jahre)	Benjamin Hänsch	05132 /59 82 115 0173 / 20 58 571
	Intensivgymnastik (Frauen & Männer)	Kerstin Halbig	05132 / 5 44 03
	Erwachsenentreff (Männer)	Dieter Jucks	05132 / 5 11 01
	Fit ab 50 (Frauen)	Marga Rühmann	05132 / 5 69 40
	Laufgruppe	Jürgen Walter	05132 / 5 33 69
	Prellball	Tanja Jucks	0152 / 25647584

Der PSV Rot-Gold Lehrte und seine Abteilungen

	Abteilung	Ansprechpartner/in	Telefon
	Wandern	Hildegard Kurmeyer	05132 / 5 52 84
	Fußball (Erwachsene)	Oliver Gels	05132 / 588 776 0170 / 321 79 68
	Fußball (Jugend)	Oliver Gels	05132 / 588 776 0170 / 321 79 68
	Rückenschule	Detlef Petczelis	05132 / 18 57
	Volleyball	Barbara Krüger	05132 / 76 01
	Badminton	Benjamin Hänsch	05132 / 59 82 115 0173 / 20 58 571
	Bowling	Angela Henze	0175 / 48 47 45 9
	Lehrter Bilderbox	Gerric Kleiber	0175 / 36 57 061
	Tennis	Alexander Urban	05132 / 85 64 65

Lehrter  Bilderbox

www.psvlehrte.de
www.tc-rotgold-lehrte.de

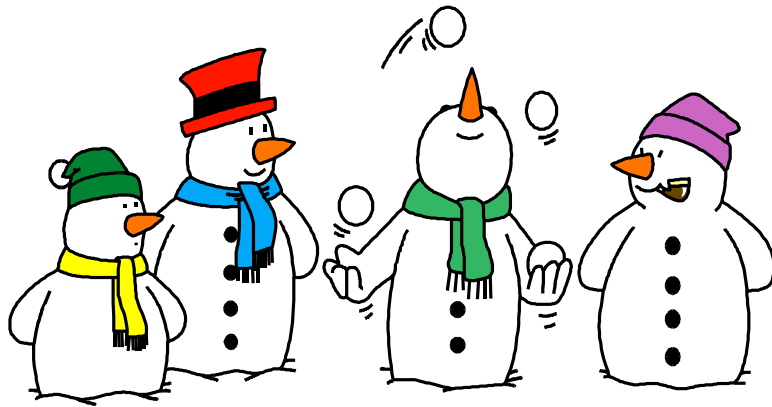
Allen Mitgliedern und
Freunden des Vereins

ein frohes

Weihnachtsfest

und ein gesundes

NEUES JAHR



Danke sagen wie allen

Inserenten, die uns

geholfen haben,

unsere Vereinszeitung

herauszugeben.

Die Redaktion

PSV Rot-Gold Lehrte für die ganze Familie



Frank Halbig Gebrauchtwagenpflege

Wir reinigen und pflegen ihr Fahrzeug.

Autowäsche, Motorwäsche, Felgenreinigung,
Innenreinigung, Polster Nassreinigung u.s.w.

Wir bieten spezielle Lackaufbereitungen für **extrem**
Verwitterte Lacke (**3 Stufen Lackaufbereitung**) an.

Kratzer und Graffiti sowie Teer und Insekten Entfernung.

Probieren sie für ihr **NEUFAHRZEUG** unsere spezielle
lackversiegelung aus.

Komplettreinigungen + Lackreinigungen (Polieren)
schon ab 75 €

Machen sie ihren Verwandten und Bekannten eine Freude.
(z.b. als Geburtstagsgeschenk) mit unseren Gutscheinen.

Wir bieten auch Serviceverträge zu günstigen Konditionen
an.

Frank Halbig
Manskestrasse 77
31275 Lehrte
Tel.:0513252280, Mob.:01774763207

Immer der richtige Weg



UNSERE ABTEILUNGEN

Badminton

Bowling

Eltern-Kind-Turnen

Erwachsenentreff

Fit ab 50 Damen

Fußball

Wandern

Intensivgymnastik-Damen

Lehrter Bilderbox

Prellball

Sport für Kinder

Taekwondo

Tennis

Tischtennis

Triathlon

Volleyball