

Starke Leistungen beim Heimturnier

Judoka stellten ihr Können in Mellendorf unter Beweis

MELLENDORF. Ein ereignisreiches Judo-Wochenende liegt hinter den Judoka des Mellendorfer TV und Turn Club Bissendorf. Am vergangenen Wochenende war die Mellendorfer Sporthalle Austragungsort zweier spannender Turniere, bei denen die jungen Judoka der Vereine ihr Können unter Beweis stellten.

Am Sonnabend starteten die jungen Kämpferinnen und Kämpfer beim zweiten Teil des traditionellen Kids Cups, der im nächsten Jahr sein 20-jähriges Bestehen feiern wird. Trotz starker Konkurrenz zeigten die Judoka des Mellendorfer TV eine beeindruckende Leistung. Alva Voß kämpfte sich in ihrer Gewichtsklasse bis ins Finale und sicherte sich dort verdient den zweiten



Die Mellendorfer Mädchen zeigten beim Kids Cup trotz starker Konkurrenz beeindruckende Leistungen. Foto: privat

Platz. Auch Lena von Kügelgen stand am Ende auf dem Treppchen und erkämpfte sich den dritten Platz. Knapp am Podium vorbei schrammten Tilda Schade und Maxim Schander, die sich beide mit einem respektablen fünften Platz zufriedengeben mussten. Außer den Podestplätzen kämpften die Judoka auch um wichtige Vereinspunkte beim Kids Cup, die am zweiten Tag zusammen addiert werden, um die besten Vereine in der Region zu ermitteln. Hier gewann der VfL Grasdorf den ersten Platz, der Garbsener SC den zweiten Platz und erstmals in der Geschichte des Kids Cups errangen zwei Vereine die gleiche Punktzahl und teilen sich den dritten Platz und zwar der JC Godshorn und der KSC Ricklingen.

Der Sonntag stand ganz im Zeichen des Teamgeistes. Die Regionsmannschaftsmeisterschaft der Altersklasse U11 wurde in Mellendorf ausgetragen. Erstmals wurden Mixed-Teams gebildet, so wie es seit letztem Jahr auch bei den Olympischen Spielen, Europa-Meisterschaft und Weltmeisterschaft ausgetragen wird. Für dieses Turnier bildete der Mellendorfer TV eine schlagkräftige Kampfgemeinschaft mit dem Judo-Club Godshorn. Die Mannschaft, bestehend aus Tilda Schade, Alva Voß, Luisa Koblit, Emilia Cherng, Lena von Kügelgen und Maxim Schander, zeigte



Das Mixed-Team aus Mellendorf und Godshorn schlug sich bei den Regionsmannschaftsmeisterschaften wacker. Foto: privat

Teamgeist und Biss. Mit großem Engagement kämpfte sich das junge Team durch das Turnier und wurde am Ende mit einem hervorragenden dritten Platz belohnt.

Die Trainer des Mellendorfer TV Christian Knobloch und Stefan Franke zeigten sich sehr zufrieden mit den gezeigten Leistungen und dem Engagement ihrer Schützlinge, die das Judo-Wochenende zu einem vollen Erfolg machten.

Wer jedoch denkt, dass es nun ruhig wird in den Judosparte des Mellendorfer TV und Turn Club Bissendorf, der irrt gewaltig. Neben dem Dan-Lehrgängen und Selbstverteidigungslehrgängen für die Judoka aus der Region Hannover richten die Wede-

marker Judoka im November das zweite Integrative Bodenturnier, bei dem Judoka mit und ohne Beeinträchtigung antreten aus. Zum krönenden Abschluss des Jahres bekommt die Wedemark olympischen Besuch. Am dritten Advent wird Giovanna Scocimarro, zweiter und dritter Platz WM; zweiter und dritter Platz EM und erster Platz bei den Europäischen Olympischen Jugendfestspielen zu Gast in der Gislaved-Sporthalle in Mellendorf sein und Judoka ihre Techniken erklären und lehren. Wer Interesse an diesem traditionsreichen Sport hat, vereinbare gern ein Probetraining oder informiere sich auf der Homepage der Judosparte des Mellendorfer TV und Turn Clubs Bissendorf.

Walking Football

SCHWARMSTEDT/ELZE. Jetzt spielten die Walking Footballer von Eintracht Leinetal ein Freundschaftsspiel gegen die Mannschaft der SG Blau-Gelb Elze. Bei besten äußeren Bedingungen machte sich die doch langjährige und längere Spielpraxis für Eintracht Leinetal bezahlt, sodass die Leinetaler Mannschaft das Spiel am Ende mit 21:5 gewann. Aber das eigentlich Wichtige: Im Anschluss an das Spiel

wurden gemeinsam einige Würstchen vom Grill verzehrt und das Spiel bei einem Kaltgetränk analysiert. Eintracht Leinetal freut sich schon jetzt auf ein Rückspiel in Elze. Interesse und Spaß daran, auch in höherem Alter Fußball zu spielen? Einfach vorbeikommen und mitspielen - immer donnerstags ab 19 Uhr auf dem Sportplatz in Schwarmstedt oder meldet Euch per Mail an: info@eintracht-leinetal.de



Das Freundschaftsspiel hatten einen klaren Ausgang. Foto: privat

Menschen, Mörder, Machenschaften

BISSENDORF. Wie immer gibt es am Sonnabend, 27. September, ab 15 Uhr Interessantes und Amüsantes, aber auch Tragisches, nicht nur aus der Wedemark zu hören. Jungfer Annis nächstes Thema lautet: Menschen, Mörder, Machenschaften.

Berichtet wird vom ersten Mord der Geschichte, dem Brudermord. Dem Schlächter von Hannover (Fritz Haarmann), Strom Otto aus der Wedemark. Sie erfahren, was die RAF mit Langenhagen zu tun hatte. Es geht um Leichen im Regal

eines angesehenen Bissendorfer Handwerksmeisters, und um Trittspuren, die die Polizei nicht verfolgte. Erzählt wird über: Otto Knibbe, dem ehemaligen Bürgermeister von Bissendorf, der kurz vor Kriegsende erschossen wurde, und auch von Königsmarck gesprochen.

Treffpunkt: Treppe Bürgerhaus Bissendorf, Am Markt 1.

Dauer: etwa eineinhalb Stunden, Beitrag: vier Euro, Erwachsene/2,50 Euro Kinder ab sechs Jahren; Anmeldung: (05130) 6 03 63 und (0175) 9 63 65 71.

ANZEIGE

Spröde Fingernägel: Was wirklich hilft!



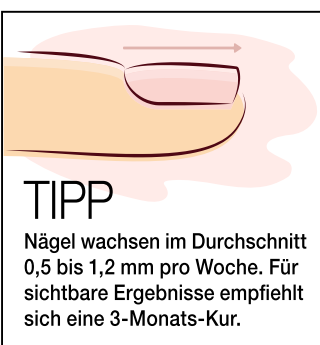
Ihre Nägel sind spröde, weich oder reißen ein? Wir haben uns angesehen, was dahintersteckt und was man dagegen tun kann.

Wer zu spröden oder rissigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten auch, ungepflegt zu wirken und suchen nach schneller Hilfe. Doch selbst detaillierte Pflegeroutinen etwa aus dem Internet oder zunächst vielversprechende Tipps aus dem Bekanntenkreis bringen oft keine Verbesserung. Was viele nicht wissen: Hinter

brüchigen Nägeln steckt meist mehr als bloß mangelnde Pflege – ein genauer Blick auf mögliche Ursachen lohnt sich.

Ursachen für spröde Nägel

Der Erhalt schöner Nägel kann oftmals zur Herausforderung werden. Speziell dann, wenn äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Desinfektions- und Putzmitteln dazu beitragen, dass die Nägel austrocknen und in weiterer Folge einreißen. Häufig steckt aber auch ein Ungleichgewicht im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt dahinter und der Nagel ist von vornherein bereits geschwächt und spröde.



TIPP

Nägel wachsen im Durchschnitt 0,5 bis 1,2 mm pro Woche. Für sichtbare Ergebnisse empfiehlt sich eine 3-Monats-Kur.

Konkret geht es dabei um folgende Nährstoffe:

- Silizium findet sich in Kieselerde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „Schönheitskorn“ bekannt.

- Zink und Selen zum Erhalt normaler Nägel.
- MSM (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

Optimale Nährstoffversorgung

Sollte man also das Essverhalten überdenken und vermehrt Lebensmittel wie Hülsenfrüchte und Hirse konsumieren, die die oben genannten Nährstoffe enthalten? So einfach ist es leider nicht. Oftmals fehlt die Zeit, täglich frisch und ausgewogen zu kochen. Weiters weisen die heutigen Lebensmittel aufgrund ausgelaugter Böden lange nicht mehr den Nährstoffgehalt auf, den sie früher hatten. Sind die Nägel also tatsächlich bereits in Mitleidenschaft gezogen, ist ein zusätzlicher Ausgleich mit Nahrungsergänzungsmitteln ratsam, um die Nagelwurzeln wieder ideal zu versorgen.

Richtige Wahl

Produkte zur Nahrungsergänzung gibt es unzählige. Umso wichtiger ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel.* Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM (natürlicher Schwefel) und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert. Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 06/2025

APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln



Nahrungsergänzungsmittel

Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde und Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere wichtige Spurenelemente



Dr. Böhm Haut Haare Nägel ist auch als 3-monatige Schönheitskur (180 Stk.) zum Vorteilspreis erhältlich. Fragen Sie in Ihrer Apotheke nach.

Für Ihre Apotheke
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €
PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €