

**Standvoß**  
Heizung · Klima · Sanitär · Umweltschutz  
Aueweg 12 • 30900 Wedemark-Mellendorf  
Telefon (0 51 30) 6 07 10 • www.standvoss.de

**Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Meisterprüfung!**

Mit großer Freude gratulieren wir unserem Mitarbeiter

**Sebastian Schubert**

zur erfolgreich abgeschlossenen Meisterprüfung.

Wir sind stolz auf diese herausragende Leistung.

Es ist uns eine Freude, dich in unserem Team zu wissen, und wir freuen uns auf die gemeinsame Zukunft!

3069901\_002625

**Dem Einbrecher keine Chance**

■ kostenlose Beratung vor Ort  
■ Um- und Nachrüstung von Fenstern und Türen nach DIN 18104  
■ Montage durch geschulte Fachkräfte  
■ Lieferung und Montage von geprüften Sicherheitsfenstern

Vom LKA Niedersachsen gelisteter Betrieb!

**Zuhause sicher**  
Eine Initiative Ihrer Polizei

**KNOKE**  
Bau- und Möbelfischlerei

Bissendorf · Burgwedeler Str. 14  
(05130) 87 38  
e-mail: tischlerei-knoke@t-online.de

3025901\_002625

**TEAM STUBENREIN**

WIR ENTRÜMPELN RICHTIG!

STUBENREIN MACHT'S BESENREIN

► Ihr Dienstleister für Entrümpelungen, Haus-, Wohnungs- und Büroauflösungen

- kostenfreie Beratung und individuelle Angebotserstellung
- faire Wertanrechnungen
- schnell & diskret
- bestes Preis- und Leistungsverhältnis

**Kontaktieren Sie uns - wir lassen Sie nicht allein!**

www.team-stubenrein.de  
N. Zittier · Tel. 0157 37 27 69 46  
E-Mail: info@team-stubenrein.de

**WIR PACKEN ES AN!**

30387801\_002625

**bloomert**  
SMART LAUNDRY  
Powered by Miele

Miele-Qualität für Bettdecken, Topper & mehr

Riesige Kapazität, unschlagbare Preise - der einzige **Waschsalon** in Garbsen!

- ✓ Waschmittel, Desinfektionsmittel & Weichspüler inklusive - automatische Dosierung
- ✓ Preise ab 5,50 €

Nord-West-Zentrum  
Havelser Str. 2-8,  
30823 Garbsen

05161 / 9492915  
www.smart-laundry.de  
service@realbay-gmbh.de

2172501\_002625

Anzeigen / Beilagen ++ Online-Werbung ++ Sondermagazine ++ PR

Hier ist Ihre Werbung in guten Händen.

**Julia Heberling**  
Mediaberaterin für die Wedemark und Schwarmstedt

j.heberling@madsack.de  
Achtung, neue Tel.-Nr.  
(05136) 89 94 23

**ECHO**  
Hannoversche Allgemeine  
Neue Presse

30402101\_002625

# SV Resse eröffnet Calisthenics-Park

Kraft, Koordination und Ausdauer werden mit Geräten und eigenem Körpergewicht trainiert

**RESSE.** Pull-Up Bars, Dip Bars, Muscle-Up, Paralletes, Resistance Bands: Am Sonntag, 21. September, eröffnete der Geschäftsführer des SV Resse, Dirk Junker, den neu aufgebauten Calisthenics Park am Resser Vereinsgelände an der Osterbergstraße.

Damit die zahlreich erschienenen Sportlerinnen und Sportler nicht länger im Dunkeln tappten, was es mit den Begriffen und dem neuen „Klettergerüst“ auf sich hat, erklärten die beiden Fitnesstrainerinnen Kathrin Schulz-

Beiss und Melanie Ridder direkt die Grundlagen dieser noch recht neuen Sportart Calisthenics: Hier werden vor allem Kraft, Koordination und Ausdauer mit Hilfe der Geräte sowie dem eigenen Körpergewicht trainiert. Und das in fast allen Altersklassen: Für jede Übung gibt es alternative Ausführungsmöglichkeiten, die die Bewegung an das körperliche Niveau der Sportler:innen anpassen.

Hoch motiviert ging es gleich an die Geräte. In mehreren klei-

nen Workshops leiteten die beiden Übungsleiterinnen interessierte Vereinsmitglieder an, so dass der neue Calisthenics Park praktisch erprobt werden konnte und direkt überzeugte.

„Als Kathrin und Melanie mit der Idee eines Calisthenics Parks an uns herangetreten sind, brauchten wir selbst erst einmal einige Erklärungen. Aber die Begeisterung der beiden sowie die vielfältigen Möglichkeiten der Anlage haben uns überzeugt“, erklärt Junker, der gemeinsam

mit dem 1. Vorsitzenden Friedel Ernst sowie der Spartenleiterin FitMix, Tatjana Judel, selbst noch den Praxistest machte. Somit sei der SV Resse mit der Eröffnung nach einer langen Zeit der Planung und Umsetzung um ein wertvolles Sportangebot reicher.

Ein abschließbarer Zaun wird noch zeitnah von der Firma Mein Freund aus der Wedemark, die auch die gesamte Anlage aufgebaut haben, installiert, um den Calisthenics-Park als Vereinsanlage zu schützen.

# Dorfmoderation: Engagement für Heimat und Gemeinschaft

Elf Engagierte lernen, wie sie ihre Dörfer lebendig gestalten und Nachbarn zusammenbringen

**WEDEMARK.** Neue Ideen für die Dorfgemeinschaft entwickeln, Nachbarinnen und Nachbarn ins Gespräch bringen und gemeinsam gestalten – darum geht es bei der Fortbildung zur Dorfmoderation. Elf engagierte Teilnehmende aus der Region sind jetzt gestartet.

Elf Teilnehmende aus Wedemark, Neustadt und Wunstorf starten in der Brelinger Mitte die Fortbildung zur Dorfmoderation und zum Dorfmoderator. Wer Menschen und sein Dorf mag, kann dabei sein – das nötige Handwerkszeug vermitteln Fachleute.

„Ziel ist es, Impulse zu setzen, andere zu begeistern und die eigene Heimat aktiv mitzugestalten“, erläutert Trainer Wolfgang Kleine-Limberg. Die Fortbildung vermittelt, wie Bedarfe, Ideen und Ziele der Dorfgemeinschaft erkannt und umgesetzt werden.

Maren Krämer, Regionalma-



Elf Engagierte aus der Region haben jetzt mit der Dorfmoderation gestartet.

Foto: privat

nagerin der Leader-Region, betont: „Die Teilnehmenden lernen, wie sie nachhaltig die Entwicklung ihrer Dörfer beeinflussen und demokratische Prozesse fördern können.“ Bettina Arasin, Hausherrin der Brelinger

Mitte, ergänzt: „Orte des Miteinanders und Austauschs entstehen nur durch Dialog.“

Nach einem virtuellen Treffen Ende Oktober treffen sich die angehenden Dorfmoderatorinnen und Dorfmoderatoren im No-

vember erneut, um die Fortbildung fortzusetzen. Das LEADER-Programm und die Dorfmoderation zeigen, wie lokale Demokratie gelebt und die Dorfgemeinschaft gestärkt werden kann.

# Renntag der Landwirtschaft

Neue Bult: Am Sonntag, 5. Oktober, ab 12 Uhr

**LANGENHAGEN.** Am Sonntag, 5. Oktober, lädt die Galopprennbahn Neue Bult ab 12 Uhr zum traditionellen Renntag der Landwirtschaft ein. Auf die Besucherinnen und Besucher warten voraussichtlich elf spannende Rennen, ergänzt durch ein vielfältiges Rahmenprogramm. Im Mittelpunkt steht ein großer Bauernmarkt, auf dem regionale Produkte präsentiert und erworben werden können. Dazu kommt ein abwechslungsreiches Programm mit zahlreichen Vorführungen und Aktionen, das die besondere Atmosphäre dieses Renntages ausmacht.

Das sportliche Highlight der

insgesamt elf Rennen ist ein Listennenrennen für Stuten über 2.000 Meter, dotiert mit 25.000 Euro. Außerdem lockt ein Ausgleich 1 – die Bundesliga des Galopprennsports – mit einem Preisgeld von 20.000 Euro.

Die finalen Starterlisten werden aufgrund des Feiertagstages der Deutschen Einheit bereits am Mittwoch, 1. Oktober, veröffentlicht. Schon jetzt deutet sich ein international besetzter Stutenpreis an, mit möglichen Starterinnen aus England und Frankreich. Fest eingeplant sind unter anderem die Münchenerin Noble Breath, die in Mülheim trainierte Princess Valentina sowie

die Lokalmatadorin Sweet Summer aus dem Stall von Bohumil Nedorostek. Championtrainer Peter Schiergen hat zudem Asteria genannt.

Auch auf den Trainer- und Jockeyrängen verspricht der Renntag Klasse: Sarah Steinberg und Axel Kleinkorresplanen Einsätze im Hauptrennen. Im Sattel sind Spitzenreiter wie Rene Piechulek und Adrie de Vries gebucht. Dazu kommen der auf der Neuen Bult tätige David Liska und der formstarke Nachwuchstreiter Esentur Turganaaly Uulu, die ebenfalls für sportliche Höhepunkte sorgen dürften.

Der große Bauernmarkt mit

seinen vielen Mitmach-Aktionen, zahlreichen Ständen, Vorführungen und regionalen Angeboten für Groß und Klein sticht auch diesmal wieder am Renntag der Landwirtschaft heraus. Erklungen wird Musik der Jagdhornbläser.

Kinder bis zwölf Jahre erhalten freien Eintritt. Tickets kosten im Vorverkauf zwölf Euro und sind online erhältlich. An den Tageskassen beträgt der Eintritt 14 Euro (ermäßigt für Schüler, Studierende und andere). Der Einlass startet um 11.30 Uhr.

Weitere Informationen sowie den Zugang zum Ticketshop gibt es auf [www.neuebult.de](http://www.neuebult.de).

# Stark und selbstbewusst

Kostenfreie WenDo-Kurse in Isernhagen und der Wedemark

**ISERNHAGEN/WEDEMARK (R/BS).** Unter dem Motto „Stark und selbstbewusst – Gemeinsam Grenzen setzen und verteidigen“ bietet die Frauen- und Mädchenberatungsstelle im November zwei kostenfreie WenDo-Wochenendkurse an. Die Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainings richten sich an unterschiedliche Altersgruppen und verbinden körperliche Techniken mit mentaler Stärkung. WenDo vereint einfache, aber wirkungsvolle Selbstverteidigungstechni-

ken mit der Stärkung des Selbstbewusstseins. In einem geschützten Rahmen lernen die Teilnehmenden, eigene Grenzen wahrzunehmen, diese klar zu kommunizieren und sich selbst zu behaupten – ob in der Schule, im Freundeskreis, auf der Straße oder im digitalen Raum. Die Kurse vermitteln, dass jede Person das Recht auf körperliche Selbstbestimmung hat und über mehr Kraft und Energie verfügt, als viele von sich selbst denken. Der erste Kurs richtet sich an jugendliche

Mädchen und nicht-binäre Personen im Alter von 13 bis 15 Jahren. Mia Marben leitet das Training am Samstag, 1. November, und Sonntag, 2. November, jeweils von 10 bis 16.30 Uhr in Isernhagen FB am Lohner Hof 7, direkt neben der Frauen- und Mädchenberatung.

Das zweite Wochenende ist für Frauen von 18 bis 99 Jahren konzipiert. Ursula Mathyl bietet dieses Training am Samstag, 8. November, und Sonntag, 9. November, jeweils von 10 bis 15 Uhr im

Bissendorfer Bürgerhaus, Am Markt 1 in der Wedemark an.

Beide Veranstaltungsorte sind barrierearm zugänglich, die Gruppenräume und Toiletten sind ebenerdig beziehungsweise über einen Aufzug erreichbar. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine vorherige Anmeldung jedoch erforderlich. Interessierte können sich per E-Mail unter [info@frauen-maedchenberatung.de](mailto:info@frauen-maedchenberatung.de) oder telefonisch unter (05139) 9849570 anmelden und weitere Informationen erhalten.