

Tag des Fußes am 10. Oktober

Workshops rund um das Thema Fußgesundheit in Buchholz/Aller

REGION. Am 10. Oktober verwandelt sich die Rote Halle An der Autobahn 26 in Buchholz/Aller von 10 bis 16 Uhr in eine Anlaufstelle für alle, die mehr über gesunde Füße erfahren möchten. Die Schuhmarken Pantolinos und Martin Natur veranstalten gemeinsam den „Tag des Fußes“ – mit kostenfreien Workshops, Vorträgen und der Möglichkeit, die neue Herbstkollektion von Martin Natur zu entdecken.

„Relevant für jeden, der Füße hat“, sagt Iris Mesenbrink, Gründerin von Pantolinos. „Die Füße tragen uns seit Jahrzehnten, werden morgens in enge Schuhe

gesteckt und abends irgendwann wieder frei gelassen, aber Beachtung bekommen sie erst, wenn sie beginnen zu schmerzen. Mit dem Tag des Fußes wollen wir die Aufmerksamkeit auf unsere Füße richten und wichtige Impulse für unseren gesamten Körper setzen.

Den ganzen Tag über stehen drei Fachleute für Vorträge und praktische Workshops bereit: Nancy Bosdorff, Sportwissenschaftlerin und funktionelle Fußtherapeutin, erklärt in ihren Workshops die Zusammenhänge hinter Fersensporn, Plantarfasziitis und Hallux valgus – anschaulich und mit konkreten Lö-

sungsansätzen sowie Übungen für zu Hause.

Christian Siedler, Personal Trainer und medizinischer Gesundheitscoach aus der Wedemark, zeigt im Kurs „Faszientraining für deine Füße – Barfußschmerzfrei leben“, wie sich Fußmuskulatur und Körperwahrnehmung spielerisch und alltagsnah aktivieren lassen. Der Kurs wird dreimal im Tagesverlauf angeboten.

Zahnärztin Anna-Katharina Weigandt, Expertin für ganzheitliche Kieferbehandlung und atemwegsbezogene Kieferorthopädie, spannt in ihrem Vortrag „Wenn’s unten schief läuft, lohnt sich der Blick nach oben“

den Bogen vom Kiefer über die Haltung bis zum Fuß und zeigt, wie funktionelle Zusammenhänge den ganzen Körper beeinflussen.

Die Teilnahme an allen Kursen, Workshops und Vorträgen ist kostenfrei. Da die Plätze begrenzt sind, wird um frühzeitige Anmeldung gebeten – online per QR-Code in der nebenstehenden Anzeige oder telefonisch unter der Nummer (05071) 511 58 55. Parallel zum Vortragsprogramm können Besucherinnen und Besucher die neue Herbstkollektion von Martin Natur entdecken und direkt vor Ort ausprobieren und Shapes testen.

Mit neuen Trikots zum Derbysieg

1. Herren des Mellendorfer TV besiegt den 1. FC Brelingen unter Flutlicht

MELLENDORF. Die 1. Herren des Mellendorfer TV läuft ab sofort in neuen Heim- und Auswärtstrikots auf. Möglich wurde die neue Ausstattung durch die Unterstützung der Cattau Baugesellschaft mbH. Mannschaft und Vereinsverantwortliche freuen sich über das Sponsoring und die damit verbundene Unterstützung für den Herrenbereich.

Die neuen Heimtrikots wurden direkt im Derby gegen den 1. FC Brelingen eingeweiht. Nach der knappen 2:3-Niederlage gegen den TSV Mariensee-Wulfelade wollte die Mannschaft im Nachholspiel eine Reaktion zeigen. Unter Flutlicht entwickelte sich am vorletzten Dienstagabend von Beginn an eine umkämpfte Partie. Große Torchancen blieben zunächst Mangelware. Nach einem Angriff über die linke Seite bracht Nils Gottschalk den Ball scharf vor das Tor, wo Timo Brandes zum 1:0 für den MTV einschob.

Kurz nach der Pause glich Finn Jadischke für Brelingen aus. In der 63. Minute sah Nils Gottschalk nach einem Foul im Straf-



Die Mannschaft in ihren neuen Trikots.

Foto: privat

raum seine zweite Gelbe Karte und musste den Platz verlassen. Die Brelinger nutzten die Überzahl und gingen in der 74. Minute durch Marwin Schulze mit 2:1 in Führung. Doch die Mellendorfer gaben sich nicht geschlagen. Nur zwei Minuten später setzte sich der aus der U19 aufgerückte

Jan Niclas Zeugner auf der rechten Seite durch. Seinen Schuss konnte der Brelinger Torwart nur abwehren, Timo Brandes staubte zum 2:2 ab. In der 79. Minute setzte sich Brandes mit einem Solo durch und wurde im Strafraum gefoult. Silas Levi Gaglin verwandelte den fälligen Elfmeter zum

3:2. Mit großem Einsatz sicherte sich der MTV trotz Unterzahl den Derbysieg. Am folgenden Sonntag legte die Mannschaft nach und gewann bei der SG Lettor 05 mit 4:1. Die Tore erzielten Argjend Morina, Timo Ralf Brandes mit zwei Treffern und Mohamad Erfan Alizada.

Glanzvolle Auftritte auf acht Rollen

Läuferinnen und Läufer der REG erfolgreich in Hannover und Duisburg

WEDEMARK. Am 5. und 6. September stand Hannover ganz im Zeichen des Rollkunstlaufs. Beim diesjährigen Welfenpokal war auch die REG beim ausrichtenden Eis- und Rollsport-Club Hannover (ERC) zu Gast.

Mit großer Vorfreude, ein wenig Aufregung und ganz viel Leidenschaft machten sich die Läuferinnen und Läufer auf den Weg nach Hannover. Vor den Wertungsrichtern galt es, das im Training Erarbeitete auf die Fläche zu bringen und die einstudierten Kürren möglichst sicher, ausdrucksstark und mit Freude zu präsentieren.

Dabei zeigte sich einmal mehr, wie vielseitig Rollkunstlauf ist: Pirouetten und Sprünge verbinden sich mit Musik, Ausdruck und einer guten Portion Mut. Für die Sportlerinnen und Sportler bedeutete jeder Start eine neue Herausforderung und zugleich die Möglichkeit, wertvolle Wettbewerbserfahrung zu sammeln.

Besonders erfreulich waren die sehr guten Ergebnisse der Starterinnen und Starter, die gemeinsam mit ihrer Trainerin Bianca Buhs nach Hannover gereist waren. Julian Lüttin, Amilo Witek und Mira Marie Koch konnten sich jeweils über den ersten Platz freuen. Pauline Ziegler, Paula Mackeben und Tessa Isabelle Bischof erreichten jeweils den zweiten



Die REG konnte Erfolge feiern.

Foto: privat

Platz, während Katharina Theile mit dem dritten Platz ebenfalls eine tolle Platzierung erzielte.

In der Gruppe Minis 2a belegten Inessa Leinich den vierten und Felina Rohde den fünften Platz. Bei den Minis Jungen der Gruppe 2 sicherte sich Julian Lüttin den ersten Platz. In der Gruppe Minis 2b erreichte Lucia Valentina Schulz den vierten Platz.

Bei den Anfängern belegte Tilda Franke in der Gruppe 1 den

vierten Platz. In der Gruppe 2a erreichte Pauline Ziegler den zweiten und Katharina Theile den dritten Platz. Antonia Wilimzig belegte in der Gruppe 2c den sechsten Platz.

Bei den Freiläufern erreichte Paula Mackeben in der Gruppe 1 den zweiten Platz. Bei den Jungen der Gruppe 1 sicherte sich Amilo Witek den ersten Platz. In der Gruppe 2 belegten Frida Böhnke den achten und Elisa

Schwing den neunten Platz. Mira Marie Koch erreichte in der Gruppe 3b den ersten Platz, Prisca Colleen Brückner in der Gruppe 3c den vierten Platz.

Bei den Figurenläufern der Gruppe 3a belegte Samira Gencceylan den sechsten Platz. Tessa Isabelle Bischof erreichte bei den Kunstläufern der Gruppe B den zweiten Platz. In der Nachwuchs-kategorie belegte Kristina Michajlovski den achten Platz.

Pantolinos MARTINATUR präsentieren den:

TAG DES FUßES

10.10.26
10-16 Uhr

An der Autobahn 26 (Rote Halle)
29690 Buchholz/Aller, Gewerbegebiet

Mehr erfahren:

BewegMühle

Fußgesundheit in guten Händen

Nancy Bosdorff ist Sportwissenschaftlerin und funktionelle Fußtherapeutin.

- ✓ Funktionelle Körperanalyse
- ✓ Hilfe bei Hallux Valgus, Fersensporn & Co.
- ✓ Kurse & Workshops in kleinen Gruppen

Und vieles mehr...

www.bewegmuehle.de | 0155 114 19274

Kunst und Krepel List

Steinmetzstr. 10
30163 Hannover
Inhaber: Giovanni Fischer

großer Silberbesteck und Zinn-Ankauf!

Wir kaufen Zinn aller Art:

- Geschirr
- Besteck
- Figuren
- Spielzeug
- Becher
- Krüge
- Vasen
- Medaillen

Außerdem Ankauf von:

- Pelzen
- Orientteppichen
- Militaria
- Besteck (versilbert)

sowie: Modeschmuck, Uhren, Münzen, Silber, Gold uvm.

HAUSBESUCHE MÖGLICH! ANFAHRT KOSTENLOS

Wir kaufen Ihre Ware auch ohne Gold

Tel. 0511 37 39 333 0 oder 01523 69 48 224

Basar rund ums Kind in Hellendorf

HELLENDORF. Am 25. Oktober veranstaltet die Dorfgemeinschaft Hellendorf wieder ihren halbjährlichen Basar rund ums Kind. Von 11 bis 14 Uhr werden im Dorfgemeinschaftshaus Hellendorf, Sandbergweg 22, Kin-

derkleidung, Spielzeug und vieles mehr angeboten. Dazu gibt es Kaffee und Kuchen. Wer selbst einen Verkaufsstand anbieten möchte, kann sich per E-Mail an basarrundumskind@dghellen-dorf.de anmelden.

Ferienabenteuer in der Natur

ABBENSEN. In den Herbstferien lädt der Dorfverschönerungsverein Abbensen am 16. Oktober Kinder zwischen sechs und 14 Jahren zu einem besonderen Naturerlebnis ein. Unter der Leitung des Naturexperten und Berufsjägers Immo Ortlepp erwartet die Teilnehmer ein abwechslungsreiches Ferienabenteuer rund um das Jagd- und Hegekonvent in Abbensen. Treffpunkt ist um 10 Uhr, Auf dem Born 20.

Während der rund dreistündigen Veranstaltung können die Kinder die heimische Flora und

Fauna entdecken und kleine Abenteuer in der freien Natur erleben. Zum Abschluss lädt der Verein zu gegrillten Bratwürstchen und Getränken ein. Die Teilnahme ist kostenfrei, sämtliche Ausgaben übernimmt der Dorfverschönerungsverein Abbensen.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich, bevorzugt über das Kontaktformular auf der Homepage www.abbensen-dvv.de, per E-Mail an alfred.falkenberg@outlook.com oder telefonisch unter 0176/39071435. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Herbstwanderung mit dem VNV

BISSENDORF. Der Verschönerungs- und Naturschutzverein (VNV) Bissendorf lädt am Samstag, 11. Oktober, zu seiner Herbstwanderung unter dem Motto „Auf schmalen Pfaden im Scherenbosteler Forst“ ein. Gemeinsam mit dem erfahrenen Wanderführer Heinz Linne erkunden die Teilnehmer die herbstliche Natur vor der Haustür und entdecken vertraute wie

auch verborgene Ecken des Scherenbosteler Forstes. Stzart ist um 14 Uhr, die Wanderung dauert etwa bis 17 Uhr. Treffpunkt ist der Parkplatz vor der ehemaligen Sparkasse, Am Markt 3.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, mit zu wandern, frische Luft zu tanken und die herbstliche Waldatmosphäre in geselliger Runde zu genießen.