



MTV von 1860 e.V. Heide



Vereinsnachrichten 2024/2025

 **INTERSPORT®**
RAMELOW

Ramelow J.H. Böttcher GmbH & Co. KG
Markt 14-16 · 25746 Heide · Tel.: 0481/6860-0



LichtBlick
Filmtheater

KINO
ERLEBEN!

LichtBlick App
installieren
lohnt sich!



Ab jetzt Partner des MTV Heide

Inhaltsverzeichnis

Seite

Vorwort	3/5
Ohne Ehrenamt geht's nicht	6/7
Anschriften des Vorstandes	8/9
Jugendvorstand	10
Förderverein	13
Berichte aus den Sparten	
● Badminton	14
● Basketball	17
● Cheerleading	18
● Faustball	25
● Fußball	26
● Fußball Altliga	28
● HSV-Fußballschule	30
● Gymnastik und Fitness	32
● Handball	46
● Judo	62
● Karate	63
● Lauf- und Walkingtreff	65
● Leichtathletik	67
● Moderne Selbstverteidigung	72
● Reha-Sport	74
● Schwimmen	78
● Taekwon-Do	86
● Tanzen	87
● Tischtennis	89
● Triathlon	91
● Turnen	93
● Volleyball	97
Sportstätten des MTV Heide	60/61
Ansprechpartner:innen der Sparten	105
Aufnahmeantrag des Fördervereins	108

Impressum

Erscheinungsweise: 1 x jährlich

Druck:

Druckerei Lorenzen Heide

Verantwortlich:

Der Vorstand

JETZT NEU: die MTV Heide-App

Eine App –
Alle Infos



Heider machen Sport beim MTV. Echte MTV'ler nutzen die MTV-App!

Mit der MTV Heide-App immer auf dem neuesten Stand – jeder Zeit!

Jetzt im AppStore und Google Play Store:

Aktuelle Termine deiner Mannschaft checken oder Trainings- und Spieltermine aktuell halten? Mit der App ganz leicht – egal ob für Mitglieder oder für die, die noch Mitglieder werden wollen. Obendrauf gibt es wertvolle Gutscheinaktionen unserer Sponsoren.



- ✓ Scanne den QR-Code
- ✓ Starte den Download
- ✓ Erstelle dein Nutzerkonto

Liebe MTV-erinnen, liebe MTV-er,

ein weiteres Jahr voller sportlicher Erfolge und gemeinsamer Erlebnisse liegt hinter uns! In diesem Jahr haben wir nicht nur unsere sportlichen Leistungen in den Einzel- und Teamsportarten weiter ausgebaut, sondern auch wichtige Veränderungen im Vorstand und bei den Hallengebühren angestoßen. Unser Ziel, spartenübergreifend noch näher zusammenzurücken, war ein zentrales Anliegen, das wir gemeinsam verfolgt haben.

Dank eures Engagements konnten wir in den Spartenberichten viele beeindruckende Ergebnisse verzeichnen. Ein herzliches Dankeschön an alle vereinsinternen Redakteurinnen und Redakteure für ihre großartigen Artikel!

Auf der Mitgliederversammlung 2024 wurden wir neu in den geschäftsführenden Vorstand gewählt: Carsten als stellvertretender Vorsitzender und ich, Finja, als Schatzmeisterin. Doch wer sind wir eigentlich? Carsten bringt über 30 Jahre Erfahrung als Volleyballtrainer mit und hat in zahlreichen Funktionen im Verein und auf Verbandsebene gewirkt. Ich selbst bin Trainerin in der Schwimmsparte und habe bereits 10 Jahre im Jugendvorstand gearbeitet. Die Zahlen liegen mir am Herzen, weshalb mir die Arbeit als Schatzmeisterin viel Freude bereitet.

Gemeinsam mit unseren Vorstandskollegen haben wir uns das Ziel gesetzt, den spartenübergreifenden Zusammenhalt weiter zu stärken. Ein bedeutender Meilenstein in diesem Bestreben ist unsere am 06.12.2024 veröffentlichte MTV Heide-Vereinsapp. Unsere App ermöglicht es euch, schnell und unkompliziert miteinander zu kommunizieren, anstehende Termine aller Sparten im Blick zu behalten, eure Trainingsteilnahme zu organisieren oder auch z.B. unsere Boulebahn zu reservieren. Wenn ihr die App noch nicht heruntergeladen habt, schaut schnell zum QR-Code auf der vorangegangenen Seite und erstellt euer Benutzerprofil, um alle Funktionen nutzen zu können!

Ein weiterer Schwerpunkt in diesem Jahr war die Zusammenarbeit mit der Politik und der Stadt Heide, um eine gute Lösung für die Hallengebühren und die Sportförderung zu finden. Auch wenn die endgültigen Änderungen zum Redaktionsschluss noch nicht feststanden, konnten wir viele konstruktive Gespräche führen und unsere Position darlegen. Als Breitensportverein mit den meisten Nutzungszeiten der städtischen Hallen hoffen wir auf eine weiterhin wirksame Unterstützung durch die Stadt, damit wir auch in Zukunft ein breites Sportangebot für alle sportbegeisterten Kinder und Erwachsenen aus Heide und Umgebung bieten können.

Um unseren Verein zukunftsfähig zu gestalten, haben wir bereits einige Prozesse angepasst. Dafür möchten wir euch herzlich danken – eure Unterstützung bei der Umsetzung dieser Änderungen ist von großer Bedeutung.

MTV Heide Sportheim



**Willkommen im
MTV Heide Sportheim**



Empfänge
ab 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Frühstücksbuffet

Kaffeetafeln

weiteres gerne nach Absprache

Wir richten Ihre Feier aus.
(nicht nur für MTV-Mitglieder)

Christa Nordmann

**Am Sportplatz 1
25746 Heide**

**Telefon: 04 81/78 77 450
Homepage: www.mtv-heide.de/vereinsheim/**

Insgesamt haben wir im Jahr 2024 gemeinsam viel erreicht, insbesondere viele sportliche Erfolge. Dies wäre ohne das große Engagement unserer Spartenleitungen, Trainerinnen und Trainer sowie aller ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer nicht möglich gewesen. Ein besonderer Dank gilt auch unseren beiden Geschäftsstellenmitarbeiterinnen, die stets ein offenes Ohr für eure Anliegen haben und sich um deren schnelle Erledigung bemühen.

Unser Dank geht auch an unsere treuen Partner und Sponsoren. Durch eure Unterstützung können wir immer wieder in viele leuchtende Augen und strahlende Gesichter blicken.

Für das Jahr 2025 stehen uns viele Herausforderungen bevor, allen voran die Suche nach einem neuen Vereinsvorsitzenden. Doch neben dieser Aufgabe freuen wir uns auf zahlreiche weitere Projekte, groß und klein.

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern viel Freude beim Durchblättern dieses Hefts und weiterhin viel sportlichen Erfolg!

Mit sportlichen Grüßen,
Finja Franck und Carsten Keil
für den Vorstand



Vor-Ort-Versicherer.!

Ganz in Ihrer Nähe,
wenn es darauf ankommt.

Pieper & Kurz oHG

Bahnhofstraße 1a, 25746 Heide

Tel. 0481 8036

heide-und-umland@provinzial.de

PROVINZIAL 



Ohne Ehrenamt geht's nicht !

Engagement	Nachwuchs
Nur durch die vielen Engagierten können wir überhaupt ein so breites Sportangebot mit 19 Sparten anbieten. Viele unserer Sportarten gehen nicht nur regelmäßigem Training nach, sondern auch der Teilnahme an Wettkämpfen. Hierfür werden immer wieder Fahrer, Kampfrichter, Schiedsrichter und natürlich Trainer und Begleitpersonen benötigt.	Bei uns kannst du auch schon in jungem Alter als ÜL-Helfer anfangen. In vielen Sparten werden bereits die jüngsten an die Trainertätigkeit herangeführt. Aber auch Tätigkeiten als Schiedsrichter oder Kampfrichter werden bereits von den jungen Sportlern in Zusammenarbeit mit unseren erfahrenen Trainern, Kampfrichtern und Schiedsrichtern ausgeführt. Nicht zu vergessen ist an dieser Stelle unser Jugendvorstand in dem viele Jugendliche erste Erfahrungen sammeln können.
Ideen	Tradition
Wir versuchen immer neue Ideen in den Verein zu bringen, um Abwechslung zu erzielen. Hierbei schauen wir nicht nur nach abwechslungsreichen Sportangeboten, sondern auch nach zahlreichen Wettbewerben an denen wir teilnehmen können und gemeinsamen Veranstaltungen. Gerne greifen wir auch mal auf eure Ideen zurück.	An erster Stelle ist hier unser traditioneller Heider Abendstadtlauf zu nennen. Aber auch unsere gemeinsame Teilnahme zur Unterstützung des Marktfriedens hat Tradition. Aber auch unser Jugendvorstand hat bereits einige Traditionsveranstaltungen, die immer wieder wieder viele Kinder und Jugendliche anziehen.

Du hast die Möglichkeit durch eine der nachfolgenden Funktion unterstützend etwas für den Verein zu leisten, damit wir als MTV Heide noch viele weitere Jahre so viele Sportbegeisterte Mitglieder haben!

- - Mitglied im Vorstand / Jugendvorstand
- - Fahrer*in zu Wettkämpfen
- - Mitbringen eines Beitrags für Buffets
- - Helfer z.B. bei Verkaufsständen, eigenen Veranstaltungen
- - Kampfrichter*in
- - Schiedsrichter*in
- - Fan-Reporter in unserer Vereinsapp
- - Unterstützung bei der Umsetzung von Projekten
- - Spartenleiter*in
- - Trainer*in
- - Sponsor

Wir würden uns freuen, wenn auch Du teil unserer MTV-Engagement-Familie wirst!

#MTVDankDir

elektroSchulz
GmbH



**Elektroinstallation
Alarmanlagen
EDV-Vernetzung
ISDN-Anlagen
Esser-Brandmeldeanlagen
Rauch- und Wärmeabzugsanlagen**

**25746 Heide · Meldorfer Straße 179
Telefon (04 81) 6 20 46 · Telefax (04 81) 6 20 48**

Anschriften des Vereinsvorstandes

Vorsitzender

Detlef Waldmann
Landvogt-Johannsen-Str. 27a
25746 Heide
Telefon (04 81) 12 25
detlef.waldmann@t-online.de

stellvertreterener Vorsitzende *

Carsten Keil
Mobil 01 55 66 25 80 18
carsten.keil@gmx.de

Schatzmeisterin

Finja Franck
finja.franck@t-online.de

Schriftwart *

Alfred Schuschel
Mühlenweg 1 · 25704 Epenwörden
Telefon (0 48 32) 60 01 98
alfred.schuschel@web.de

Sportwart ***Beisitzer**

Daniel Jenke
Stiftstraße 9 · 25746 Heide
Telefon (04 81) 69 88 86 91
daniel.jenke.78@web.de

Beisitzer ***Beisitzer**

Dr. Bernd Grunwald
dr.grunwald@t-online.de

Jugendwartin *

Joline Korth
jugendwart@mtv-heide.de

Beisitzerin ***(Presse und Öffentlichkeitsarbeit)**

Anna Thomssen
Eckernförder Straße 69 · 24119 Kiel
Mobil 01 76 837 50 535
annalap2000@googlemail.com

Geschäftsstelle des Vereins:

Hans-Ludwig-Ehrig-Stadion
Am Sportplatz 1 · 25746 Heide
Telefon (04 81) 6 36 19
info@mtv-heide.de

Vereinssekretariat:

Christin Tappenbeck-Dettke
Tanja Karstens
info@mtv-heide.de

Öffnungszeiten:

Montag von 10:00 bis 12:00 Uhr

Donnerstag von 16:00 bis 18:30 Uhr

Internetadresse:

www.mtv-heide.de

Bankverbindung:**Beitragskonto:**

Sparkasse Westholstein
IBAN: DE88 2225 0020 0083 0010 11

Vereinskonto:

Sparkasse Westholstein
IBAN: DE16 2225 0020 0083 0010 46

Anschriften

des Verein zur Förderung des Sports im MTV von 1860 e.V. Heide

Dirk Löbkens
Im Wiesengrund 22 · 25746 Wesseln
Telefon (04 81) 7 89 04 56

Horst Wilke
Ernst-Tamm-Straße 15 · 25746 Heide
Telefon (04 81) 6 52 64

Anschriften der Turn- und Sportlehrer

Dörthe Otto
Telefon (0 48 32) 5 53 97
info@mtv-heide.de

Evelyn Solansky-Müller
RehaGym@mtv-heide.de

Slawa Karsten
Telefon 01 57 70 36 59 07
info@mtv-heide.de

Datenschutzbeauftragter

Datenschutz Nord GmbH
Siemensstraße 28
25813 Husum
info@datenschutz-nord.de

Vereinsheim

MTV-Sportheim
Pächterin: Christa Nordmann
Am Sportplatz 1 · 25746 Heide
Telefon (04 81) 7 87 74 50

*** der/die stellvertretende Vorsitzende, der/die Schriftwart/in, der/die Sportwart/in sowie zwei Beisitzer:innen stehen auf der Mitgliederversammlung zur Wahl und die Jugendwartin muss bestätigt werden, daher kann es zu Veränderungen kommen!**

Jugendvorstand vom MTV Heide

Im letzten Jahr wurde im Rahmen der Jugendvollversammlung der Jugendvorstand teilweise neu besetzt. So sieht die Postenverteilung bis zur kommenden Jugendvollversammlung aus: Joline Korth - Jugendwartin, Kathrin Holler - Stellvertretende Jugendwartin, Jule Löbkens - 1. Besitzerin, Monika Laska - 2. Besitzerin, Nell Rodenborg - 3. Beisitzerin, Nils Bendtschneider - 4. Beisitzer. Damit ihr uns in Zukunft noch besser erkennt, haben wir das normale MTV-Logo etwas umgeändert, vielleicht habt ihr es ja auch schon entdeckt. Ihr könnt es auch auf unserem Gruppenfoto sehen.



Leider wird Kathrin sich bei der kommenden Jugendvollversammlung nicht mehr wählen lassen und uns damit verlassen. Wir danken ihr für ihre zahlreiche und langjährige Unterstützung und wünschen ihr weiterhin alles Gute.

Wir konnten wie jedes Jahr verschiedene Veranstaltungen erfolgreich durchführen. Dazu zählen unser traditionelles Kinderfasching, der Sportabzeichennachmittag und die Adventsfeier. Außerdem konnte der Vorlauf der 4. Dithmarscher Kinderolympiade mit vielen Kindern aus dem Verein veranstaltet werden und es haben auch ein paar Kinder an dem Finale der Kinderolympiade teilgenommen.



Zusätzlich haben wir im letzten Jahr zu Halloween anstatt einer Party eine Übernachtung, die auch gut angenommen wurde, durchgeführt.



Wir haben auch wieder an Wettbewerben teilgenommen. Beim Sportjugendpreis konnte mit einer Leinwand der 3. Platz erreicht werden. Diese wurde von uns und den Teilnehmenden unserer Veranstaltungen erstellt und hängt nun in der Gymnastik- und Rehalhalle.

Für den Sportjugendpreis in diesem Jahr haben wir bereits etwas Gebasteltes von den Dancing Queens and Kings eingereicht. Die Siegerehrung fand am 27.01.2025 in unserem Vereinsheim bei der Jugendvollversammlung der Kreissportjugend statt.

Daneben stehen auch weitere Termine unserer kommenden Veranstaltungen fest:

10.02.2025 Vorlauf der 5. Dithmarscher Kinderolympiade

02.03.2025 Kinderfasching

16.03.2025 Finale der 5. Dithmarscher Kinderolympiade in Meldorf

Es kommen noch die Jugendvollversammlung, der Sportabzeichennachmittag, eine Aktion zu Halloween und eine Adventsfeier dazu. Die Termine werdet ihr dann entweder auf unserem Instagramkanal @jugendvorstandmtvheide oder in der neuen MTV-App finden können.

Wir freuen uns über zahlreiche Teilnehmende, aber auch über weitere Unterstützung im Jugendvorstand und helfende Hände bei unseren Veranstaltungen.

Dithmarscher Wasserwelt

WIR FREUEN UNS AUF DEINEN BESUCH

PREISE UND ÖFFNUNGSZEITEN

www.dithmarscher-wasserwelt.de



Sprungtürme

Erlebnisrutschen

50m Sportbecken

32°C Solebecken

Saunalandschaft

ganzjährig beheiztes Außenbecken

kostenlose Parkplätze

Bistro



Der Förderverein sagt Danke!

Nachdem der Förderverein erstmalig die Schwarz-Weisse-Nacht auf Grund des miserablen Vorverkaufes absagen musste, hat unsere Sportlehrerin Evelyn Solansky-Müller spontan zu einer Spende für den FÖV aufgerufen. Ein Plakat, dass für die Absage entworfen wurde, ist zusammen mit einer Spendenbox im Eingangsbereich unserer Gymnastikhalle platziert worden und ist anschließend noch im Sportheim rumgegangen.

Als Ergebnis kam ein 3-stelliger Betrag heraus, der an die Vorsitzenden des FÖV Dirk Löbkens und Horst Wilke übergeben wurde.



Der Förderverein sagt Danke an Evelyn und allen, die sich beteiligt haben.

Interesse an einer Mitgliedschaft im Förderverein? Den Aufnahmeantrag findet Ihr auf der Internetseite des MTV Heide oder Ihr meldet Euch unter:
foev-mtvheide@gmx.de.

Badminton

Spartenleiter und Jugendtrainer: David Willmann

Jugendwart: Nils Bendtschneider

Jahresbericht der Badminton-Sparte

Moin, beim Badminton des MTV Heide bilden wir gemeinsam mit dem TSV Lohe-Rickelshof eine Spielgemeinschaft und haben auch gemeinsame Trainingszeiten. Aktuell stellen wir als einziger Verein in ganz Dithmarschen eine Punktspielmannschaft, die am Ligabetrieb des Schleswig-Holsteinischen Badminton-Verbands (SHBV) teilnimmt. Wir spielen in der ersten Regionsklasse Süd-West und haben die letzte Saison 2023/24 auf dem fünften Platz abgeschlossen.

In der aktuellen Saison steht unsere Mannschaft unter der Führung von Nils Bendtschneider zu Beginn der Rückrunde auf dem vierten Platz. Ende Januar ist uns für unser erstes Rückrundenspiel in Bad Bramstedt bereits ein Auswärtssieg gelungen.

Wir freuen uns sehr, für die Rückrunde zwei neue Spieler bei uns begrüßen zu dürfen: Mit Bayu Saputra und Malte Thomsen gewinnen wir zwei sehr starke und motivierte Spieler hinzu. Beide verfügen schon über viel Spielerfahrung bei anderen Vereinen.

Im Jugendbereich wird das Jugendtraining weiterhin hauptsächlich durch David Willmann übernommen. Unterstützt wird er durch Nils Bendtschneider, der ebenfalls in diesem Jahr seinen Trainerschein machen möchte. Das Jugendtraining findet regelmäßig dienstags und freitags ab 18:00 Uhr in der Halle des WHG in der Rosenstraße in Heide statt.



Beim Jugendtraining nehmen regelmäßig meist acht bis 16 Jugendliche und junge Erwachsene teil. Die meisten liegen vom Alter zwischen 13 und 16 Jahren, wobei auch ältere und jüngere dabei sind. Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene, ob hochmotiviert zu anstrengenden Trainings oder einfach interessiert an entspanntem Spielen, wir geben uns stets Mühe, für jeden das richtige Programm zu finden.

Im letzten Jahr gab es erstmals seit einigen Jahren auch wieder Heider Beteiligung an Turnieren im Jugendbereich. Hier ist es vor allem der Organisation durch Nils Bendtschneider und natürlich der Motivation und Fertigkeit der Jugendlichen selbst zu verdanken, dass gute Erfolge erzielt wurden.

Bei den Erwachsenen ist die Trainingsbeteiligung weiterhin besonders dienstags mit durchschnittlich 20 Aktiven sehr gut. Die Halle ist mit den vorhandenen fünf Spielfeldern gut ausgelastet. Auch hier finden sich viele Spieler der Spielgemeinschaft mit dem TSV Lohe-Rickelshof in allen Leistungsklassen.



In den letzten beiden Jahren gab es außerdem wieder eine Weihnachtsfeier der Badminton-Sparte, die gemeinsam mit dem TSV Lohe-Rickelshof durch uns ausgerichtet wurde.

Hier wurde neben dem gemütlichen Beisammensein und Feiern auch das Können in verschiedenen Bereichen des Badminton in kleinen Spielen unter Beweis gestellt.

Jeder ist bei uns zum Training herzlich willkommen! Egal, ob bereits Vorkenntnisse da sind oder nicht, kommt gern vorbei und probiert Euch aus!

Schläger und Bälle können wir Euch zur Verfügung stellen.

Unsere Trainingszeiten sind für Jugendliche:

Dienstags von 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr

Freitags von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr

für Erwachsene:

Dienstags von 19:30 Uhr bis 22:00 Uhr

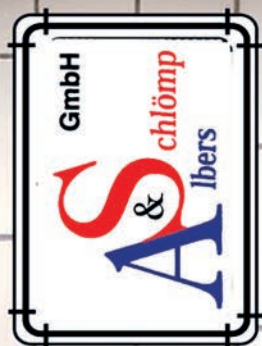
Freitags von 20:00 Uhr bis 22:00 Uhr (nach Absprache)

Unsere Halle ist die Halle 2 des Werner-Heisenberg-Gymnasiums (WHG) in der Rosenstraße 21 in 25746 Heide.

Mit sportlichen Grüßen

David Willmann

Heizung/Sanitär/Lüftung



**Draußen kalt,
drinnen auch
Wir beraten Sie gerne**

**Telefon 04 81 / 7 49 01
www.albers-schloemp.de**

**Friedrichswerk 17
25746 Lohe**

Basketball

Spartenleiter: Hanno Drews

Die Basketball-Abteilung des MTV Heide

Schon seit vielen Jahren trifft sich jeden Mittwoch (manchmal auch in den Ferien) um 19:30 Uhr unsere Basketball-Freizeitgruppe in der Sporthalle im Schulzentrum Heide Ost. Meistens sind 10 bis 15 Leute anwesend, die allesamt keine Anfänger sind, sondern größtenteils seit langer Zeit Basketball spielen. Oft sind wir eine reine Männergruppe (Alter zwischen 16 und 60), aber manchmal spielen auch ein oder zwei Frauen mit. Nach individuellem Aufwärmen spielen wir immer bis ca. 21:00 Uhr.

Neue Mitspieler*innen sind immer willkommen (bitte erst anrufen, denn wir spielen manchmal in einer anderen Halle)!

Kontakt: Hanno Drews (Tel.: 01 57-38 18 00 09)



Cheerleading

Spartenleiterin: Celine Herbst

Bericht der Cheerleadingsparte



Wir sind die seit Mitte September 2023 aktive Cheerleadingsparte „TCH – Tide Cheersport Heide“. Seit unserem Start vor knapp 1,5 Jahren sind wir auf eine Spartengröße von mittlerweile über 100 Mitgliedern gewachsen und konnten unsere anfänglichen drei Teams nun auf unglaubliche acht Teams erweitern. All das ist nur möglich durch die Arbeit all unserer fantastischen Coaches und die tolle Unterstützung unserer Elternschaft. Vielen Dank dafür! Ihr seid TCH!

Sterne des Sports

Bei dem Wettbewerb „Sterne des Sports“ zeichnen der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) und die Volksbanken Raiffeisenbanken gesellschaftlich engagierte Sportvereine aus. Sportvereine können auf kommunaler, Landes- und auf Bundesebene gewinnen. Für den Kreis Dithmarschen hat sich der MTV Heide im Jahr 2024 mit uns als Cheersportsparte beworben. Dabei stand unser Engagement in der Kinder- und Jugendarbeit im Vordergrund, da wir ein breites Spektrum an verschiedenem Alter abdecken und einen großen Teil zu der Persönlichkeitsbildung sowie der Bildung von Teamgefühl beitragen.

Damit konnten wir auf Kreisebene auch den großen Stern des Sports in Bronze gewinnen und somit den Kreis Dithmarschen auf Landesebene vertreten. Für den großen Stern des Sports in Silber hat es dann leider nicht gereicht, aber es war ein tolles Event. Wir konnten unser Projekt den anderen Kreissiegern und Zuschauern noch einmal vorstellen und haben viel positives Feedback bekommen, um unsere Arbeit fortzusetzen. Gewonnen hat der TSB Flensburg, der Schleswig-Holstein in Berlin vertreten durfte und dann letztendlich sogar den großen Stern des Sports in Gold gewinnen konnte – herzlichen Glückwunsch dazu!

Erster TCH Showcase

Als Vorlauf zu unserer ersten Wettkampfsaison fand am 8.12.24 unser erster TCH Showcase statt. Dieser sollte als Generalprobe für Shine fungieren, aber auch gleichzeitig all unsere anderen Teams präsentieren. Somit zeigten alle Teams, egal ob Breiten- oder Leistungssport, dem Publikum woran sie momentan arbeiten. Es war ein fantastisches Event, welches mit Sage und Schreibe knapp 250 Zuschauern besucht wurde. Wir freuen uns schon sehr auf den nächsten Showcase als Auftakt der neuen Wettkampfsaison 2025/2026.

Erste Wettkampfsaison

Am 14.12.24 war es dann so weit! Die lang ersehnte Landesmeisterschaft in Husum stand an. Unser Primary-Team „Shine“ nahm die Herausforderung an und zeigte sich als allererstes TCH Team der Cheerwelt!

Für alle 21 Sportlerinnen und Sportler war es ihre erste Meisterschaft und somit die Aufregung natürlich groß. Unsere Fans hatten sich zusammengesetzt, für viel Support gesorgt und warteten schon gespannt auf den großen Auftritt.

Nach dem Warm up und Run Through war es dann soweit. Sie betraten die Wettkampfmatte vor ausverkaufter Halle und grölendem Applaus und zeigten ein fantastisches Programm! Man sah ihnen den Spaß regelrecht an. Die Coaches waren ganz aus dem Häuschen als das Team die Wettkampfmatte wieder verließ. Hit 0! Keine Drops!

In der After Routine konnte das Team ihre großartige Leistung erneut begutachten. Jetzt hieß es warten auf die Siegerehrung. In einem enorm starken Starterfeld von 13 Teams aus Schleswig-Holstein in unserer Kategorie „Large Primary Level 0“ holte sich Shine den 8. Platz mit einer unglaublichen Punktzahl von 7,50 Punkten. Die Freude war groß, als mitgeteilt wurde, dass sie ebenfalls die Qualifikation zur Regionalmeisterschaft geschafft haben!

Am 1.02.25 haben die Kinder dann bereits die nächste Herausforderung angenommen. Die Regionalmeisterschaft Nord fand in Hamburg statt. Hier musste sich das Team in ihrer Kategorie gegen insgesamt 23 andere Teams aus Schleswig-Holstein, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen und Bremen behaupten. Auch

an diesem Tag zeigten sie ein fantastisches Programm und legten aus Coaches-Sicht noch einen drauf. Leider war die Konkurrenz dann doch noch etwas zu groß und die Judges belohnten den Auftritt mit 6,03 Punkten, was ihnen den 22. Platz einbrachte.

Wir sind unfassbar stolz auf diesen unglaublichen Wettkampfauftakt, die harte Arbeit, die die Kinder jedes Training leisten, die Eltern und Unterstützer und natürlich unsere Coaches, die das alles möglich machen. Als nächstes wird unser Junior-Team „Rise“ nun am 22.02.25 auf der German All Level Championship Nord in Hamburg an den Start gehen und somit ihr Wettkampfdebüt feiern. Die Saison ist somit noch lange nicht vorbei – wir sind gespannt, was noch kommen wird.

Hier sind einige Impressionen von der LM in Husum und der RM in Hamburg:



*Unsere derzeitigen Teams**TCH „Shimmer“*

- Mini Breitensport
- Jahrgang 2018 - 2020
- Training: Freitag, 16:30 – 17:30 Uhr, GHÖ Halle 1

*TCH „Sparkle“*

- Primary Breitensport
 - Jahrgang 2015 - 2017
 - Training: Dienstag, 16:30 - 18:00 Uhr, GHÖ Halle 1 bzw. GHÖ Halle 2 (Winter)
- Noch ohne Foto, da neu seit Januar 2025 -

TCH „Glow“

- Primary Leistungssport, Level 0
- Jahrgang 2014 - 2017
- Training: Dienstag + Freitag, 16:30 - 18:00 Uhr, GHÖ Halle 1 bzw. Dienstag (Winter), 16:30 - 18:00 Uhr, GHÖ Halle 2



TCH „Shine“

- Primary Leistungssport, Level 1
- Jahrgang 2013 - 2017
- Training: Dienstag + Freitag, 16:30 - 18:00 Uhr, GHO Halle 1
bzw. Dienstag (Winter), 16:30 - 18:30 Uhr, GHO Halle 2

*TCH „Aurora“*

- Youth Breitensport
- Jahrgang 2009 - 2014
- Training: Dienstag + Freitag, 18:00 - 20:00, GHO Halle 1
bzw. Dienstag (Winter), 19:00 - 20:30 Uhr, GHO Halle 1



TCH „Rise“

- Junior Leistungssport, Level 2
- Jahrgang 2008 - 2013
- Training: Dienstag + Freitag, 18:00 - 20:00, GHO Halle 1
bzw. Dienstag (Winter), 19:00 - 20:30 Uhr, GHO Halle 1

*TCH „Nightfall“*

- Senior Breitensport
- Jahrgang 2008 und älter
- Training: Dienstag + Freitag, 20:00 - 22:00 Uhr, GHO Halle 1
bzw. Dienstag (Winter), 20:30 - 22:00 Uhr, GHO Halle 1



TCH „Eclipse“

- Senior Leistungssport, Level 3
- Jahrgang 2008 und älter
- Training: Dienstag + Freitag, 20:00 - 22:00 Uhr, GHO Halle 1
bzw. Dienstag (Winter), 20:30 - 22:00 Uhr, GHO Halle 1

*Anmeldung zu einem Probetraining*

Um sich zu einem Probetraining in einem unserer Teams anzumelden, bitte die Kontaktdaten unter folgendem Formularlink eintragen:

<https://forms.gle/i1KVvjKs2oVVw2xw6>

Wir melden uns dann mit allen nötigen Informationen und freuen uns sehr über weitere Mitglieder!

Kontakt Spartenleitung

Celine Herbst

E-Mail: tide-cheersport@mtv-heide.de

Instagram + Tik Tok: [tidecheersport.heide](https://www.instagram.com/tidecheersport.heide)

Facebook: Tide Cheersport Heide

Faustball

Spartenleiter: Heiko von Thaden

Spartenbericht Abt. Faustball MTV Heide von 1860 e.V.

Einen Riesenerfolg hatten wir im März 2024. Der MTV richtete die Hallen-Schulfaustball-Meisterschaft in der Halle Ost in Heide aus. Es nahmen 12 Mannschaften der Altersklasse 3.-4. Schulklasse und 10 Mannschaften der 5.-7. Schulklasse teil. Allein 4 Mannschaften kamen aus dem Landkreis Dithmarschen, davon 2 Mannschaften aus Heide. Die Jugendlichen hatten einen Riesenspaß.



An dieser Stelle einen besonders großen Dank an das Schulzentrum Ost, an dem wir, die Klassenstufen auf beide Hallen ausrichten konnten. Als Dank wurde vom Schleswig-Holsteinischen Turnverband ein kleines Präsent an die Schule überreicht.

Ein kleiner Teilerfolg konnten wir kurz vor den Sommerferien erzielen. In Rahmen einer Schulveranstaltung konnte der Spartenleiter eine Woche lang 17 Jugendliche das Faustballspielen erklären und auch praktisch üben lassen. Am Ende bekam jeder Jugendliche eine Teilnahmebescheinigung und eine Einladung zum Probetraining.

Weitere Höhepunkte waren die Teilnahme als Schiedsrichter bei der Deutschen Meisterschaft der Jugend U12 in Kellinghusen und der Männer-Altersklasse in Großenaspe.

Heiko von Thaden

Spartenleiter Abt. Faustball

Trainer Abteilung Faustball



Fußball

Spartenleiter: Christian Eggers

Stellv. Spartenleiter: Patrick Meyer

Trainer Herren: Patrick Meyer

Klassenerhalt in der B-Klasse

Im ersten Halbjahr 2024 wurde die Rückrunde der Saison 2023/2024 ausgetragen, welche wir nicht ganz so erfolgreich wie erhofft oder auch möglich gewesen wäre, aber letztendlich durchaus positiv gestalten konnten. In der Abschlusstabelle belegten wir den achten Platz und konnten somit den Klassenerhalt in der B-Klasse einfahren.

Die neue Saison 2024/2025 begann dann nach der Sommerpause zunächst mit einer durchwachsenen Vorbereitung, die wir nicht vollständig so gestalten konnten, wie wir es uns vorgenommen haben. Auch in der ersten Runde des Kreispokals gegen den Verbandsligisten SV BW Wesseln sprach das Ergebnis gegen uns, obwohl wir uns hier kämpferisch sehr respektabel verkauften.

Im anschließenden Ligabetrieb konnten wir dann in vielen Spielen unsere Leistungsfähigkeit zeigen, so dass wir uns durch eine geschlossene Mannschaftsleistung



**Lohn-/Erd-/Baggerarbeiten · Baumschnitt
Bauschuttrecycling · Baustraßen
Bankettanddeckung · Baggermattenvermietung
Renaturierungsarbeiten
Schmutz- und Regenwasserleitung
Kleinkläranlagen / Klärtechnik**

Tel. 0 48 82 / 12 66
Österfeld 14 · 25776 ST. ANNEN

www.heim-erdbau.de info@heim-erdbau.de

insgesamt sechs Siege erarbeiteten. Mit etwas mehr Spielglück und einer besseren Chancenverwertung wäre in einigen Spielen sogar mehr möglich gewesen.

Dadurch belegen wir zum Ende des Jahres 2024 mit 18 Punkten aus 13 Spielen einen gefestigten siebten Mittelfeldplatz in der B-Klasse West 1, wobei es allerdings durch Nachholspiele noch zu Verschiebungen kommen kann. Das erste Ligaspiel nach der Winterpause tragen wir am 02.03.2025 gegen die SG St. Michel/Windbergen aus. Wir hoffen hier, an die insgesamt positive Hinrunde anknüpfen zu können und werden alles versuchen, um unser Saisonziel des Klassenerhalts möglichst frühzeitig zu sichern.

Insgesamt lässt sich somit feststellen, dass 2024 für unsere Mannschaft ein positives Jahr war, indem wir einen Klassenerhalt feiern konnten und auch erneut einen guten Grundstein dafür gelegt haben. Zudem organisierten wir erfolgreich den Signal-Iduna-Cup in der Halle, bei dem wir gemeinsam mit unseren eingeladenen Teams Spaß an unserem Sport haben konnten. Allerdings könnte es in unserer Mannschaft in der Rückserie aufgrund von beruflichen und studienbedingten Ausfällen sowie durch drei längerfristig Verletzte zu personellen Engpässen bei manchen Spielen kommen. Wir versuchen dies jedoch als Team zu verhindern und arbeiten an Lösungen.

Abschließend möchten wir uns beim Verein, unseren Sponsoren, Zuschauern, Fans sowie allen Unterstützern und Freunden unserer Mannschaft herzlich bedanken. Bitte bleibt uns weiterhin so positiv verbunden. Wir freuen uns auf ein gesundes und hoffentlich sportliches erfolgreiches Jahr 2025 mit euch!

Die Trainingszeiten sind:

Herren:

dienstags ab 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr (Treffen 19:00 Uhr)

donnerstags ab 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr (Treffen 19:00 Uhr)

auf den Sportanlagen des MTV Heide (Am Sportplatz 1, Heide)

Bitte auf die veränderten Trainingszeiten in der Winterjahreszeit achten.

Interessierte sind herzlich eingeladen an einem Probetraining der Mannschaft teilzunehmen.

Natürlich freuen wir uns auch wieder über zahlreiche Zuschauer bei unseren Spielen!



Fußball Altliga

Spartenleiter: Horst Wilke

MTV Heide Fußball-Altliga – Endlich wieder „Nachwuchs“

Nachdem die Mitgliederzahl der Altliga in den letzten Jahren bis auf wenige Ausnahmen stagnierte, durften wir in 2024 viele neue Mitglieder begrüßen. Das sorgte dafür, dass wir keinen Wettkampf absagen mussten und das Training immer sehr gut besucht war.

Wir heißen die „Neuen“ herzlich willkommen.

Auf die Anzahl der vereinbarten Wettkämpfe hatte dies zwar noch keinen Einfluss, aber das soll sich in 2025 ändern.

In 2024 hatten wir 10 Wettkämpfe vereinbart, wovon am Ende 8 stattgefunden haben.

Dabei haben wir kein Feldspiel verloren!

Die Absagen erfolgten ausschließlich durch die gegnerische Mannschaft.

Es wurden bei den Wettkämpfen insgesamt 31!!! Spieler eingesetzt.

Dabei haben Daniel Jenke und Stefan Karstens an allen Spielen teilgenommen und somit die meisten Einsätze zu verzeichnen. Auf den Rängen zwei und drei folgen



Kleinfeldturnier in Friedrichsholm

Marc Lehmann und Andre Wesemann (jeweils 7 Einsätze) sowie Jann Jacobs und Hans Jörg Dieg (jeweils 6 Einsätze).

Die beiden „Dauerspieler“ Daniel und Stefan bestritten dabei in 2024 jeweils Ihr 150. Altligaspiel, was auf der Jahreshauptversammlung der Altliga gewürdigt wurde.

Bei den Torschützen war Samuel Kashay mit 7 Treffern am treffsichersten.

Lars Gerlach und Andre Wesemann mit jeweils 5 Treffern, sowie Martin Zehm mit 4 Treffern erfolgreich.

Wie in jedem Jahr, spielten die Geselligkeit und der Zusammenhalt über alle Altersklassen eine große Rolle.

Bei den diversen Veranstaltungen ragten diverse Boule-Veranstaltungen, zwei Vergleichswettkämpfe im Skat gegen den ersten Heider Skatclub, das interne Skat- und Kniffelturnier und unsere Weihnachtsfeier heraus.

Zum Jahresabschluss schaffte es eine unserer Eisstockmannschaften unter die Besten 32 Mannschaften bei 160 Startern.

Jeder, der Lust am Kicken hat ist bei uns gerne gesehen und darf bei unserem Montagstraining gerne vorbeischaun.

WIR HABEN ALLES AUSSER SIE!

Wir stellen ein.

Ob erfahrener Profi, Quereinsteiger oder auf der Suche nach einer Ausbildung – bei uns finden Sie Ihren Platz!



Alle Informationen unter:
heide.shbb.de



SHBB | 
STEUERBERATUNG

SHBB Steuerberatungsgesellschaft mbH

Kanzlei Heide | Rungholtstr. 5a | 25746 Heide

HSV-Fußballschule beim MTV Heide

Vom 26.07. bis zum 30.07.24 durften wir insgesamt 80 Kinder im Alter von 6 bis 13 Jahren im Rahmen der HSV- Fußballschule auf unserem Gelände begrüßen.

Es ist immer wieder schön, wenn sich morgens nicht nur unser Fußballplatz in einen Trainingsplatz für die Kids verwandelt, sondern auch eine ganz besondere Atmosphäre herrscht. Aufgeregte Kinder, die voller Vorfreude auf die Trainingswoche auf unser Gelände kommen und motivierte Trainer, die gespannt sind, was diese Woche für Schützlinge auf sie warten.

Bei guten äußeren Bedingungen wurde täglich von 9:30 bis 15:30 Uhr ein lehr- und abwechslungsreiches Trainingsprogramm geboten. Die Kids wurden in kleinen Gruppen, die jeweils immer den Namen eines aktuellen HSV-Spielers trugen, von den Trainern Mika, Max, Constantin, Edson und Edrees motiviert und angeleitet. Natürlich alles immer unter den wachsamen Augen des Campleiters Dirk.

Dieses Jahr hat es sich der Leiter der HSV -Fußballschule Simon Köster nicht nehmen lassen, einmal persönlich vorbeizuschauen.

Da es teilweise sehr warm war, wurden immer wieder kleinere Trinkpausen eingelegt. Aufgrund des guten Wetters konnte dann auch das Mittagessen, welches von unserer Vereinsgastwirtin Christa Nordmann zubereitet wurde, draußen stattfinden.

Die Kinder wurden zu Beginn des Trainingslagers jeweils mit einem Trikot der HSV-Fußballschule, welches mit dem eigenen Namen beflockt war, einer Fußballhose und vielen weiteren HSV-Utensilien ausgestattet, was den Kindern ein Strahlen ins Gesicht zauberte.

Zum Abschluss des Camps gab es, unter Beobachtung vieler Eltern und Geschwistern, ein Miniturnier und auch das traditionelle Spiel Kinder gegen Trainer. Nach dem Turnier erhielt jedes Kind noch einen Pokal und ein HSV-Handtuch. Für zwei Kinder gab es noch eine besondere Überraschung, da sie am letzten Tag Geburtstag hatten. Beide erhielten jeweils eine HSV-Strandmuschel.

Der MTV Heide freut sich auf ein Wiedersehen der HSV-Fußballschule vom 01.09. bis 05.09.2025 in Heide auf dem MTV-Sportplatz und auf viele Kinder, die wieder viel Spaß beim Training haben.

Anmeldungen ab sofort unter: www.fussballschule.hsv.de – es sind noch einige wenige Plätze frei!



Gymnastik und Fitness

Spartenleiterin: Evelyn Solansky-Müller

Mit rund 30 unterschiedlichen Kursangeboten und Programmen sind wir nun im fünften Jahr in der Reha- und Gymnastikhalle für Euch da. Ausflüge ins Stadion und in die freie Natur inbegriffen. Sprichwörtlich von A-Z, Aero-Step bis Zirkeltraining.

Sich vom Alltag beim Sport erholen, mal alles geben, moderat trainieren oder sich entspannen und Ruhe finden, ist bei uns möglich. Auch zum Thema Gesundheit bieten wir Kurse an. An 11 Trainerinnen und Trainer, den Reha-Sport mitgerechnet, könnt Ihr Euch wenden.

Eine davon ist Dörthe, sie ist 2024 genau 30 Jahre beim MTV Heide als Sport- und Gymnastiklehrerin tätig. Viele lobende Worte zu diesem Jubiläum der engagierten Sportlehrerin fand unser Vorsitzender Detlef Waldmann bei der letzten Jahreshauptversammlung. Empathisch, kompetent und fröhlich sind die Markenzeichen von Dörthe.



Dörthe Otto

Seid September 2024 bereichert Regina Thede unser Angebot um das Thema Rücken. Wir freuen uns über die Ergänzung unseres Angebotes.

Auch im Bereich des Seniorensports gab es einen Wechsel. Besonders freuen wir uns, dass Telse Lütje wieder fit ist und zwei Kurse anbietet. Vielen Dank an Heinke Schneeberg und Norbert Staedt, die mit ihrer langen Erfahrung die Zeit überbrückt haben.

Monika Laska schreibt die Erfolgsgeschichte im Tanz weiter. Die Dancing Queens & Kings sind mit Elan dabei. Neben dem wöchentlichen Training runden Auftritte das Programm ab. Dabei übertragen die Queens & Kings ihre Begeisterung auf das Publikum. Daher haben wir eine neue Sparte „Tanzen“ gegründet (Seite 89).

Stephan Lorenz

**Informationen
zu unseren aktuellen Sportangeboten
in unserer neuen **MTV-App**
oder unter www.mtv-heide.de**

Unsere Trainerinnen und Trainer

Carmen Haucke
Silke Karstens
Stephan Lorenz
Lan Luu
Telse Lütje
Dörthe Otto
Evelyn Solansky-Müller
Regina Thede
Annett Helmcke

Anmeldung zu den Kursen und Informationen

carmen.haucke@gmx.de
0 48 04 / 1 81 38 14
0 48 1 / 7 34 87
0 152 059 225 96
0 48 1 / 6 19 58
0 48 32 / 5 53 97
RehaGym@mtv-heide.de
0 171 631 735 97
wolframannett@yahoo.de

Unser Angebot

Ausdauer und Kraft

Outdoor-Fitness-Studio beim MTV

Einmalig in unserer Region präsentiert sich auf dem MTV-Stadiongelände der Fitness-Parcours von Kuck Fitness.

Einige werden wahrscheinlich an die alten Zeiten des „Trimm dich Pfad“ erinnert wo die meisten Geräte die besten Zeiten hinter sich haben, und erleben jetzt eine Renaissance mit den neuen Trainingsgeräten.

Die Trainingsstationen sind so konzipiert, dass der Einstieg leicht fällt oder auch bis zum dynamischen Training genutzt werden können.

Ein gesundheitsförderndes Training im Freien, weit weg von klimatisierten, geschlossenen Räumen ist mehr denn je beliebt. Mit dem Parcours will der MTV-Heide, seinen Mitgliedern ein zeitunabhängiges und kostenfreies Angebot ermöglichen, um sich sportlich zu betätigen.

Einzelsportler oder Sportgruppen, der verschiedenen Sparten des MTV Heide, können hier ihrem Leistungsniveau individuell angepasst, ihr bisheriges Sportprogramm mit einem Kraft- und Ausdauertraining verbessern und ergänzen.

Der MTV-Heide bietet auf diesem Fitness-Parcours, Trainingseinheiten unter fachlicher Anleitung von **Evelyn** an.



Cross-Training

Ist ein betreutes und angeleitetes Krafttrainingsprogramm welches mit diversen „Freien Gewichten“, Kleingeräten und dem Körpereigengewicht durchgeführt wird. Ein effektives Ganzkörpertraining welches durch die komplexe Trainingsform und den funktionellen Trainingssegmenten für eine tolle Powerstunde sorgt.

Zielmuskulatur: Arme, Rücken, Bauch, Po, Beine

Im Sommer als Outdoor-Training im Hans-Ludwig-Ehrig-Stadion.

Trainerin: Evelyn

Montag 17:00 - 18:15 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Mittwoch 17:00 - 18:15 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle – Speziell für Einsteiger

Best Ager, Active Seniors

Aktiv 70 Plus – Kurs

Gesund und beweglich mit dem MTV Heide

Auch in Schleswig-Holstein ist der demografische Wandel angekommen. Schon jetzt leben 500.000 Menschen in Schleswig-Holstein, die über 60 Jahre alt sind. Das Referat Seniorensport im Landessportverband Schleswig-Holstein hat das Kursprogramm „AKTIV 70 PLUS“ entwickelt, das sich über mind. 10 Wochen, mit jeweils einer Übungseinheit über 60 Minuten, erstreckt.

Im Vordergrund steht die Schulung der Kraft, Balance, Koordination sowie Geselligkeit und Spaß. Einen Schwerpunkt stellt die Sturzprävention dar.

Wissenschaftliche Studien belegen, dass man durch Bewegung und Sport zur besseren Fitness und Gesundheit beitragen kann. Es ist nie zu spät mit der körperlichen Aktivität zu beginnen!

Der Kurs findet dienstags von 15:00 Uhr bis 16:15 Uhr unter der Leitung von Dörthe Otto, einer für diesen Kurs qualifizierten Trainerin, statt.

Keine Vereinsmitgliedschaft notwendig!

Anmeldung und Infos unter: 0 48 32/5 53 97

„Fitness für Senioren“ - Kurs

Aktiv zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden

Die Gymnastik für Ältere ist eine wunderbare Möglichkeit, deine körperliche und geistige Gesundheit zu fördern. Du verbesserst deine Beweglichkeit, kräftigst deine Muskulatur. Viele Übungen trainieren das Gedächtnis und die Konzentration. Die Übungen sind speziell auf Ältere ausgelegt, altersgerecht und abwechslungsreich. Die Übungen führen wir im Sitzen und Stehen durch, nutzen in jeder Übungsstunde andere Übungsmaterialien, wie Bälle, Tücher, uvm.



Gymnastik in der Gruppe bietet dir die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen. Wir freuen uns über jede neue Teilnehmer in unserer Runde

Trainerin: Silke

Montag um 14:00 - 14:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Gymnastik für Jedermann

In einer Gruppe von junggebliebene Seniorinnen und Senioren dreht sich alles um die Mobilisierung und Bewegung. Mit viel Spaß startet die Übungsstunde mit einer intensiven Erwärmung zu passender, flotter Musik. Im Hauptteil werden durch abwechslungsreiche und altersgerechte Übungen die Muskulatur gekräftigt und der Körper beweglich gehalten.

In dieser Stunde kommt auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

Trainerin: Telse

Dienstag 18:45 - 19:30 Uhr – Sporthalle Sophie-Dethleffs-Straße

„Fit ins Wochenende“

Freitag 17:45 - 18:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Gymnastik „Ladies“

Montags treffen sich die „Ladies“ - Frauen fortgeschrittenen Alters - in der Gymnastikhalle unter der Leitung von Dipl.-Sportlehrerin Carmen Haucke. Nach einer kurzen Aufwärmphase widmen wir uns abwechslungsreichen Mobilisations- und Kräftigungsübungen. Gleichzeitig stärken wir mithilfe von Gleichgewichts- und Dehnübungen die gesamte Muskulatur. Tipps für ein rückenfreundliches Alltagsverhalten und leichtes spielerisches Gehirnjogging dürfen nicht fehlen. Besonders wichtig ist uns allen der Spaß bei der Bewegung und natürlich am geselligen Miteinander. Bei uns wird viel gelacht!

In regelmäßigen Abständen werden zudem gemeinsame Aktivitäten wie, Radtouren, Theaterbesuche oder auch gemeinsame Essen unternommen.

Trainerin: Carmen

Montag 18:30 - 19:30 Uhr – Reha-und Gymnastikhalle



Die „Ladies“



**Schlosserarbeiten
Garagentore + Antriebe
Geländer + Treppen
Fenster + Türen
Stahlbau-Konstruktionen**

Spanngrund 11c

25746 Ostrohe

Tel: 0481 850 670

www.gewetzki.de

Seniorengymnastik „Fit im Sitzen“

Ein regelmäßiges, moderates Training ist ein Schlüssel für mehr Gesundheit und Lebensfreude. Mit Spaß und in geselliger Runde ist das in dem Kurs „Fit im Sitzen“ möglich. Speziell auf die ältere Generation ausgerichtete Übungen werden im Stehen und überwiegend im Sitzen ausgeführt.

Beweglichkeit, Kräftigung sowie Ausdauer stehen nach einer Mobilisierung im Mittelpunkt. Wobei neben Kleingeräten, wie Hanteln, auch mal ein Reiskissen zur Auge-Hand-Koordination zum Einsatz kommt.

Nicht vergessen werden die Kognitiven Fähigkeiten und zum Abschluss eine Entspannungsphase.

Geleitet wird das Training durch Stephan Lorenz, der die Gruppen im September 2024 von Heinke Schneeberg übernommen hat. Heinke war dankenswerter Weise für Telse Lütje eingesprungen. Stephan hat seine sportlichen Wurzeln in der Leichtathletik und ist seit über 40 Jahren Trainer beim MTV Heide.

Trainer: Stephan Lorenz

Mittwoch 9:00 Uhr, 10:00 Uhr und 11:00 Uhr
– Reha- und Gymnastikhalle



Zirkel-Training

Das Zirkeltraining kombiniert verschiedene Übungen für das Konditions- und Krafttraining. Die Übungen werden nacheinander an Stationen, die kreisförmig aufgebaut sind, absolviert. Je nach Ausführungsmodalität werden die Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit oder Schnelligkeit geschult. Unsere Übungen sind so ausgewählt, dass ohne übermäßige Ermüdung die Stationen gewechselt werden können. Die Stunde richtet sich an jung gebliebene Seniorinnen und Senioren.

Trainerin: Telse

Dienstag 18:00 -18:45 Uhr – Sporthalle Sophie-Dethleffs-Straße
„Fit ins Wochenende“

Freitag 17:00 -17:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Fitness und Gymnastik

Aero-Step – Kurs

Balance finden, Reaktion und Reflexe fördern

Aero-Step, ein aus 2 separaten Kammern bestehendes, mit Luft gefülltes Trainingsgerät, dass ein rücken- und gelenkschonendes Training ermöglicht.

Die Oberfläche besteht aus vielen kleinen Noppen, zur Durchblutungsförderung der Füße und Anregung der Fußreflexzonen. Durch dieses Gerät findet Ihr Balance und Koordination. Die Beweglichkeit und die Ausdauer verbessern sich. Die gesamte Muskulatur, insbesondere die tiefer gelegenen Muskeln werden gekräftigt und dadurch zusätzlich die Gelenke stabilisiert.

Es erwartet Euch ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining, Fitnesschoreografien nach Musik und Spaß.

Trainerin: Dörthe

Dienstag 18:00 - 18:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Bauch-Rücken-Training

Ein „Rundum-Training“ für deine gesamte Bauch-Rückenmuskulatur. Mit Variationen von klassischen und funktionellen Übungen werden gezielte Trainingsreize gesetzt und eine Verbesserung des eigenen Trainingsniveaus angestrebt. Mit Mobilisation und Dehnungssequenzen wird diese Stunde abgerundet.

Trainerin: Evelyn

Donnerstag 8:00 - 19:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle



Bodyforming**Bauch-Beine-Po**

Ein umfangreiches Kräftigungs- und Shapeprogramm für die körperformenden Muskelgruppen. Ein weiterer Fokus liegt auf der Grundspannung und Beckenboden-Muskulatur und rundet diese Trainingseinheit ab.

Trainerin: Evelyn

Montag 9:30 - 10:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Bodyforming**Gesäß-Rücken-Workout**

Eine gezielte Trainingssequenz für die Gesäßmuskulatur, mit Einsatz von unterschiedlichen Equipment und Gewichten. Diese Stunde ist eine schöne Erweiterung für deine Bewegungsroutine.

Trainerin: Evelyn

Donnerstag 10:00 - 11:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Faszien-Pilates-Flow

Pilates ist das perfekte Training für den ganzen Körper. Es formt die Figur, stärkt die Muskeln, verbessert die Haltung und schult die Körperwahrnehmung. Durch Einsatz der Hauptelemente der Dehn-Schwung und Feder-Übungen werden die Faszien ideal angesprochen.

Eine wohltuende Stunde für den gesamten Körper, mit angenehmen fließenden und dynamischen Bewegungsabläufen.

Trainerin: Evelyn

Freitag 10:30 - 11:15 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Joost Enrico Joost
Rechtsanwalt

Tätigkeitsschwerpunkte

- Familienrecht
- Mietrecht
- Arbeitsrecht
- Verkehrsrecht

Stiftstraße 3 · 25746 Heide
Telefon 04 81/82 86 98 28 · Telefax 04 81/82 86 98 29
rechtsanwalt-joost@gmx.de
www.rechtsanwalt-joost.de

Fitness Mix

Eine Powerstunde nach angesagter Musik. Für alle, die Spaß an Rhythmus und Bewegung haben. Sowie anschließend mit gezielten Übungen noch etwas für einen straffen Bauch, Beine, Po und einen starken Rücken tun möchten.

Wenn Ihr einen Bewegungsausgleich zu eurem anstrengen Arbeitsalltag sucht, dann seid Ihr in dieser Stunde genau richtig.

Trainerin: Dörthe

Mittwoch 9:45 - 10:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle



Auch außerhalb des Trainings wird die Gemeinschaft gepflegt. Weihnachtsfeier 2024 mit Dörthe.

Gymnastik „Forever Fit“

„Forever Fit“ hält was es verspricht. Ein abwechslungsreiches Training für Jung und Alt, für Sie und Ihn, für Anfänger und Fortgeschrittene. Für alle, die das „Alter überspringen“ wollen.

Spezielle Übungen für das Herz-Kreislaufsystem, um die Muskeln zu stärken, den Körper beweglich zu machen, aber auch um die Körperhaltung und Koordination zu verbessern.

Bewegung hält fit, komm und mach mit!

Trainerin: Dörthe

Mittwoch 8:45 - 9:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Körpererfahrung

Ganzheitliches Workout in dem Beweglichkeit, Kräftigung, Gleichgewicht und Koordination im Mittelpunkt stehen. Das Trainingsprogramm, mit Musik, dreht sich in erster Linie um das eigene Körpergewicht, es kommen aber auch gerne Kleingeräte zum Einsatz. Ursprünglich als ergänzendes Training im Laufbereich gedacht, steht dieser Kurs für alle Sportarten offen, besonders bei einseitigen Belastungen. Ob Ihr als Einstieg die ersten Hürden überwinden oder das Leistungsniveau erhöhen wollt, in diesem Kurs seid Ihr in einer lockeren Runde gut aufgehoben.

Die Doppelstunde geht mit einer Entspannungsphase, nicht nur wegen der etwas späteren Tageszeit zu Ende.

Trainer: Stephan Lorenz

Dienstag 20:00 - 21:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Rückentraining

Rückengerechtes Verhalten im Alltag

Mit diesem Kurs wird ein Bewusstsein für das rückenschonende Verhalten vermittelt.

Gleichgewicht und Koordination werden verbessert. Nach einer Erwärmung mit flotter Musik, kräftigen wir mit verschiedenen Sportgeräten die Muskulatur, dehnen und entspannen uns.

Trainerin: Regina

Mittwoch 15:00 - 16:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

„Starke Mitte“

Beckenboden-Bauch-Rückentraining, mal anders gedacht!

Abgeleitet vom „Core-Training“, wird in diesem Kurs die Körpermitte gestärkt. In diesem Kurs findest Du unterschiedliche Trainingsinhalte von Flexibar bis Tribeldance-Elementen.

Es werden regelmäßig neue Trainingsreize gelegt um eine gesteigerte Kontinuität zu erreichen. Mit einem abwechslungsreichen Programm, effektiven Halte- und Stabilisationsübungen und einer lockeren Atmosphäre, ist diese Stunde eine schöne Ergänzung für jegliche Sportarten oder zu bestehenden Fitnessseinheiten.

Trainerin: Evelyn

Montag 8:30 - 9:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Gesundheit/Reha-Sport

Bali- und Körpertraining

Der Bali Impander ist ein Herz-Kreislauf-Trainingsgerät mit einem Widerstand, der dem Wasser beim Schwimmen entspricht. Die Bali-Gymnastik ist ein leicht erlernbares Übungsprogramm.



Das Ausmaß des Bewegungsumfanges lässt sich jedem Leistungsstand anpassen und ist somit für jedes Fitnesslevel geeignet.

Die Wirkung des Trainings ergibt sich aus mehreren Faktoren:

- Verstärkung der Atemtätigkeit durch: Bewegungssynchrone Atemführung, bewusstwerden von Atemtiefe und Atemrhythmus wie Koppelung von Atmungstiefe und Bewegungsweite
- Aktivierung und Stabilisierung des Herz-Kreislaufsystems, verbesserte Sauerstoffversorgung und erhöhter Abtransport von Stoffwechselprodukten
- Mobilisierung der Wirbelsäule und der großen Gelenke
- Haltungsaufbau durch Kräftigung und Dehnung (Entspannung der Nackenmuskulatur, Kräftigung der Rückenmuskulatur)

Trainerin: Evelyn

Freitag 9:45 - 10:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Orthopädische Gymnastik

Die orthopädische Gymnastik fördert die Ausdauer, Kraft, Koordination und das Selbstbewusstsein. Sie zielt unter anderem auf die Verbesserung von Beschwerden und Erkrankungen im Schulter-, Rücken- und Hüftbereich ab sowie auf Funktions- und Aktivitätseinschränkungen.

Der Kurs am Donnerstag richtet sich speziell an unsere Senioren.

Trainerin: Evelyn

Montag 16:00 - 16:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Dienstag 9:00 - 9:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Donnerstag 9:00 - 9:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Präventiv-Gymnastik – Kurs

Fit werden und gesund bleiben! Dies ist das Motto des Kurses.

Ein ganzheitliches Bewegungsprogramm zur Kräftigungs- und Haltungsschulung, zur Verbesserung des Körpergleichgewichtes und der Koordinationsfähigkeit. Alles nach rhythmischer Musik unter fachkundiger Anleitung.

Trainerin: Dörthe

Montag 9:45 - 10:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Rücken-Fit – Kurs

„Trainiere mit und halte deinen Rücken fit“

Unter diesem Motto bietet dieses attraktive Vormittagsangebot, im Rahmen des Gesundheitssports, ein rückschonendes Ganzkörpertraining zum Aufbau und Erhaltung der Rückenmuskulatur und des gesamten Halte-, Stütz- und Bewegungsapparates.

Durch gezielte Übungen unter fachkundiger Anleitung wird die Körperhaltung, Koordinationsfähigkeit und Balance geschult sowie die gesamte Muskulatur gekräftigt, gedehnt und entspannt.

Ergänzend werden rückenbewusste Bewegungen des Alltags erlernt, wie z.B. rückengerechtes heben, tragen, hinsetzen und vieles mehr.

Trainerin: Dörthe

Montag 8:45 Uhr - 9:30 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

YOGA – Kurs

In diesem Yoga Kurs geht es um Gesundheit und Wohlbefinden für den ganzen Körper.

Ein ausgewogenes Programm aus Übungen zur Dehnung und Kräftigung der Muskulatur, sowie beruhigenden Atem- und Entspannungsübungen. Durch Achtsamkeit und bewusstes Üben erlernen die Teilnehmer Möglichkeiten zur Verbesserung ihrer Beweglichkeit und Entspannung. Besonders die Achtsamkeits- und Entspannungsübungen helfen eine größere Stressresistenz aufzubauen.

Dieses Angebot richtet sich an alle, die eine sanfte Form des Yoga bevorzugen und ist somit sehr gut für Einsteiger, ungeübte und auch ältere Menschen geeignet.

Trainerin: Dörthe

Montag 10:45 - 12:15 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Yoga – Kurs

Seit 2004 bieten wir mit Annett zwei Yogakurse am Dienstag an. Der erste Kurs ist für Einsteigerinnen und Einsteiger geeignet.

Gemeinsam werden Atem-, Körper- und Entspannungsübungen des Hatha-Yoga durchgeführt. Hatha-Yoga ist einer der ältesten und populärsten Stile. Mit Yoga wird das Bewusstsein zum eigenen Körper aktiviert. Wichtig ist allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Verbindung von Bewegung und Spaß.

Trainerin: Annett

Dienstag 15:15 - 16:15 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Dienstag 16:30 - 17:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Qi Gong – Kurs

Qi Gong ist ein wesentlicher Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin. „Qi“ bedeutet Luft und Lebensenergie. „Gong“ steht für Übung und Erfolg durch Üben und Kontinuität. Sanfte und fließende Körperbewegungen werden mit Atemübungen und Achtsamkeit vereint. Körper, Geist und Seele harmonisieren sich und werden gestärkt. Dadurch entsteht eine wohltuende innere Ruhe und nachhaltige Leichtigkeit. Du wirst spüren, dass dein Alltag gelassener und ausgeglichener wird.

Tauche ein in die Welt der 5 Elemente mit:

Trainerin: Lan

Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle



Nachdem unsere alte Bank vor unserer Reha- und Gymnastikhalle kaputt gegangen war und viele unserer Sportler dies bereuten, hatte Gerd Thiedemann aus der Gymnastikgruppe „Fit ins Wochenende“ eine tolle Idee. Er fragte bei seinen ehemaligen Chef Frank Schröder an, ob er bereit wäre eine neue Bank zu stiften. Seit dem Sommer ziert jetzt die neue Bank unseren Eingang zur Halle – wofür wir der Firma Schröder Bauzentrum sehr dankbar sind.

Step-Aerobic und Tanz

Step-Aerobic – Kurs

Zu den üblichen Bewegungsrichtungen, geht es bei diesen Kurs auch hoch und runter. Das höhenverstellbare Podest bietet dazu viele Möglichkeiten. Im Rhythmus flotter Musik, mit leicht erlernbaren Choreografien werden Ausdauer und Koordination trainiert.

Das Herz-Kreislaufsystem wird gestärkt und es ist ein spezielles Muskeltraining für Bauch, Beine und Po.

Trainerin: Dörthe

Dienstag 19:00 - 19:45 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle

Walking

Nordic Walking

Lymphtraining – Nordic Walking und Nordic Walking

Nordic Walking ist eine Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei Stöcken im Rhythmus der Schritte unterstützt wird. Es kann als Variante des Breitensports Walking angesehen werden. Neben der Bein- und Gesäßmuskulatur werden durch den Einsatz der Stöcke auch die Arm-, Schulter- und Rückenmuskeln trainiert.

Bitte eigene Nordic Walking Stöcke mitbringen oder im Kurs beraten lassen.

Der Montagstermin ist für Einsteigerinnen und Einsteiger und fortgeschrittenen Jahrgängen geeignet.

Trainerin: Evelyn

Montag 10:30 - 11:35 Uhr – Start im MTV Stadion, auf in die Natur

Mittwoch 16:00 - 17:00 Uhr – Start im MTV Stadion, auf in die Natur

Walking

Walking ist die sportliche Variante des Gehens. Wegen der relativ einfachen und gelenkschonenden Bewegungsausführung, der ausreichenden Trainingsreizsetzung bei gleichzeitig geringer Überlastungsgefahr ist das Walking ein „sanftes“ Ausdauertraining.

Walking verbessert die Körperhaltung und stärkt den gesamten Körper.

Das Training in der Natur und an der frischen Luft verbessert zudem die mentale Stärke, reduziert Stress und erhöht das allgemeine Wohlbefinden.

Trainerin: Evelyn

Freitag 8:30 - 9:45 Uhr – Start im MTV Stadion, auf in die Natur

Handball

Spartenleiterin: Anna Thomssen

Jugendwart: Sören Bröcker

Spartenbericht Handball 2024

Allgemein:

Das Jahr 2024 war ein besonderes für unsere Handballsparte: Mit stolzen 150 Kindern und Jugendlichen sowie ca. 30 Erwachsenen und 13 Mannschaften haben wir nicht nur ein beeindruckendes Wachstum erreicht, sondern auch ein starkes Gemeinschaftsgefühl geschaffen. Die Handballsparte des MTV Heide wächst von Jahr zu Jahr und dadurch wird der Verbund einer großen Handballfamilie immer größer. Die Kleinen sehen Vorbilder in den Erwachsenen und die Erwachsenen können ihre Erfahrungen als Trainer:in oder als Funktionäre weitergeben.

Ob bei spannenden Wettkämpfen, mitreißenden Trainings oder gemeinsamen Events – das Engagement aller Beteiligten, von den Jüngsten bis hin zu den Trainer:innen und Ehrenamtlichen, hat unser Vereinsleben lebendig und erfolgreich gestaltet. In diesem Bericht blicken wir stolz auf ein ereignisreiches Jahr zurück, das von sportlichen Erfolgen, persönlichen Entwicklungen und vielen unvergesslichen Momenten geprägt war.

Vielen Dank an Alle, die sich für unsere Handballsparte engagieren!



Das Team hinter dem Team im MTV Heide Handball zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Das Team hinter dem Team, hat auch in diesem Jahr wieder Großartiges auf die Beine gestellt. Hier ein paar Einblicke in großartige Projekte:

Torballturnier (Blindenhandball)

Unser Angebot im Inklusionssport hat sich mittlerweile sehr gefestigt. So konnten wir am 28.04.2024 wieder ein Torballturnier ausrichten. Insgesamt 8 Jugendteams aus Schulen und Vereinen spielten in 20 Spielen Torball. Als besonderes Highlight gab es in diesem Jahr auch ein gesellte sich auch eine Erwachsenenmannschaft des MTV Heide unter die Bundesligisten FC St. Pauli und BSG Langenhagen. Allen Verantwortlichen und Teilnehmenden bereitete das Turnier wieder sehr viel Freude. Das 3. MTV Heide Torballturnier findet am 27.04.2025 statt.

Möwen-Cup

Der MTV Heide hat es im Sommer 2024 geschafft, Ausrichter eines großen Jugendturniers zu sein. Der erste **Möwen-Cup** war ein voller Erfolg und lockte an zwei spannenden Turniertagen insgesamt 26 E- und D Jugendmannschaften (männlich, weiblich) aus verschiedenen Vereinen aus ganz Norddeutschland zu uns. In einer mitreißenden Atmosphäre zeigten die jungen Handballer*innen, was sie draufhaben, und sorgten für spannende Spiele, die von Einsatzfreude, Fairness und Teamgeist geprägt waren.

Neben den sportlichen Höhepunkten sorgte ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für zusätzliche Unterhaltung. Eine Tombola, ein Verkauf von Intersport Ramelow und Verpflegungsstände mit Hilfe von Eltern mit selbstgebackenem Kuchen, Brötchen und Getränken machten den Möwencup zu einem rundum gelungenen Event, bei dem das Gemeinschaftsgefühl und der Spaß an erster Stelle standen.

Nach diesen zwei erfolgreichen Tagen steht das Datum für den 2. Möwencup fest. Wir freuen uns auf ein großartiges Turnier am 28. und 29.06.2025.

Kinder Handball Spielleiter

Im Rahmen des Möwen Cups starteten wir ein Pilotprojekt, namens Kinder Handball Spielleiter. Wie der Name verrät, geht es hierbei um die Ausbildung junger Schiedsrichter:innen. Ziel ist es, junge Spieler:innen an die Pfeife heranzuführen und langfristig als Schiedsrichter:in zu gewinnen.

5 Jungs und Mädels aus den vereinseigenen D-Jugend Mannschaften wurde unter der Leitung von Patrick Setter (Leiter Organisation Schiedsrichterwesen im HVSH) und erfahrenen Schiedsrichter:innen aus dem MTV Heide in E-Jugend Spielen auf dem Möwen Cup eng begleitet. So konnten die jungen Schiris erste praktische Erfahrungen sammeln.

Dieses Projekt hat sich als sehr gut befunden und wird in Zukunft weitergeführt.

Fotoshooting mit Fotograf Kai Westensee

Dass die Handballsaison nach der Sommerpause endlich wieder los geht, zeigt sich spätestens an dem Tag, an dem die Mannschaftsfotos geschossen werden. Auch in diesem Jahr wurde wieder ein Fotoshooting mit unserem MTVer Kai Westensee durchgeführt. Es zeigt sich, wie wertvoll es ist, solche Mannschaftsfotos, wie auch in diesem Berichtsheft aufzufinden, zu haben. Die Bilder werden für die unterschiedlichsten Zwecke verwendet und stärken das Gemeinschaftsgefühl und unterstützen die begeisterte Kommunikation unserer Handballsparte nach außen.

Neue Trainingsanzüge

Die Handballsparte tritt seit der Saison 2023/2024 in einheitlichen, neuen Trikots auf. In diesem Jahr ist es uns gelungen, neue Trainingsanzüge für die Mannschaften Trainingsanzüge für die Mannschaften zu beschaffen. Produziert wurden diese von unserem Ausrüster INTERSPORT Ramelow.

Um diese Trainingsanzüge zu finanzieren konnten viele neue Sponsoren gewonnen werden. Wir danken herzlichst: *MAN Schmidt, Küstenrad, Autofachwerkstatt Westerweck, Vita Care – Seniorenresidenz, B+T Versicherungsmakler, Stadtwerke Heide, AWD Dithmarschen, Diskothek Tiebensee, Küstenberater*

Kooperation Grundschule Lohe-Rickelshof & Grundschulhandballaktionstage

Gemeinsam mit der Grundschule Lohe-Rickelshof haben wir auch im Jahr 2024 unsere Kooperation fortgeführt. Dabei boten wir im Zusammenspiel mit der Ballschule SH eine wöchentliche AG im offenen Ganztags an. Aus dieser AG kommen diverse Kinder, die auch im Verein Mitglied wurden und Handball in den verschiedenen Mannschaften spielen.

Des Weiteren führten wir auch im Jahr 2024 wieder drei Handballaktionstage an den Grundschulen Lohe-Rickelshof, Klaus-Groth und Lüttenheid durch und konnten erneut einige Kinder für den Handballsport begeistern. Es zeigt sich für uns, wie wichtig die Zusammenarbeit mit Grundschulen ist und das Handball, ist man erst einmal herangeführt worden, einen schnell in seinen Bann zieht und Begeisterung auslöst.

Möwenschnack:

Zur Saison 2024/2025 haben wir uns dazu entschieden wieder eine Hallenzeitung für die Handballsparte zu erstellen. Der Möwenschnack erscheint quartalsweise und informiert Interessierte, Eltern und Fans über die aktuellen Neuigkeiten in der Handballsparte. Hinzu haben Sponsoren die Möglichkeit Anzeigen zu schalten und sich einem breiten Publikum vorzustellen.

Aus den Mannschaften:

Damen

Trainerin: Daniela Becker, Nancy Gruner

Nach dem Abstieg unserer 1. Damen aus der 3. Handballbundesliga, startete im Jahr 2024 keine Mannschaft im Damenbereich.



Die neuen MTV-Damen als KI-Foto (Foto: Künstliche Intelligenz)

Unsere Spartenleitung hatte sich trotzdem zur Aufgabe gemacht, einen Plan für eine Reaktivierung einer Damenhandballmannschaft zu schmieden. Dieser Plan ist zum Ende des letzten Jahres erfolgreich gestaltet worden, sodass die Reaktivierung im Jahr 2025 nun mit einer Freizeitmannschaft gestartet ist und seitdem gut angenommen wird. Wir sind voller Zuversicht, dass zeitnah wieder eine Mannschaft auch im Spielbetrieb auf Torjagd gehen wird und wir den Erwachsenenbereich komplettieren können.

Der MTV Heide sucht:

Übungsleiter und Trainer

Bei Interesse meldet Euch
bitte in der Geschäftsstelle
oder bei den jeweiligen
Spartenleitungen



Herren

Trainer: Ingmar Groksch

Mit dem Ende der Saison 2024/25 endete die Handballspielgemeinschaft zwischen dem MTV Heide und dem TSV SR Schülup nach 5 Jahren. Beide Vereine einigten sich darauf in Zukunft wieder getrennte Wege zu gehen. Die Spielzeit konnte mit einem beachteten 2. Platz in der Kreisliga Dithmarschen/Steinburg abgeschlossen werden.



Die MTV Heide Herren zu Beginn der Saison 2024/2025. (Foto: Kai Westensee)

Zur Saison 2024/2025 startete endlich wieder ein Team für den MTV Heide. Die Mannschaft befindet sich gerade in der Aufbauphase, erste Erfolge konnten gefeiert werden. Zurzeit belegt die Mannschaft in einer ausgeglichenen Liga einen Mittelfeldplatz.

Alt-Herren:

Trainer: Ulf Piascheck

Bei unseren Alt-Herren treffen sich wöchentlich erfahrene MTV-Handballer, um gemeinsam Sport zu treiben und Geselligkeit zu genießen. Interessierte sind jederzeit herzlich willkommen. Trainiert wird Donnerstagabends, wie bei Handballern häufig geliebt, insbesondere mit einer gelben Filzkugel am Fuß.

Aus den Jugendmannschaften:

Der Jugendhandball im MTV Heide entwickelt sich weiterhin sehr positiv. Viele Kinder und Jugendliche aus Heide und den umliegenden Gemeinden strömen zu den Trainingszeiten in die Heider Sporthallen. Dabei konnten wir zur Saison 2024/2025 insgesamt 7 Mannschaften im Spielbetrieb und 4 im Turnierbetrieb in Dithmarschen etablieren.



Die Handballsparte im MTV Heide im Jahr 2024 (Foto: Kai Westensee)

Die motivierten und engagierten Jugendtrainer:innen leisten einen großartigen Job und lehren den Kindern unseren geliebten Ballsport - so entwickeln sich insbesondere die Saisonspiele & Turniere zu richtigen Handballfesten.

Eine engagierte Elternschaft aus allen Mannschaften unterstützt die Verantwortlichen in allen Bereichen sehr. Dieses Engagement ist hoch anzurechnen und trägt zur erfolgreichen Entwicklung des Jugendhandballs erheblich bei. Der Trainings- und Spielbetrieb im Jahr 2024 gestaltete sich wie folgt:

Miniminis:

Trainer:innen: Torsten Jasper & Marisa Horns



Die Minimins zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Bei den Minimins erlernen unsere jüngsten Handballer:innen im Alter zwischen 3 und 5 Jahren spielerisch den Umgang mit dem (Hand-)ball. Unter großem Einsatz für die Kinder gestaltet Torsten mit Unterstützung motivierter Eltern ein buntes Training, bei dem erste Bewegungsabläufe erlernt und ein Gemeinschaftsgefühl entwickelt wird.

Sehr erfreut sind wir über die aktuell rund 15 Kinder, die die Mannschaft der Minimins bunt und lebendig werden lassen.

Minis:

Trainer:innen: Arne Ziemer, Marisa Horns, Patrick Wittern



Die Minis zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Die Minis sind das Herzstück des Jugendhandballs. Im MTV Heide erlernen zurzeit rund 25 Kinder in gemischten Mannschaften im Alter zwischen 6 und 8 Jahren spielerisch erste Handballformen. Neben vielfältigen Trainingseinheiten werden auf verschiedenen Turnieren im ganzen Kreisgebiet erste Erfolgserlebnisse gesammelt. Spiel und Spaß stehen hier aber ganz klar im Mittelpunkt.

Besondere Highlights waren insbesondere unsere Heimturniere im Sportzentrum Heide Ost im Frühjahr und Herbst 2024, zu denen zahlreiche Mannschaften aus ganz Dithmarschen anreisten.

Maxis:

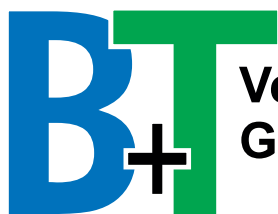
Trainer:innen: Thomas Timm, Ines von Engelhardt



Die Maxis zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Anfang 2024 konnten wir ein neues Angebot im MTV Heide etablieren. In den Maxis spielen alle Kinder eines Jahrganges Handball, die in der kommenden Saison in der Spielbetrieb der E-Jugend übergehen. Besonders erfreut sind wir, dass wir in Thomas und Ines zwei sehr erfahrene und engagierte Trainer:innen gewinnen konnten. Die Entwicklung in den Maxis ist als ein großes Highlight in der Sparte zu sehen. So spielen aktuell 30! Kinder des Jahrgangs 2016 in den Maxis. So viele Kinder eines Jahrgangs sind eine großartige Grundlage für den Spielbetrieb im Kinder- und Jugendhandball. Die weibliche und männliche Jugend E freuen sich, wenn alle Kinder ab Ostern sehr gut ausgebildet und für den Handballsport begeistert in den Spielbetrieb einsteigen.

Besondere Highlights für die Maxis waren insbesondere die Spielserie im Frühjahr 2024 und die gemeinsamen Turniere mit den Minis im Kreis Dithmarschen.



Versicherungsmakler
GmbH



das plus mehr...



Nien Damm 15
25782 Tellingstedt
Tel. 04838-99280-10



**Wir stehen nicht
nur im Sport an
ihrer Seite!**

gut beraten - gut versichert - gut betreut

Weibliche Jugend E:

Trainerinnen: Anna Thomssen und Lea-Marie Gawlik

Für die Saison 2024/2025 konnten wir wieder eine weibliche Jugend E für den Spielbetrieb in der Kreisliga Dithmarschen melden. Nach einer erfolgreichen Hinrunde konnte die Mannschaft die Saison auf einem beachtlichen 2. Platz beenden, sodass sich das Team für den A-Pokal qualifizieren konnte. Dieser wird gemeinsam mit dem KHV Steinburg ausgetragen. Zum Jahreswechsel 2024/2025 übernehmen Thomas Scholz und Joachim Kring das Team.



Die weibliche Jugend E zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Männliche Jugend E:

Trainer: Sören Bröcker, Henry Gariev und Sven Becker

In der Saison 2023/2024 konnten wir wieder eine männliche Jugend E im Spielbetrieb für die Kreisliga Dithmarschen melden. Die Saison beendete das Team auf dem 4. Platz.



Die männliche Jugend E zum Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

In der Saison 2024/2025 konnte die Mannschaft noch einmal einen großen Mitgliederzuwachs verzeichnen, sodass mittlerweile 18 Jungs in der männlichen Jugend E trainieren. Durch kontinuierliches Hinzukommen von neuen Spielern stand zunächst die Formung der Mannschaft als Einheit im Vordergrund. Die spielerische Entwicklung der Mannschaft folgte nach und nach. Mittlerweile konnte die Mannschaft auch erste spielerische Erfolge feiern.

Weibliche Jugend D:

Trainerinnen: Ann-Kathrin Peters, Timo Vennewald



Die weibliche Jugend D zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

Für die Saison 2024/2025 konnten zwei D-Jugendmannschaften im Spielbetrieb in der Kreisliga Dithmarschen gemeldet werden. Alle Mädels dieser Trainingsgemeinschaft aus zwei Mannschaften entwickeln sich durch das fachlich sehr gute Training von Trainerin Annka hervorragend. Die Spielerinnen sind technisch schon sehr gut ausgebildet, was sich auch in der Tabelle widerspiegelt. Beide Mannschaften sind ungeschlagen durch die Hinrunde gegangen. Als Leistungsmannschaft geht der weibliche D-Jugend Bereich voran. Das Trainerteam ist weiterhin sehr stolz auf die Entwicklung jeder Spielerin und freut sich auf alle weiteren Entwicklungsschritte und Erfolge in der Zukunft. Sehr erfreut können wir darüber sein, dass in Defne Cimen, Femke Krahn, Johanna Macke, Enna Peters, Mia Sophie Ehlers und Selina Vangerow sechs Spielerinnen in die Dithmarscher Kreisauswahl berufen wurden.

Männliche Jugend D:*Trainer: Jörg Thomssen & Sören Bröcker*

Die männliche Jugend D zu Beginn der Saison 2023/2024 (Foto: Kai Westensee)

Für die Saison 2024/2025 konnten auch im männlichen Bereich zwei D-Jugend Mannschaften für den Spielbetrieb in der Kreisliga Dithmarschen gemeldet werden. Eine der D-Jugendmannschaften erfreut sich über einen tollen 1. Platz in der Hinrunde und eine Qualifikation für die Rückrunde im A-Pokal. Mittlerweile spielen und trainieren 18 Jungs in beiden Mannschaften. Die Trainer sind sehr zufrieden über die aktuelle Entwicklung und freuen sich über den großen Zuspruch für diese Mannschaft. Auch technisch hat sich die Mannschaft in den letzten Monaten stark weiterentwickelt, so dass sich eine sehr positive Zukunft abzeichnen lässt.

Sehr erfreut können wir darüber sein, dass mit Emil Sothmann, Mats Teckenburg, Wilko Tongers und Ole Gruner vier Spieler in die Dithmarscher Kreisauswahl berufen wurden.

Männliche Jugend C:*Trainer: Malte Radmer, Heiko Sothmann*

Die männliche Jugend C zu Beginn der Saison 2024/2025 (Foto: Kai Westensee)

In der Saison 2024/25 konnte erstmals wieder eine männliche C-Jugend im Spielbetrieb starten.

Der junge und dünnbesetzte Kader aus 7 C-Jugendlichen hatte in der Hinrunde mit Herausforderungen zu kämpfen. Die unterschiedlichen Leistungsniveaus der Mannschaften sorgten dafür, dass unsere Jungen oft hohe Niederlagen in Kauf nehmen mussten.

Das Trainerteam entschied aus diesem Grund die C-Jugend für die Rückrunde abzumelden, um den Jungs die Freude am Handballspielen in der D-Jugend wieder zu vermitteln. So können sich die Jungs noch ein halbes Jahr in einer AK-Mannschaft entwickeln, um dann in der kommenden Saison wieder als C-Jugend Mannschaft angreifen zu können.

Sehr erfreut können wir darüber sein, dass Kaan Cinem und Lasse Krüger zwei Spieler in die Dithmarscher Kreisauswahl berufen wurden.

Inklusionshandball (Torball):

Trainer: Sören Bröcker & Anita Triller

Wir freuen uns sehr, dass wir seit Herbst 2024 ein permanentes inklusives Handballangebot anbieten können. Hierbei liegt unser Fokus beim Torball (Blindenhandball), zu dem sich 2x im Monat eine Gruppe aus rund 14 Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen trifft, um gemeinsam Sport zu treiben. Eine Einladung des FC St. Pauli zu einem gemeinsamen Weihnachtsturnier war für alle ein besonderes Highlight zum Jahresende.



Das Torballteam zu Beginn der Saison 2024/2025. (Foto: Kai Westensee)

Ausblick 2025:

Ein spannendes und motivierendes Jahr 2024 liegt hinter der gesamten Handballsparte. Besonders von dem Zuwachs in allen Bereichen werden wir im Jahr 2025 zehren und unseren nachhaltigen Wachstumskurs versuchen beizubehalten, um weitere Mannschaften im Spielbetrieb etablieren zu können. Für die Saison 2025/26 ist zum einen eine neue C-Jugend Mannschaft im weiblichen Bereich geplant, die hohe Ambitionen mit der Oberliga-Quali verfolgt. Zum anderen ist ein Start im Ü33 Turnierbetrieb der neuen Damenmannschaft das Ziel, um eine erste Grundlage zu schaffen, um unseren Mädels in ein paar Jahren den Einstieg in eine Damenmannschaft zu ermöglichen. Wir freuen uns, dass wir in das Jahr 2025 mit einer höheren Mannschaftsstärke, zusätzlich dazugewonnen Trainer:innen, Schiedsrichter:innen und einem größeren Funktionsteam gehen können und damit unserem Ziel, ein durchgängiges Handballangebot von Minis bis Erwachsenen zu schaffen, weiter näherkommen.

#MTVdankEuch

Herzlich eure Anna Thomssen & Sören Bröcker



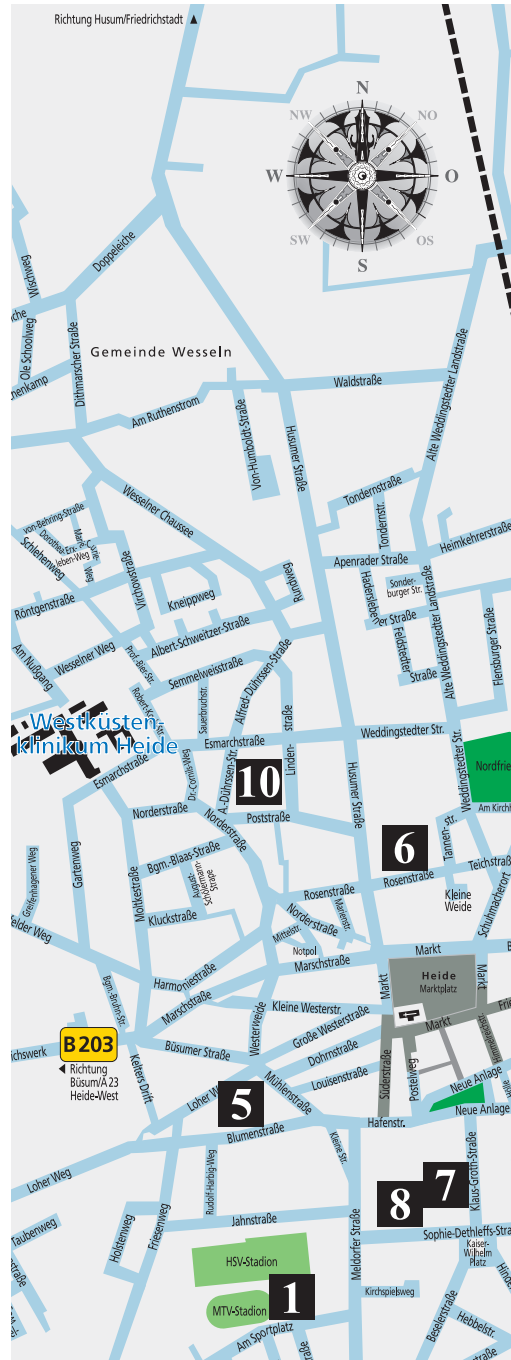
- Dachdeckerei
- Klempnerei
- Zimmerei

Heide 68 40 50
www.kardell-sothmann.de

Sportstätten des MTV Heide

- 1 Hans-Ludwig-Ehrig-Stadion
Reha- und Gymnastikhalle
MTV Heide
Am Sportplatz 1
- 2 Helmut-Lanzke-Halle
Bürgermeister-Vehrs-Straße
- 3 Schulzentrum Heide-Ost
Friedrich-Elvers-Straße
- 4 Sporthalle der Kreisberufsschule
Rungholtstraße
- 5 Julius-Franck-Halle
Loher Weg
- 6 Sporthallen des
Werner-Heisenberg-Gymnasiums
Rosenstraße

Sporthallen der
Klaus-Groth-Schule
- 7 Klaus-Groth-Straße
- 8 und Sophie-Dethleffs-Straße
- 9 Heider Wasserwelten
Landvogt-Johannsen-Straße
- 10 Jugendherberge
Lindenstraße
- 11 Kreistannen



Judo

Spartenleiter: Gerhard Raßloff



Judo – Mach einfach mit!

Judo ist ein faszinierender und vielseitiger Sport:

Wir bieten Spaß am Zweikampf, Techniken zum Selbstschutz und zur Selbstverteidigung sowie Körpergefühl und Fitness. All dies bietet unsere Judo-Abteilung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene jeden Alters an. Nach dem Prinzip von Prof. Jigoro Kano, dem Begründer des Judo „des gegenseitigen Verstehens und Helfens“.

Wir werden auch in diesem Jahr wieder jedem jederzeit die Möglichkeit geben mit dem Judo-Sport zu starten. Komm einfach vorbei und mach mit!

Spielerisch für unsere Kleinen ab 6 Jahren und disziplinierter für die Größeren wurden Falltechniken sowie erste Stand- und Bodentechniken erlernt. Dabei sind uns der freundschaftliche, faire und respektvolle Umgang miteinander besonders wichtig. In ersten Randoris (Übungskämpfe) wurden dann auch schon die ersten erlernten Judo-Techniken ausprobiert. Die am Wettkampf interessierten Aktiven konnten auf Trainingswettkämpfen mit befreundeten Vereinen erste Kämpfe für sich entscheiden und gehen motiviert in die nächsten Runden.

Am Anfang unserer Trainingsstunden stehen ein Aufwärmprogramm aus altersgerechter Gymnastik mit viel Spiel und Spaß, Ausdauertraining und Krafttraining. Dabei ist unser Training so angelegt, dass es für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Alter von 6 Jahren bis ins hohe Alter auch für Anfänger und Wiedereinsteiger gut geeignet ist.

Zur Freude unseres Trainers, aller Aktiven, Eltern und Helfer konnten auf unserem Weihnachtsturnier die ersten Urkunden und Pokale und nach erfolgreicher Prüfung der nächsthöhere Gürtel in Empfang genommen werden.

Wer Lust hat und mit trainieren möchte, ist herzlich eingeladen sich Montags um 16:00 Uhr in der alten Realschulturnhalle in der Klaus-Groth-Straße zu einem Probetraining zu melden. Mitzubringen sind eine große Portion Vorfreude aufs erste Judo-Training und „robuste“ Sportkleidung. Ihr seid herzlich willkommen !

Karate

Spartenleiter: Dr. Malte Lorenz

Jahresbericht 2024 – Karate-Sparte des MTV (Dr. Malte Lorenz)

Das vergangene Jahr war ein intensives und erfolgreiches Trainingsjahr für die Karate-Sparte des MTV. Mit Engagement und Gemeinschaftssinn haben wir stetig an unseren Fähigkeiten gearbeitet und uns weiterentwickelt.

Unser Fokus lag auch 2024 auf den fundamentalen Elementen des Karate: Kihon, Kata und Kumite.

- Kihon: Die Grundlage unseres Karate wurde durch gezieltes Techniktraining gefestigt. Präzise Ausführungen sowie kontrollierte und kraftvolle Bewegungen standen im Mittelpunkt.
- Kata & Bunkai: Neben dem Erlernen und der Verbesserung verschiedener Kata vertieften wir unser Verständnis für deren Anwendung in der Selbstverteidigung (Bunkai).
- Kumite & Pratzentraining: Durch Partnerübungen verbesserten wir unser Timing, unsere Reaktionsfähigkeit und Kampfdistanz. Die Integration von modernem Pratzentraining half uns, Schlagkraft und Schnelligkeit weiter zu steigern.



Ein besonderer Höhepunkt war unser Karatelehrgang im April 2024, organisiert von Prof. Dr. Rainer Veyhl in Zusammenarbeit mit dem Landes-Karate-Verband Schleswig-Holstein. Unter der Leitung von Rolf Lahme (8. Dan, Präsident des Verbandes) und Prof. Dr. Rainer Veyhl (5. Dan) trainierten Karateka aus ganz Schleswig-Holstein gemeinsam. Der Lehrgang bot eine intensive Auseinandersetzung mit verschiedenen Kumite-Formen sowie der Kata Chinte und deren Anwendungen in der Selbstverteidigung. Diese Veranstaltung war nicht nur eine wertvolle technische Erfahrung, sondern auch ein großartiges Gemeinschaftserlebnis.

Mit Stolz blicken wir auf unsere Fortschritte zurück und freuen uns auf ein weiteres Jahr voller neuer Herausforderungen und spannender Trainingsmomente. Unser Ziel bleibt es, Karate als vielseitige Kampfkunst zu fördern, die sowohl körperliche als auch mentale Stärke entwickelt.

Wir laden alle Interessierten ein, sich uns anzuschließen und Karate selbst auszuprobieren. Ob Anfänger oder Fortgeschrittener – bei uns ist jeder willkommen! Osu! – Auf ein weiteres gutes Jahr!



Lauf- und Walkingtreff

Spartenleiter: Matthias Wecke

Der Lauftreff in 2024 mit einigen Erfolgen

Das Laufjahr begann ganz traditionell mit der Crossserie mit den Läufen in Weddingstedt, Nordhastedt und in Burg. Hier starteten einige MTVler. Hauptsächlich sind die jüngeren Jahrgänge bei diesen Veranstaltungen meist stark vertreten.

Zwischen März und Oktober fand die 32. Auflage des Dithmarschencups statt. Diese Serie umfasst mittlerweile 11 Läufe. Hier konnten wir immer wieder gute Platzierungen unserer Sportler bestaunen. Am Ende waren sogar erste Plätze bei der Siegerehrung im November in Büsum zu vermelden. Pia Judt aus der Altersklasse W. Jugend U 14/16 und Joachim Kring aus der Altersklasse M 40/45 konnten den Altersklassensieg für sich beanspruchen. Beide haben an allen 11 Veranstaltungen teilgenommen und sammelten über das Jahr 204 bzw. 194 von 220 möglichen Punkten. Line Tuxen konnte sich den 3. Platz in der AK W 12 und jünger erlaufen. Sie nahm an 9 Läufen teil und brachte es auf 158 Punkte.



Bei den Landesmeisterschaften in Flensburg am 1. September im Halbmarathon gingen für den Verein 3 Männer an den Start. Matthias Wecke belegte im Feld der Männer den 22. Platz. Christian Witt den 27. Platz im Einlauf. Jan-Hendrik Ingwersen aus unserem Verein belegte in einer anderen Wertung den 31. Platz bei den Männern.

Eine sichere Urkunde erhalten unsere Läufer auch meist bei den Crosslauf-Meisterschaften des Landes SH im Dezember in Bad Schwartau. Hier konnten 2. und 3. Plätze erreicht werden. In diesem Jahr mit den Läufern Eberhard Schauwienold, Thorsten Karstens und Jens Peters.

So vielfältig, ambitioniert und aktiv wie du:

Deine Ausbildung bei **frauen**

Verkäufer*in (m/w/d)

- du lernst den Verkauf & alle Tätigkeiten im Einzelhandel kennen

Kaufmann*frau im Einzelhandel (m/w/d)

- du lernst den Verkauf sowie die Abläufe & Organisation der Geschäftsprozesse lernen

Handelsfachwirt*in (m/w/d) integriert

- du lernst alles rund um Verkauf, Strategien & Geschäftsprozesse kennen

Abiturienten-
Special



Fleischer*in (m/w/d)

- du produzierst, veredelst & verkaufst Fleischprodukte und -spezialitäten

Fleischerei-Fachverkäufer*in (m/w/d)

- du präsentierst die Produkte, bedienst & berätst unsere Kunden

Frischespezialist*in (m/w/d)

- neben der Ausbildung zum/zur Kaufmann*frau im Einzelhandel wirst du Expert*in im Frischebereich



Los geht's!

Bewirb dich jetzt:

- per Mail an karriere@edeka-frauen.de
- über die Website www.edeka-frauen.de



Leichtathletik

Spartenleiter: Jörg Driver

Die Leichtathleten des MTV Heide blicken auf ein sehr erfolgreiches Jahr 2024 zurück. So konnten die durch Corona entstandenen Lücken geschlossen werden, da gerade im Bereich U10 bis U14 viele Neuzugänge zu verzeichnen waren.

Insgesamt konnten 60 Medaillen bei Landesmeisterschaften errungen werden, darunter 31 Landesmeistertitel, 17 mal die Silbermedaille und 12 mal Bronze.



Emily Pioch

Bei den Norddeutschen Meisterschaften in der Halle und der Freiluftsaison kamen die Athleten des MTV Heide mit fünf Silber- und einer Bronzemedaille sechsmal auf das Treppchen.

Zudem errang Nuka Driver im Diskuswurf bei den Deutschen Winterwurfmeisterschaften mit 50,47m die Bronzemedaille.

Auf alle Medaillengewinner in diesem Artikel einzugehen würde den Rahmen dieses Jahrbuches sprengen, daher möchte ich exemplarisch für alle Athleten auf einige Leistungen aufmerksam machen.

So zeigen die Platzierungen beim Landesmeister Mannschafts Cup mit Siegen in den Altersklassen männliche U16 und U12, weibliche U16, sowie die Mix Frauen/Männer Mannschaft und ein zweiter Platz der weiblichen U12 welche geschlossene Mannschaftsleistung gezeigt wurde und wie breit die Leichtathletikabteilung aufgestellt ist.



LM Mannschafts Cup

Dies wird eindrucksvoll untermauert durch den zweiten Rang bei der Anzahl der Endkampfplatzierungen bei Landesmeisterschaften in den Altersklassen U12-U16. Hier konnte man sich von Platz sieben in 2023 auf die zweite Position hinter Rönneau in 2024 vorschieben – ein sensationelles Ergebnis. Betrachtet man die Erfolge über alle Altersklassen hinweg so konnten wir uns von Platz neun auf Platz sechs im Landesverband Schleswig-Holstein vorschieben. In den Landesbestenlisten des Jahres 2024 steht der MTV Heide sage und schreibe 36 mal auf Platz eins. In Anbetracht der Größe der Leichtathletikabteilung des MTV Heide ein bemerkenswertes Ergebnis und es zeigt, wie so oft in den vergangenen Jahren, dass das Leistungsniveau im Bezug auf die Anzahl der Jugendlichen im Vereinsvergleich sehr hoch ist. Man kann es fast schon so formulieren, wer sich den Leichtathleten anschliesst und mit etwas Ehrgeiz dabeibleibt, der wird durch die Trainer Inga, Jörg und Slawa mit hoher Wahrscheinlichkeit auch zu Erfolgen geführt.

Weitere Highlights waren sicherlich der Landesrekord der 4 x 100m Staffel der U16 in 44,82 sec, aufgestellt durch Mallach, Scheel, Schaal und Vieth.



Diese jungen Athleten konnten sich sowohl in der Staffel, als auch zum Teil in Einzeldisziplinen, so wie im Neunkampf für die Deutschen Meisterschaften qualifizieren. So verpasste Trainer Slawa mit seinen Athleten Scheel, Schaal und Vieth nur knapp eine Mannschaftsmedaille bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften.



Blumen,
Pflanzen
und Ideen...

**BLUMENHAUS
Wittmaack**

Blumenhaus Wittmaack oHG • Am Wasserturm
Brahmsstraße 26 - 28 • 25746 Heide

☎ 0481 - 53 04 📠 0481 - 824 80
info@blumenhaus-wittmaack.com

Auch der junge Ragnar Gronau, Altersklasse M11, macht dem Trainerteam Hoffnung für die Zukunft. So konnte der junge Athlet beim Fest der 1000 Zwerge in Hamburg, dem größten internationalen Leichtathletiksportfest für die jungen Jahrgänge den 50m Sprint der M 11 in 7,19 sec für sich entscheiden. Dies bedeutete nicht nur den Sieg, sondern auch eine neue Deutsche Bestleistung. Offizielle Rekordlisten werden in diesen Altersklassen noch nicht geführt. Ein weiteres Riesentalent im Sprint ist Eike Schaal, der in der M14 die 100m in 11,55 sec und die 80m Hürden in 11,68 sec zurücklegte.



Eike Schaal

Diese beiden Athleten zeigen, dass der MTV nicht nur „Mehrkampf“ kann, sondern auch immer wieder hervorragende Athleten in Einzeldisziplinen hervorbringt. Im Bereich Mehrkampf ist vor allem Magnus Vieth ein junges Talent, welcher in die Fußstapfen von Lennard Biere und Malik und Nuka Driver treten möchte. Neben mehreren Einzeltiteln und Mehrkampftiteln bei Landesmeisterschaften konnte Magnus auch bei der Deutschen Mehrkampfmeisterschaft sich unter den besten Zehn platzieren.



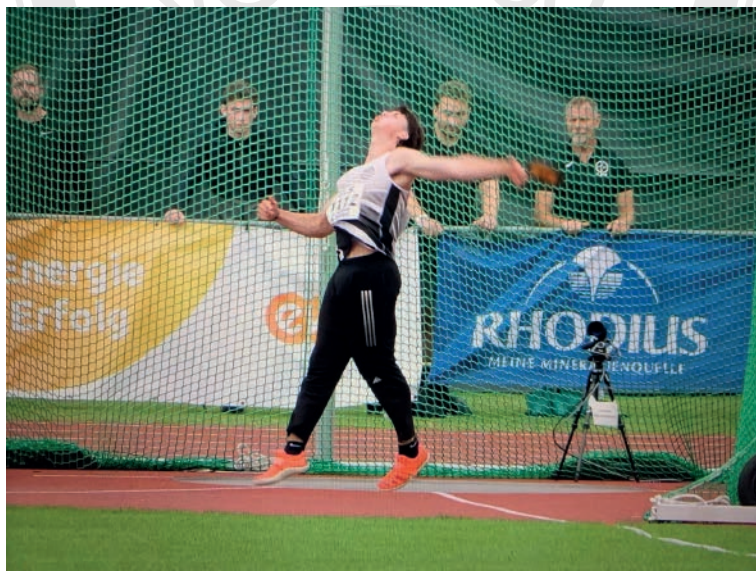
Magnus Vieth

Ein weiteres Beispiel dafür ist David Schillinger, der sich auf die 400m und 400m Hürden spezialisiert hat und im vergangenen Jahr bei den Norddeutschen Meisterschaften über 400m Hürden sich die Bronze Medaille sicherte.

Alles in allem zeigen diese Leistungen, dass die Leichtathletikabteilung die Corona Jahre gut überstanden hat und nicht nur das, sondern die Leistungsbreite, sprich die Anzahl der Medaillengewinner stark zugenommen hat und damit auch die Erfolgsbilanz der Abteilung.

Zum Abschluss sei erwähnt, man möge es mir als stolzem Vater nachsehen, ein großer Leistungsträger und sicherlich einer der erfolgreichsten Leichtathleten des MTV Heide den Verein zum Jahreswechsel in Richtung Hannover 96 verlassen hat. Nuka Driver, der seit nun mehr drei Jahren Mitglied des Bundeskaders Zehnkampf ist, hat in den vergangenen fünf Jahren für den MTV Heide zwei deutsche Meistertitel im Neun-, bzw. Zehnkampf errungen, dazu drei Silber- und zwei Bronzemedailen in Einzeldisziplinen bei Deutschen Meisterschaften. Hinzu kommen ein Titel als Norddeutscher Meister, viermal Silber und einmal Bronze. Neunzehnmal stand er bei Landesmeisterschaften ganz oben auf dem Treppchen. Dies alles ist auch ein wesentlicher Verdienst von Slawa Karsten, der mit Geduld, Behutsamkeit und fast väterlicher Fürsorge Nuka auch durch schwierige Zeiten mit Verletzungen, Corona und mangelhaften Trainingsmöglichkeiten gelotst hat und ihm den Weg aufzeigte.

Nuka hat sich nun nach dem Abitur der Zehnkampfgruppe bei Hannover 96 angeschlossen, um den nächsten Entwicklungsschritt zu tun und dies mit dem Studium zu kombinieren.



Moderne Selbstverteidigung

Spartenleiter: Hendrik Welk

Jahresbericht der Modernen Selbstverteidigung 2025

Die moderne Selbstverteidigung bekommt immer mehr Akzeptanz von den anderen Sportvereinen.

Als Kampfsportsystem hebt sich die moderne Selbstverteidigung von den klassischen Kampfkünsten und Kampfsportarten, wie Judo, Karate, Ju Jitsu etc. ab.

Wir orientieren uns nicht an traditionellen Stilrichtungen oder anderen Vorgaben.

Wir bedienen uns der Abwehrtechniken aus den klassischen Kampfkünsten und arbeiten diese Techniken in das System der Modernen Selbstverteidigung ein.

Natürlich haben wir auch eine eigene Dojo-Etikette und wir kennen die Fachbegriffe und japanischen Kommandos.

Somit finden wir uns schnell bei anderen Sportvereinen zurecht, wenn wir bei anderen Sportvereinen zu Lehrgängen eingeladen werden.

Wir richten allerdings auch selber Lehrgänge aus, um neue Referenten kennenzulernen und unsere Abwehrtechniken austauschen zu können. Jeder Sportverein fühlt sich bei uns wohl.

Die begeisterten Sportler der Modernen Selbstverteidigung sind oft in einer großen Anzahl bei den Lehrgängen vertreten und werden freudig erwartet.

Da sind nicht nur unsere Jugendlichen, die schnell Kontakt finden, sondern auch unser ältester Kämpfer Frank Weber, der mit 60 Jahren über die Matten springt.

Da staunt so mancher Karatemeister.



(Robert Mennenöh und Frank Weber beim Training)

Durch unseren Eifer, gepaart mit unserer Aufgeschlossenheit gegenüber neuen Techniken, bekommen die Trainer und Betreuer immer sehr positive Rückmeldungen von den anderen Vereinen.

Das geht sogar soweit, dass uns angeboten wurde eine Prüfung in einer anderen Kampfkunst abzulegen.

Alina Constabel trainiert schon seit vielen Jahren bei der modernen Selbstverteidigung. Sie wollte sich dieser neuen Herausforderung stellen.

Der Präsident der Shinzen-Ryu Organisation, Shihan Kai Thedens, hat die Prüfung von Alina Constabel persönlich abgenommen.

Für Alinas großartige Leistung wurde Alina Constabel mit dem 2. Kyu in Shinzen-Ryu Ju-Jitsu ausgezeichnet.



Aber nicht nur die Prüfung bei der Shinzen-Ryu Organisation war ein spannendes Erlebnis.

Auch bei unseren eigenen Gürtelprüfungen ist jeder wieder etwas über sich hinaus gewachsen. In den Wochen vor der Prüfung sind schon alle angespannt.

Jeder will seine Techniken noch etwas mehr optimieren um, bei der Prüfung zu glänzen.

Das harte Training hat sich schließlich wieder für alle gelohnt.

Neugierig geworden?

(Kai Thedens und Alina Constabel)

Dann komm uns besuchen. Einfach Sportkleidung mitbringen, mitmachen und sich auf das einlassen, was passiert.

Wir treffen uns jeden Donnerstag an der Turnhalle Schulzentrum Heide-Ost, Friedrich-Elvers-Straße.

Für die jüngeren Sportler geht das Training von 18:00 bis 19:00 Uhr und für die Fortgeschrittenen von 18:00 bis 20:00 Uhr.

Es ist egal ob jung (ab 8 Jahren) oder auch schon älter. Wir sind in allen Altersklassen vertreten, auch als Anfänger.

Ein wenig Fitness, Koordination und Geduld sollte man mitbringen.

Reha-Sport

Spartenleiterin: Evelyn Solansky-Müller



Herzlich Willkommen beim Reha-Sport!

Seit Januar 2015 bietet der MTV Heide Reha-Sport an.

Dörthe Otto, Evelyn Solansky-Müller und Natalie Tizziani sind als Sportfachkräfte für den MTV tätig und haben mit Ihrer Zusatz Qualifikation „Rehabilitationssport Orthopädie“ einen weiteren Schwerpunkt für den MTV-Heide setzen können.

Der Rehabilitationssport stellt eine ergänzende Maßnahme im Rahmen der medizinischen Rehabilitation dar, ist gesetzlich verankert und wird von den Rehabilitationsträgern finanziert.

Der **MTV Heide** ist Mitglied im Rehabilitations- und Behindertensportverband Schleswig-Holstein e.V.

Das Reha-Training findet in der Reha- und Gymnastikhalle des MTV Heide (Am Sportplatz 1) statt.

Anmeldungen und Fragen:

Die Reha Sprechstunde findet nach vorheriger telefonischer Anmeldung in der Geschäftsstelle des MTV Heide statt.

Wie funktioniert Reha-Training?

Empfehlung und Verordnung durch den Arzt

Ihr Arzt füllt ein Formblatt aus

Dieses Blatt geht ausgefüllt an die Krankenkasse

Ihre Kasse genehmigt das Training

Der Reha-Sport kann beginnen

Im Regelfall sind es 50 Einheiten, die in 18 Monaten aufgebraucht werden müssen.

Was kostet mich die Teilnahme?

Es fallen keinerlei Kosten an

Was mache ich, wenn die Verordnung abgearbeitet ist?

Dann kann man Mitglied im MTV Heide werden und zum Beispiel, an der orthopädischen Gymnastik teilnehmen oder einen anderen Kurs, von dem umfangreichen Sportangebot für sich entdecken.

Worauf ist der MTV Heide spezialisiert?

Orthopädie

Was für Trainingsmöglichkeiten bietet der MTV Heide an?

Es wird Krankengymnastik angeboten.

Funktionstraining (Gerätetraining) und **Aquafitness** bietet der MTV Heide **nicht** an.

Wer kann mitmachen?

Mitmachen können Patienten mit

Bandscheibenvorfall

Arthrose

Osteoporose im Rücken

Morbus Bechterew

Morbus Scheuermann

Hüftarthrosen

Hüft – TEP

Kniearthrosen

Knie – TEP

Krebserkrankungen

Sonstige



Johs. Klinger GmbH & Co. KG

Tel. (04 81) 85 60-0

Heizöl • Diesel • Flüssiggas



Was müssen Sie tun?

1. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ärztin.
Wenn der Arzt einverstanden ist, füllt er mit Ihnen einen Antrag aus: Der Antrag heißt Formular 56.
2. Die Kranken-Kasse muss prüfen, ob sie die Kosten bezahlen darf.
3. Wenn die Kranken-Kasse einverstanden ist, können Sie Reha-Sport machen.
Den Reha-Sport bezahlt dann die Kranken-Kasse.

Wie finden Sie eine Reha-Sport-Gruppe?

Unsere Vereine haben viele Reha-Sport-Gruppen. Nehmen Sie Kontakt zu unseren Landes-Verbänden auf. Die Landes-Verbände helfen eine Gruppe zu finden. Die Adressen stehen auf unserer Internet-Seite oder rufen Sie uns an.

Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany
– Im Hause der Gold-Kraemer-Stiftung –
Tulpenweg 2-4
50226 Frechen-Buschbell



Telefon: 02234-6000-0

Fax: 02234-6000-150



E-Mail: dbs@dbs-npc.de

Internet: www.dbs-npc.de



MTV von 1860 e.V. Heide
Am Sportplatz 1 · 25746 Heide

(Landesverbands- oder Vereinsstempel)

Bilder von: Reinhold Kasing © Mensch zuerst, inclusion europe,
Inspired Services Publishing.
In Leichte-Sprache geschrieben: Lebenshilfe Bremen e.V.



Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany

Sport-Entwicklung

Der Weg zum Reha-Sport

Eine Information für Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen

Ein Rat-Geber in Leichter Sprache



1. Auflage:
Stand: April 2012

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Arbeit und Soziales

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Rehabilitations-Sport

Sehr geehrte Patientin, Sehr geehrter Patient,

in diesem Heft steht,
was Reha-Sport ist
und wofür Reha-Sport gut ist.

Reha-Sport ist gut für Ihre Gesundheit.

Er hilft, dass es Ihnen besser geht.

Beim Reha-Sport treffen Sie
andere Menschen.

Sie bewegen sich, Sie machen Sport
und Sie spielen zusammen.

Reha-Sport ist

für Menschen mit Behinderung
oder mit Krankheit.

Er ist auch für Menschen,
die vielleicht eine Behinderung
bekommen.

In den Gruppen arbeiten Ärzte und
Übungs-Leiter.



Ziele vom Reha-Sport

Sie bekommen mehr Kraft
und halten länger durch.

Sie können sich besser bewegen.

Sie bekommen ein besseres Gefühl
für Ihren Körper.



Sie werden selbstbewusster.

Das ist besonders wichtig
für Mädchen und Frauen
mit Behinderung.

Wichtig ist:

Die Ziele vom Reha-Sport sollen
erreicht werden.

Was machen Sie beim Reha-Sport?

Sie treffen dort andere Menschen.
Die anderen haben auch
eine Behinderung.

Sie machen zusammen Reha-Sport.
Und Sie können über Ihre
Erfahrungen reden.

Wie groß sind die Gruppen?

In den Gruppen sind meistens
nicht mehr als 15 Menschen.
Die Gruppen machen
45 Minuten oder länger Reha-Sport.

Wie lange können Sie Reha-Sport machen?

Der Arzt entscheidet, wie oft
Sie Reha-Sport machen können.
Und wie lange Sie Reha-Sport
machen können.
Dabei hält der Arzt sich
an die Regeln vom Reha-Sport.



Schwimmen

Spartenleiter: Dirk Löbkens

Liebe Schwimmfreunde und Schwimmanfänger*innen,

das Schwimmjahr 2024 war wieder geprägt von vielen schönen und erfolgreichen Ereignissen. Neben Spaß und Vergnügen in den verschiedenen Gruppen sind auch wieder sportliche Höchstleistungen mit großen Erfolgen auf Meisterschaften zu verzeichnen.

Zunächst wollen wir jedoch über unsere Kleinsten berichten. Im Jahr 2024 haben wir unsere Schwimmbildung an die neuen Regelungen für das Seepferdchen- und Bronzeabzeichen angepasst. Durch unser neu eingeführtes festes Kurssystem mit 10 bzw. 20 Kurseinheiten (ca. 10 Wochen am Stück) konnten wir die Kinder bestmöglich auf ihre große Schwimmprüfung vorbereiten. In unseren Kursen konnten wir durch dieses neue System bereits in der Schwimmbildung mit den Grundlagen des Vereinsschwimmens, z.B. Rückenschwimmen und Kraulbeine, starten und einige neue Kinder für unsere Sparte gewinnen. Wir konnten insgesamt 8 Seepferdchenkurse und 10 Bronzekurse durchführen. Insgesamt nahmen an den Kursen ca. 120 Kinder teil, viele von ihnen sowohl im Seepferdchenkurs als auch im Bronzekurs. Von diesen Kindern konnten 68 ihr Seepferdchenabzeichen und 82 ihr Bronzeabzeichen erfolgreich ablegen. Alle Trainer und auch die Eltern sind begeistert von dem neuen System, sodass dieses auch im Jahr 2025 fortgeführt wird. Am 11.01.2025 starteten bereits die nächsten 3 Seepferdchen- und 2 Bronzekurse. Die nächsten Kurse starten dann wieder nach der jährlichen Schwimmbadschließung im Mai. Bereits jetzt könnt ihr euch auf eine der Wartelisten für einen nächsten Kurs setzen oder spätestens im April für die nächsten Kurse anmelden. Die Anmeldung erfolgt über unsere Homepage oder die MTV-App. Hierzu geht ihr in die Sparte Schwimmen und von dort zu den Aktuellen Kursangeboten.

Gerüstbau  Martin Hamm & Sohn GmbH Zimmerei und Bauunternehmen 25746 Heide Husumer Straße 78 Tel. (04 81) 7 25 44	Ingenieurbüro HAMM Tragwerksplanung · Statik  Hans Martin Hamm Dipl.-Ing. TU 25746 Heide · Husumer Straße 78 Telefon (04 81) 7 25 44
--	--

Neben unserer eigenen Schwimmbildung unterstützen wir mit unseren Trainer*innen auch den Rotary Club Heide bei der Umsetzung ihres Projektes „Rotary hilft Schwimmen“. Durch diese Kooperation konnten wir im vergangenen Jahr unseren Bestand an Schwimmmudeln erweitern und erhielten neue Tauchreifen für unsere Schwimmbildung. Daher möchten wir uns an dieser Stelle herzlich beim Rotary Club Heide für die schöne Kooperation bedanken.



Am 04.02.2024 stand unser erster Wettkampf an. Wir haben uns für die DMS (Deutsche Mannschaftsmeisterschaften) im Schwimmen in der 2. Landesliga gemeldet. Wir sind jeweils mit einer weiblichen und einer männlichen Mannschaft an den Start gegangen. Vor 4 Jahren waren wir zuletzt bei den DMS und nun hat es endlich wieder geklappt. Nahezu jeder von uns konnte sich auf seiner/ihrer Strecke noch verbessern und so noch mehr Punkte für die Mannschaft erschwimmen. Am Ende wurde es für die Mädels ein guter 6. Platz. Für die Jungs hat es sogar fürs Treppchen gereicht, denn sie landeten auf dem 2. Platz und dürfen mit der Platzierung dieses Jahr in der 1. Landesliga starten. Alles in allem war es wieder ein toller Wettkampf, welcher diesmal ganz besonders den Zusammenhalt im Team gestärkt hat.

In den Osterferien sollte etwas ganz Besonderes passieren. Vom 14.04.-21.04.24 ging es für 18 SchwimmerInnen zunächst nach Hamburg zum Flughafen. Nachdem wir eingecheckt haben, mussten wir nur noch kurz warten und dann ging es endlich los, unser Flieger in ein ganz besonderes Trainingslager, nämlich nach Fuerteventura.

Für einige war es tatsächlich der erste Flug, aber es hat alles super geklappt. Auf der Insel angekommen, stiegen wir in unseren Transfer und wurden zu unserem Hotel gebracht. Nach dem Check-In haben wir uns nochmal im Pool abgekühlt und vom



**Weil's um unsere
Region geht.**

**Weil's um mehr
als Geld geht.**

**Wir setzen uns für all
das ein, was in unserer
Region wichtig ist.
Für die Wirtschaft, für
den Sport sowie für
soziale und kulturelle
Projekte hier vor Ort.**

www.spk-mittelholstein.de



**Sparkasse
Mittelholstein AG**

Flug erholt. Anschließend gab's Abendessen und der Tag ging langsam zu Ende. In den folgenden Tagen hatten wir zahlreiche Wasser- sowie Landeinheiten. Eine Freiwassereinheit war sogar auch dabei. In den Pausen haben wir uns meistens gemeinsam am Pool erholt. Die Abende wurden mit gemeinsamen Werwolf spielen verbracht. Insgesamt war dieses Traininglager eine ganz tolle Erfahrung für alle Beteiligten und am Ende waren sich alle sicher, dass muss irgendwann wiederholt werden.



Am 27.04.2024 fand dann unser 41. Maikäferschwimmen statt. Die Veranstaltung wurde in der Schwimmhalle Marne ausgerichtet, da die Sanierung im Meldorder Schwimmbad weiterhin andauert. Wir konnten Gäste aus verschiedenen Kreisen bei uns begrüßen. Das Highlight der Veranstaltung sind die 4*50m Freistilstaffeln der Mädchen und Jungen. Bei den Mädchen schaffte es unsere eigene Mannschaft mit Merle, Estelle, Mia und Lentje den Pokal zu gewinnen. Bei den Jungen gewann die Mannschaft vom Meldorferschwimmverein den Pokal. Zusätzlich wurden viele tolle Bestzeiten unser Nachwuchsmannschaften erzielt.



Am 04./05.05.2024 waren wir mit 6 Aktiven bei den diesjährigen Landesmeisterschaften auf der Langbahn am Start. Um es mal kurz zu machen, es wurden nur Bestzeiten geschwommen! Für den Jahrgang 2013 gab es erstmals einen Mehrkampf, welchen Estelle absolvierte und eine TOP10 Platzierung einfuhr. Marje, Jule, Basti, Merle und Harm hatten natürlich auch Einzelstarts und konnten sich auch ziemlich weit oben platzieren. Die einzige Medaille bei diesen Meisterschaften wurde durch Merle erschwommen. Sie belegte über die 50m Rücken in ihrer Altersklasse den 3. Platz. Wir gratulieren allen Teilnehmern zu ihren tollen Zeiten, denn es ist nicht selbstverständlich an den Landesmeisterschaften teilnehmen zu können. Zuvor müssen Pflichtzeiten erschwommen werden.

In der 5. Ferienwoche haben wir unser Trainingslager absolviert. Allerdings waren wir diesmal nicht alleine unterwegs, sondern als Kreisschwimmverband gemeinsam mit dem Tura Meldorf und Meldorder SV. Am Anreisetag waren wir nur noch einmal am Nachmittag im Wasser, sonst, bis auf Mittwoch und Freitag, 2x täglich. Zusätzlich waren wir Dienstag und Donnerstag noch in der Sporthalle und haben dort an Land einiges an Sport gemacht. Am Mittwoch stand dann ein Besuch im Bowlingcenter Flensburg an. Danach ging es nochmal in die Innenstadt. Zum Abschluss haben wir abends mehrere Runden Werwolf und andere gemeinsame Spiele wie zum Beispiel auch Tischtennis gespielt.



Am 31.08.2024 waren wir mit einer kleinen Gruppe bei den offenen Norddeutschen Meisterschaften im Freiwasserschwimmen in Rostock dabei. Für einige von uns war es das erste Freiwasserrennen überhaupt, weshalb wir uns entschieden haben, erstmal mit den 2,5km anzufangen und nicht gleich mit den 5km. Bei optimalen Bedingungen und bestem Wetter konnte unsere jüngste Teilnehmerin Merle einen tollen 3. Platz in der schleswig-holsteinischen Wertung erschwimmen. Für Jessica gab es die Silbermedaille,



genau wie für Tobi und Jan-Phillip. Astrid kletterte in ihrer Altesklasse ebenfalls auf den Silberrang. Zudem erreichte Tobi noch auf norddeutscher Ebene einen soliden 3. Platz.

Am 12. Und 13. Oktober fanden die diesjährigen SHSV Landesmeisterschaften auf der Kurzbahn im Kieler Unibad statt - und natürlich waren auch wir mit dabei. Insgesamt starteten wir in 30 Einzelrennen und nahmen zudem auch an zwei Staffelfrennen teil. Neben den zahlreichen Bestzeiten gab es drei Medaillen, jeweils für Estelle, Moritz und Clemens. Außerdem konnten Lara und JP die Vereinsrekorde von 200m Rücken und 50m Rücken aus den Jahren 2007 und 2010 verbessern. Herzlichen Glückwunsch an die beiden aktiven Trainer*innen.

Am Sonntag den 20.10.24 waren wir zu Gast am Olympiastützpunkt in Hamburg, denn dort fanden die diesjährigen deutschen Mastersmeisterschaften statt. Hier ging es im Vorentscheid um einen möglichen Startplatz für den Bundesentscheid in Berlin - leider haben wir den verpasst. Insgesamt sind wir in der SH-Wertung auf einen tollen 2. Platz geschwommen. Für uns war es Neuland als Mannschaft bei den Masters zu starten. Dennoch haben wir alles gegeben und hatten auch viel Spaß.



Am 16.11.2024 fand unser 44. Heider Herbstschwimmen statt.

Bereits am Freitagabend haben wir mit dem Aufbau für den Wettkampf begonnen.

Am Samstagmorgen öffneten sich dann um 08.00 Uhr die Türen für die insgesamt 18 Vereine mit 213 Sportlerinnen und Sportlern. Wir selbst haben 42 Aktive an den Start gebracht.

Unser Team konnte sowohl in den Einzelwettkämpfen als auch in den Staffelfettkämpfen einige der Medaillen von unserem neuen Ausstatter Siegerehrung24 ergattern.

Insgesamt war es wieder ein gelungener Wettkampf und wir hoffen, dass den anderen Vereinen der Wettkampf genau so gut gefallen hat, wie uns.



Am 14.12.2024 waren wir mit unserem 44-köpfigen Team zum Adventsschwimmen in Marne. Für unsere Kleinsten war es teilweise der erste Wettkampf überhaupt, aber das haben sie sich nicht anmerken lassen und sind souverän ihre Bahnen geschwommen. Zum Schluss war extra noch der Nikolaus - auch wenn etwas verspätet - zur Schwimmhalle gekommen und hatte noch eine Kleinigkeit für alle Teilnehmer dabei.



Nach langem Warten war es am 30.11.2024 endlich so weit und wir haben unsere neue Vereinskleidung bekommen. Die feierliche Übergabe fand in unserem Vereinsheim statt. Dank der vier großzügigen Sponsoren konnten wir uns mit neuen Pullis/ Sweatshirtjacken, T-Shirts und Sporthosen eindecken. Vielen Dank an unsere Dithmarscher Unternehmen/Firmen, welche sich alle gleichermaßen an der neuen Vereinskleidung beteiligt haben.

1. Autotechnik Linden - Thorben Dittmer
2. Heim Lohn- und Erbau St. Annen - Katharina Hummel
3. Maikes Sortier- und Büroservice Hennstedt- Maike Führer
4. Rechtsanwalt Joost Heide - Enrico Joost

Wir bedanken uns recht herzlich für dieses Sponsoring!



„Zum Abschluss wollen wir uns noch bei denjenigen bedanken, ohne die die vielen Wettkämpfe so nicht möglich wären – die Kampfrichter.

Bei jedem Wettkampf, den wir besuchen ist es so, dass ein sogenanntes Kampfgericht zu stellen ist. Die Anzahl der zu stellenden Kampfrichter wird anhand der Meldungen/ Starts eines jeden Vereins bemessen. Kampfrichter sind diejenigen, die die Zeiten nehmen und darauf achten, dass die richtige Schwimmart in ihrer Bestimmung geschwommen wird. Hierbei gibt es dann unterschiedliche Positionen. Diese Kampfrichter sind oftmals die Eltern der Schwimmer. In letzter Zeit haben sich aber auch viele noch selbst aktive Schwimmer ausbilden lassen, um die Eltern zu unterstützen. In den vergangenen Jahren konnten wir somit zahlreiche neue Kampfrichter für unsere Schwimmsparte gewinnen und ausbilden. Das hat den Vorteil, dass jeder Einzelne nicht so oft an der Reihe ist.

Ohne die Eltern und Schwimmer, die sich dazu bereit erklärt haben, die Kampfrichterausbildung zu machen, könnten wir längst nicht so viel im Land unterwegs sein.

Daher sagen wir zum Abschluss einfach nur DANKE!

Eure Schwimmsparte

Taekwondo

Spartenleiter: Alexander Hauptfleisch



Taekwon-Do ITF

(International Taekwon-Do Federation)

Taekwon-Do ist eine koreanische Kampfkunst, die am **11. April 1955** vom südkoreanischen Armeegeneral **Choi Hong Hee** gegründet wurde. In der kurzen Zeit seines Bestehens hat Taekwondo enorm an Popularität gewonnen und heute liegt die Zahl der Praktizierenden bei Millionen.

Taekwondo verfügt über eine gut entwickelte Lehrmethodik, die heute für alle Altersgruppen, sowohl Männer als auch Frauen, angepasst werden kann. Aus biomechanischer Sicht ist die Technik die rationalste, die es Ihnen ermöglicht, maximale Leistung zu erzeugen.

Beim Taekwon-Do kann jeder bekommen, was er braucht: seine Gesundheit verbessern, Selbstverteidigung erlernen, sich mit der Philosophie des Taekwon-Do vertraut machen und einen starken Körper und Geist entwickeln. Aber um ein Meister zu werden, sind große Hingabe, anstrengendes Training und unbeugsame Entschlossenheit erforderlich.

Die Philosophie des Taekwon-Do basiert auf ethischen und spirituellen Prinzipien wie: Höflichkeit, Geduld, Standhaftigkeit, Selbstbeherrschung, Ehrlichkeit.

Das Hauptziel von Taekwon-Do ist es, durch die Kraft der Menschlichkeit, Gerechtigkeit, Weisheit, Spiritualität und Vertrauen zum Aufbau einer besseren Gesellschaft beizutragen, in der Frieden und Harmonie herrschen.

Taekwon-Do sollte niemals von einer einzelnen Person oder Personengruppe für egoistische, aggressive oder grausame Zwecke eingesetzt werden.

Sportler unserer Gruppe legen regelmäßig Gürtelprüfungen ab, nehmen an nationalen Wettbewerben im Taekwon-Do und Kickboxen sowie an Europa- und Weltmeisterschaften teil. Viele sind verdiente Gewinner dieser Turniere.

Tanzen

Spartenleiterin: Monika Laska

Dancing Queens & Kings geleitet von Monika Laska

Die kleinen Dancing Queens & Kings (5-7 Jahre)

2024 feierten wir unsere erste eigene Tazshow – ein 1,5-stündiges Spektakel, bei dem unsere kleinen, mittleren und großen Dancing Queens & Kings das Publikum mit ihren Tänzen begeisterten. Durch den großartigen Teamgeist entstand eine Atmosphäre, die Tänzerinnen und Tänzer und Zuschauerinnen und Zuschauer gleichermaßen verzauberte. Auch beim Heider Kindertag brachten wir das Publikum zum Strahlen – besonders die kleinen Dancing Queens & Kings freuten sich über die begeisterten Gesichter.

Unser wöchentliches Training findet jeden Donnerstag von 17:30 bis 18:30 Uhr statt. Es umfasst kleine Tänze, Tanzspiele, Bewegungsübungen und Dehnungen, ergänzt durch kreative Thementänze wie zu Halloween oder Weihnachten. Dabei stehen Freude an der Bewegung und der Spaß am gemeinsamen Tanzen im Vordergrund.



Die mittleren Dancing Queens & Kings (8-10 Jahre)

Auch die mittleren Dancing Queens & Kings traten erfolgreich bei unserer eigenen Tanzshow und beim Heider Kindertag auf. Neben diesen beiden Auftritten durften sie ihr Können bei der Tanzgala der LAG Tanz in Neumünster zeigen. Die riesige Bühne, das Meer aus Lichtern, die zahlreichen Tanzgruppen und das große Publikum machten diesen Tag zu einem unvergesslichen Erlebnis. Die Eindrücke waren überwältigend und zugleich atemberaubend – eine Erfahrung, die das Teamgefühl noch einmal enorm gestärkt hat.

Die mittleren Dancing Queens & Kings trainieren jeden Dienstag von 17:30 bis 18:30 Uhr. Momentan sind keine Plätze mehr verfügbar, es besteht jedoch die Möglichkeit, sich auf die Warteliste setzen zu lassen.



Die großen Dancing Queens & Kings (ab 11 Jahre)

Unsere größten Tänzerinnen und Tänzer waren ebenfalls bei unserer Tanzshow, beim Heider Kindertag und bei der Tanzgala der LAG Tanz mit dabei. Jeder dieser Auftritte war für sie eine wunderschöne und bereichernde Erfahrung. Doch die großen Dancing Queens & Kings glänzten nicht nur auf der Bühne – auch hinter den Kulissen übernahmen sie eine wichtige Rolle. Sie unterstützten die jüngeren Tänzerinnen und Tänzer mit großer Geduld und Verantwortung: sei es beim Frisieren, Schminken oder Ruhe bewahren. Auch organisatorisch waren sie eine enorme Hilfe und haben mich in vielerlei Hinsicht unterstützt. Ein besonderer Dank gilt Maja Laska, die mich als Hilfstrainerin unterstützt hat und Nadine Delfs, die unsere schönen Fotos gemacht hat.

Aufgrund der hohen Nachfrage wurde im Jahr 2024 eine zweite Gruppe für diese Altersstufe ins Leben gerufen. Gruppe I trainiert donnerstags von 15:00 bis 16:00 Uhr, während Gruppe II von 16:00 bis 17:00 Uhr trainiert. In Gruppe I sind nur noch wenige Plätze frei, während Gruppe II derzeit voll belegt ist.



Monika und
Maja Laska



Trainerin: Monika

- Dienstag 17:30 - 18:30 Uhr – Sporthalle Klaus-Groth-Straße,
Mittleren Dancing Queens & Kings (8-10 Jahre)
- Donnerstag 15:00 - 16:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle,
Großen Dancing Queens & Kings I (ab 10 Jahre)
- Donnerstag 16:00 - 17:00 Uhr – Reha- und Gymnastikhalle,
Großen Dancing Queens & Kings II (ab 10 Jahre)
- Donnerstag 17:30 - 18:30 Uhr – Sporthalle Klaus-Groth-Straße,
Kleinen Dancing Queens & Kings (5-7 Jahre)

Tischtennis

Spartenleiter: Karl-Heinz Dunklau

Jahresbericht Tischtennis 2024

Seit etwa 20 Jahren beteiligt sich die Tischtennis-Abteilung an Punktspielen und Einzelmeisterschaften. Und das sowohl bei den Damen und Herren als auch bei den Jugendlichen.

Bei den Mannschaftswettkämpfe der Erwachsenen haben unsere Mannschaften die jeweilige Spielklasse halten können. Im Detail waren das

1. Mannschaft – 5. Platz 1. Bezirksliga
2. Mannschaft – 3. Platz Kreislige
3. Mannschaft – 6. Platz 1. Kreisklasse
4. Mannschaft – 5. Platz 2. Kreisklasse
5. Mannschaft – 6. Platz 3. Kreisklasse
6. Mannschaft – 5. Platz 4. Kreisklasse

Leider haben wir altersbedingt für 2025 nur noch 4 Mannschaften zusammen bekommen.

Die 3 Jugendmannschaften belegten ebenfalls gute Plätze.

1. Jugend – 3. Platz Bezirksliga
2. Jugend – 1. Platz Kreislige
3. Jugend – 4. Platz Kreislige

Auch hier mussten wir für die neue Saison eine Mannschaft streichen und treten aktuell nur mit 2 Mannschaften in den Mannschaftswettkämpfen an.

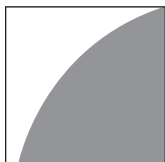


Damit sind wir nicht mehr die größte Tischtennis-Abteilung im Kreis, abgelöst durch den TSV Brunsbüttel.

Nach wie vor spielen wir in der Julius-Franck-Halle am Loher Weg. An 13 Platten ist immer ein Platz frei. Für Jugendlichen ebenso wie für Erwachsene. Neulinge, Fortgeschrittene oder Profis, alle Spielstärken sind willkommen. Ab 7 Jahren bis 17 Jahren für die Jugendklassen sind die Trainingstage Mittwoch und Freitag von 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr vorgesehen und offen für neue Mitglieder.

Erwachsene können ihr Können montags, mittwochs und freitags von 18.00 bis 21.00 Uhr unter Beweis stellen. Schläger und Bälle sind vorhanden zum Ausleihen.

*Mit sportlichem Gruß
Karl-Heinz Dunklau*



ALBRECHT ARCHITEKTEN

Stiftstraße 50 · 25746 Heide
Tel. 04 81 – 8 12 15 · Fax 04 81 – 8 89 26

info@albrecht-architekturbuero.de
www.albrecht-architekturbuero.de

Triathlon

Spartenleiter: Volker Kilzer

Jahresbericht der Triathlonsparte 2024

Training und Wettkämpfe ohne coronabedingte Einschränkungen - ein schönes Gefühl. So konnten sich die Triathleten bereits im Winter gut auf die neue Saison und die bevorstehenden Wettkämpfe vorbereiten.

Leider haben wieder einige Veranstalter aufgeben müssen, da nicht genügend Helfer zur Verfügung standen bzw. die behördlichen Auflagen nicht erfüllt werden konnten. Aber die Wettkämpfe, die wir für uns ausgesucht haben, haben stattgefunden.

Zur Vorbereitung auf die Triathlonwettkämpfe wurde wieder an diversen anderen Veranstaltungen teilgenommen:

Laufen: Heider Abendstadtlauf, Meldorfer Brückenlauf, Störlauf u.a.

Rad: Mecklenburger Seenrunde und verschiedene RTF's

Schwimmen: Fördecrossing u.a.

Die Tria's haben in diesem Jahr auch wieder an einem besonderen Wettkampf - Hallig Dreeathlon am 28.06. - teilgenommen:

Bei diesem Wettkampf müssen die Einzeldisziplinen in veränderter Reihenfolge absolviert werden :

Zuerst müssen 10 km mit dem Rad bis zum Deich gefahren werden. Dort wechselt man in die Laufschuhe, die am Rad mitgeführt werden müssen , da es aufgrund der Naturschutzbedingungen keine offizielle Wechselzone gibt. Die Laufstrecke - 5,3 km - führt hinter dem Deich bis zur Nordsee, zur Badestelle der Hamburger Hallig. Dort ist dann - im Normalfall - eine 400 Meter lange Strecke in der Nordsee zu schwimmen. Doch in diesem Jahr musste das schwimmen aufgrund zu hohem Wellengang ausfallen. Das bedeutete für die Wettkämpfer sofortiges umdrehen und die Strecke in umgekehrter Reihenfolge zurück bis zum Ziel zu absolvieren.

An dieser sehr speziellen aber tollen Veranstaltung haben von uns Jens Peters und Hans Peter Domke mit Erfolg gefinisht.

Der August hatte es dann in sich - ein Sport-Event jagte das nächste.

Am 04.08.2024 starteten von uns 3 Athleten/innen beim Ostseeman auf der Mitteldistanz (1,9 km schwimmen in der Ostsee, 90 km Rad und 21,1 km laufen). In diesem Jahr wurden auf der Mitteldistanz die deutschen Meisterschaften ausgetragen.

Sandra Niebler wurde 9., Alex Brenk 5. und Matze Wahls 12. in ihren jeweiligen Altersklassen.!!!

Am 18. August startete Matze Wahls beim Ironman Kopenhagen auf der Langdistanz (3,8 km schwimmen, 180 km Rad und 42,2 km laufen) und kam mit einer sehr starken Zeit von 9:48,37 ins Ziel. Dies ist aufgrund einer längeren Verletzungspause und einer Radpanne beachtlich. Matze wurde 34. von 268 Athleten in seiner Altersklasse.

Beim Wanderup Triathlon am 25. August startete Monika Brenk im Sprinttriathlon (500 Meter schwimmen, 20 km Rad und 4,5 km laufen). Monika wurde 6. Frau gesamt und 1. in ihrer Altersklasse.

Nach dem erfolgreichen August brachte der September uns noch einen Saisonabschluß, der sich sehen lassen kann:

Matze Wahls absolvierte am 08. September bei "Bockis Biest" - der Neuauflage des Ratzeburger Inseltriathlons - noch eine anspruchsvolle Mitteldistanz (2 km, 83 km und 20 km), die dem Namen "Biest" alle Ehre macht. In einem starken Teilnehmerfeld wurde er 7. in seiner Altersklasse - und das nur 3 Wochen nach dem finish bei der Langdistanz in Kopenhagen.

Bei der Challenge Almere-Amsterdam am 14. September waren Monika und Alex Brenk bei der Langdistanz am Start. Für beide war es erst der zweite Start über die "Ironman-Distanz". Monika wurde in 12:39,33 5. in ihrer Altersklasse und konnte sich um rd. 1 Stunde verbessern.

Alex startete für Deutschland bei den dort ausgetragenen European Championships. Alex finishte in 9:17,00 und konnte sich auch um 43 Minuten verbessern. Mit dieser tollen Zeit wurde Alex Vize-Europameister in seiner Altersklasse.!!!

Seit dieser Zeit befinden wir uns in der "off season", aber nach der Saison ist vor der Saison, so dass wir schon wieder fleißig unserem Lieblingssport nachgehen.



Oland Carstens & Kollegen

STEUERBERATER
Landwirtschaftliche Buchstelle

Von-Humboldt-Straße 6 | 25746 Wesseln

Tel. 0481 - 7 86 99 - 0 | info@ocukde

Wir suchen

Mitarbeiter und
Azubis! (m/w/d)



www.ocuk.de

Turnen

Spartenleiterin: Martina Mumm

Jahresbericht Turnen 2024

Im Sportjahr 2024 konnten wir leider nicht an so vielen Wettkämpfen wie gewohnt teilnehmen, da es in der 1. Jahreshälfte trainingsbedingt in der Leistungsgruppe etwas kriselte. Die Turnerinnen waren nicht so motiviert und fleißig, wie wir es kennen. Es gab dann allerdings einige personelle Veränderungen und seit dem geht es mit der Leistungsgruppe wieder „bergauf“. Zum Glück können wir uns in unserer Sparte nicht über fehlenden Zuwachs beklagen, so dass alle Gruppen gut „bestückt“ sind.

Eltern-Kind-Turnen

Wir haben aktuell zwei verschiedene Eltern-Kind-Gruppen. Die Kleinen treffen sich jeden Dienstag in der Zeit von 16.45 Uhr – 17.45 Uhr mit Dörthe Otto in der Sophie-Dethleffs-Straße und jeden Freitag in der Zeit von 15.30 Uhr bis 16.30 Uhr in der MTV-Sporthalle mit Liane Trester.



Kinderturnen 4 – 6 Jahre

Hier haben wir eine gemischte Turngruppe für Mädchen und Jungen zwischen 4 und 6 Jahren. Diese Gruppe trifft sich jeden Mittwoch in der Zeit von 16.30 Uhr bis 17.30 Uhr mit Mona Holtermann in der Halle Heide-Ost.

Kinderturnen ab 6 Jahren

Jeden Donnerstag von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr können sich Mädchen ab 6 Jahren in der Julius-Franck-Halle gemeinsam mit ihrer Trainerin Sophia Trester im Allgemeinturnen erproben.

Turnen Fördergruppe

Immer freitags in der Zeit von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr turnen in der Julius-Franck-Halle alle von ihren Trainerinnen auserwählten Mädchen, deren turnerische Leistungen bereits über das allgemeine Turnen hinausgehen. Diese Gruppe ist die Vorbereitung für einen eventuellen Aufstieg in die Leistungsgruppe. Zurzeit wird diese Gruppe von Sophia allein geleitet, da Sara sich noch im Ausland befindet.

Leistungsturnen

In dieser Gruppe befinden sich derzeit 12 große und kleine Turnerinnen, die sich fleißig auf Wettkämpfe vorbereiten. Geführt wird auch diese Gruppe zurzeit allein von Sophia.

Folgende Wettkämpfe konnten in 2024 bestritten werden:

1. Kreismeisterschaften

Bei den diesjährigen Kreismeisterschaften starteten 3 unserer Mädels im Alter von 9 bis 17 Jahren. Grete Jarchow belegte in ihrer Altersklasse den 1. Platz und qualifizierte sich somit für die Landesmeisterschaften. Marie Henningsen und Defne Cimen wurden jeweils 3. in ihrem Jahrgang.



2. Landesmeisterschaften

Für Grete Jarchow war es der erste Wettkampf auf Landesebene. Sie turnte hier unter großer Konkurrenz der Besten des Landes im Alter von 9 bis 17 Jahren. Sie bestritt einen guten Wettkampf und belegte am Ende den 10. Platz in ihrer Altersklasse.



Heizung – Sanitär – Lüftung
Gas – Ölfeuerungsanlagen
Wärmepumpen – Solartechnik

GÜNTER PIOCH

Heide-Süderholm
Tel. (04 81) 30 03-4

Im April diesen Jahres hat Sophia Trester erfolgreich ihre Trainer-C-Lizenz-Ausbildung im Gerätturnen Leistungssport absolviert.



An dieser Stelle gratulieren wir Sophia noch einmal ganz herzlich!

Den Abschluss des Turnjahres 2024 bildete unsere Weihnachtsfeier am 17.12..

Ich möchte an dieser Stelle allen Trainer/innen ein großes Dankeschön für ihr Engagement aussprechen.

Danken möchte ich auch gerne dem Vorstand für die tolle Unterstützung und gute Zusammenarbeit.

Zu guter Letzt auch ein Dankeschön an die Eltern für die unentbehrliche Hilfe.

Für das Jahr 2025 wünsche ich allen Trainern und Sportlern weiterhin viel Erfolg und dass alle mit Freude, hochmotiviert, mit Ehrgeiz und vor allem gesund dabei sind!!

Mit sportlichem Gruß
Martina Mumm

Volleyball

Spartenleiterin: Miriam Reich

Jahresrückblick der 1. Damen

Souveräne Leistung - Saison 2023/2024

Die Volleyballerinnen starteten die Verbandsliga-Rückrunde 2024 mit einem Sieg gegen Neumünster und sicherten sich damit den zweiten Tabellenplatz. Diese Position konnten sie bis zum Ende der Saison erfolgreich verteidigen. Besonders bemerkenswert war das vorletzte Spiel der Saison, ein Heimspiel gegen KTV II, den Tabellenersten. In diesem spannenden Duell, das mit 1:3 endete, gab es zahlreiche Momente, in denen das Spiel einen anderen Verlauf hätte nehmen können. Die Volleyballerinnen beendeten verdient die zweite Saison in Folge als Vizemeister.

Zum Abschluss der Saison feierte das Team gemeinsam an der Nordsee. An einem warmen Sommerwochenende genossen die Spielerinnen ein gemeinsames Essen und verbrachten eine entspannte Zeit zusammen. Dieses Event stärkte den Teamgeist und bot eine wohlverdiente Pause nach einer intensiven Saison.

Veränderungen im Team - Saison 2024/2025

Die Saison 2024/2025 begann mit einigen Veränderungen im Kader. Katharina Plehn verließ das Team und ging zurück in ihre Heimatstadt, während die junge talentierte Anouk Messerschmidt als neue Spielerin hinzukam. Mit insgesamt 11 Spielerinnen ist das Team gut aufgestellt und über alle Positionen hinweg stark besetzt. Das Ziel ist es, alle Spielerinnen in dieser Saison so oft wie möglich zum Einsatz kommen zu lassen.



In der aktuellen Saison ist die Leistung der Mannschaften in der Verbandsliga insgesamt ausgeglichener, was zu spannenden und hart umkämpften Spielen führt. Die 1. Damen zeigt durchweg eine starke Leistung und beweist erneut ihren Kampfgeist und ihre Teamfähigkeit. Die Hinrunde beendet die Mannschaft auf dem vierten Platz.

Fazit

Das Jahr 2024 war für die Volleyballmannschaft geprägt von spannenden Spielen, Veränderungen im Team und einem starken Zusammenhalt. Mit dem Vizemeistertitel und einem erfolgreichen Saisonabschluss blicken die Volleyballerinnen optimistisch auf die Rückrunde der aktuellen Saison und freuen sich auf die kommenden Partien.

Jahresbericht 2024 - 2. Damen

Die Rückrunde der Saison 2023/2024 war für die 2. Damen eine Phase des stetigen Wachstums und der positiven Entwicklung. Die Mannschaft konnte in ihrer ersten Saison als Damenmannschaft viele Fortschritte machen und schaffte am letzten Spieltag sogar einen ersten Doppelsieg. Die Saison endete so sehr positiv für uns und wir haben uns mit einem gelungenem Saisonabschluss im Kletterpark in Eckernförde belohnt.

Nach der Saison haben wir unsere Techniken weiter verbessern können und sind im September 2024 nach vielen Trainingsspielen sehr erfolgreich in die Saison 2024/2025 gestartet. Gleich den 1. Spieltag konnten wir mit zwei Siegen abschliessen und wir waren über die Weihnachtspause sogar für kurze Zeit Tabellenerster. Die 2. Damen steht momentan aus 10 festen Spielerinnen zwischen im Alter von 15-40 Jahren.

Du hast Lust in unserer fröhlichen Gruppe mit zu spielen und beherrscht die Grundtechniken des Volleyballs gut, dann vereinbare gerne ein Probetraining bei uns!



1. Herren: Neuanfang

Dieses Jahr startet die Herrenmannschaft des MTV Heide Volleyball in der Bezirksliga, nachdem wir letzte Saison aus der Landesliga abgestiegen waren. Trotz einiger Umstrukturierung und nach neuem Gesicht haben wir uns in den ersten Spielen gut geschlagen. So konnten wir immerhin drei Siege einfahren. Wir danken an dieser Stelle auch dem Sponsor unsere neuen Trikots Anhalt, dass wir dabei auch modisch gut aussahen. Auch einige knappe Spiele waren dabei, welche wir leider nicht für uns entscheiden konnten. Wo wir allerdings mit etwas Spielglück mehr Punkte rausholen hätten können.

Gespielt haben für uns: Pascal Nordmann, Jannick Sühlsen, Markus Groth, Philip Schultz, Mike Friese, Justin Leon Wilhelm, Jens Krautheim, Titus Patzer, Tjade Jörgensen und Vico Kühl.

Im Training versuchen wir jetzt zudem einige neue Jungendspieler an das Team heran zuführen um nächsten Jahr wieder angreifen zu können. So haben wir Leon, Lennard, Naylin bei uns im Training aufgenommen, was mich sehr freut.

Wir Trainieren zweimal in der Woche: Montags und Donnerstags jeweils von 20 bis 22 Uhr.

Über neue Mitspieler, die mit uns auf Spieltage fahren, würden wir uns sehr freuen und des weiteren suchen wir einen festen Trainer, welcher an diesen Tagen das Training leitet und uns bei Spieltagen von der Seitenlinie Impulse geben kann.



Hobby-Volleyball-Mixed

Training: Montag, 20:00 - 22:00 Uhr, Halle Schulzentrum Heide-Ost

Auch in 2024 spielten die Heider-Hobby-Volleys durchgängig jeden Montag ab 20:00 Uhr in der Halle Heide-Ost mit großer Begeisterung, wenn möglich auch in den Schulferien. Häufig ergänzten ehemalige, aktive Ligaspielerinnen und -spieler und Jugendliche des MTV Heide und Gäste anderer Vereine das Hobby-Team. Das waren dann immer besonders interessante Sätze und Spiele. Aufwärmphase und einzelne Trainingseinheiten zu Beginn waren ebenso fester Bestandteil der Hobby-Mixed wie der Besuch von Turnieren in Schleswig-Holstein.

Volleyballerinnen und Volleyballer mit Interesse an regelmäßigem Training sind herzlich willkommen und kommen einfach zum Training. Reiner Schütt, Team Hobby-Volleyball-Mixed



Spielerinnen und Spieler des MTV Heide beim Mixed-Volleyballturnier des ETSV Fortuna Glückstadt e.V. am 06.01.2024, Foto: mit freundlicher Genehmigung von Martin Diehe

U15 weiblich

In der aktuellen Volleyballsaison 2024/2025 sind wir stolz darauf, als U15w Mannschaft in der Landesmeisterschaftsrunde anzutreten. Bislang haben wir eine spannende Saison erlebt und stehen aktuell auf einem soliden 6. Platz von insgesamt 14 Mannschaften in der Gesamttabelle.

Ein besonderes Highlight war der Spieltag, den wir in Heide ausgerichtet haben. Dort konnten wir uns den ersten Platz sichern und unsere Teamstärke unter Beweis stellen. Es war ein großartiger Tag, an dem wir nicht nur unser Können zeigen konnten, sondern auch viel Spaß hatten und als Team zusammengewachsen sind.

Im letzten Sommer haben wir die Gelegenheit genutzt, Beachvolleyball zu spielen und an der Landesmeisterschaft im Beachvolleyball in Lübeck teilzunehmen. Diese Erfahrungen haben uns nicht nur sportlich weitergebracht, sondern auch den

Teamgeist gestärkt und uns auf die Herausforderungen der aktuellen Hallensaison vorbereitet.

Wir sind stolz auf die Fortschritte, die wir in dieser Saison gemacht haben, und freuen uns auf die kommenden Spiele. Unser Ziel ist es, weiterhin hart zu arbeiten, um uns in der Tabelle weiter nach oben zu kämpfen. Gemeinsam werden wir alles geben, um unsere Leidenschaft für den Volleyballsport auszuleben und viele weitere Erfolge zu feiern!



Saison 24/25 U18 weiblich

Die Saison 24/25 war ein voller Erfolg für uns als U18 Mannschaft des MTV Heide. Schon von Beginn an konnten wir uns gegen die anderen Teams in der LC Runde behaupten. Zudem haben wir nicht nur als Mannschaft viele Spiele gewonnen, sondern sind auch als Team eng zusammengewachsen.

Wir bekamen in den letzten Jahren viel Zuwachs und immer neue Gesichter haben sich unserer Gemeinschaft mit Freude angeschlossen. Wir, das sind 16 junge Mädchen im Alter von dreizehn bis siebzehn Jahren.

Mithilfe vieler engagierter Eltern, die uns bei Heimspielen unterstützt und zu Auswärtsspielen gefahren haben, konnten wir an allen Spieltagen teilnehmen und uns den ersten Platz der Tabelle sowie den Quereinstieg zur Landesmeisterschaft U18 sichern.

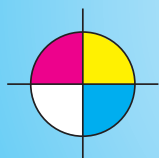
Durch Buffetspenden unserer Heimspiele haben wir genug Einnahmen und können uns eine Saison- Belohnung erlauben.

Besonders möchten wir uns bei den vielen Helfern, Trainern und den anderen Teams für ihre Bereitschaft, uns diese Erfahrungen und neuen Kontakte zu ermöglichen, bedanken.



Motiviert sehen wir auf die nächste Saison, die durch einige Veränderungen und den Aufstieg in die U20 Mannschaft etwas Neues für uns bringen wird.

Ihr Partner in allen Druckfragen



Druckerei Walter Lorenzen

Inh.: Ulrich Dithmer

Gr. Westerstraße 21 • 25746 Heide

Fon (04 81) 75 84 • Fax 7 39 05

info@druckerei-lorenzen.de

www.druckerei-lorenzen.de

Mannschaftsbericht U20 – weiblich

Die Saison 2023/2024 war unsere zweite Saison als U20-Mannschaft und kann als sehr erfolgreich bezeichnet werden. An zwei Spieltagen konnten wir uns für das Finale qualifizieren und im großen Finale im Mai 2024 in Schwarzenbeck erreichten wir einen ausgezeichneten 5. Platz.

In der aktuellen Saison 2024/2025 mussten wir lediglich Finja aufgrund ihres Alters verabschieden. Abgesehen davon sind wir als sehr routiniertes und starkes Team aufgestellt. Bei jedem Spieltag haben wir es bis ins Finale geschafft und konnten bisher nur gegen den TSV Schwarzenbeck nicht gewinnen. Allerdings müssen sie gegen uns immer einen dritten Satz bestreiten, was uns Chancen gibt.

Unser großes Ziel für diesen Mai ist es, beim Finale einen der Podestplätze zu erreichen.

Ein herzlicher Dank geht an die unterstützenden Eltern für ihre Fahrdienste und für das Buffet an unseren Heimspieltagen. Ohne eure Hilfe wäre vieles nicht möglich!

Auf eine weiterhin erfolgreiche Saison!



Mannschaftsbericht der Volleyball Anfänger weiblich

Unsere Frauen Volleyballmannschaft blickt auf eine ereignisreiche und erfolgreiche Zeit zurück! Mit großer Freude können wir mitteilen, dass wir unser Training nun auf zwei feste Tage pro Woche ausweiten konnten. Ab sofort trainieren wir regelmäßig am Montag und Donnerstag. Diese zusätzliche Trainingszeit gibt uns die Möglichkeit, unsere Fähigkeiten noch weiter zu verbessern und als Team enger zusammenzuwachsen.

Besonders stolz sind wir auf die Leistung eines Teils unserer Mannschaft, die erfolgreich am diesjährigen Landescup teilgenommen hat. Mit Teamgeist, Einsatz und spielerischem Können, konnten wir uns gegen die Konkurrenz behaupten und wertvolle Erfahrungen sammeln. Dieser Erfolg motiviert uns alle, weiterhin unser Bestes zu geben und gemeinsam an unseren Zielen zu arbeiten.

Trotz aller sportlichen Ambitionen steht bei uns jedoch immer die Freude und Motivation im Mittelpunkt. Unsere Trainingsstunden sind geprägt von guter Stimmung, gegenseitiger Unterstützung und der Leidenschaft für den Volleyballsport. Jede einzelne Spielerin bringt ihre Energie und Begeisterung mit ein, was unser Team zu etwas ganz Besonderem macht.

Wir freuen uns auf die kommenden Wochen und Monate und darauf, als Mannschaft weiter zu wachsen – sportlich wie menschlich. Vielen Dank an alle Spielerinnen und Sponsoren, die diesen Weg mit uns gehen! Ein besonderer Dank gilt dem Hausmeister und Gartenservice Schultz für das Sponsoring der neuen Trikots.



SPARTE	SPARTENLEITER:IN	JUGENDWART:IN
BADMINTON	David Willmann 01 51 - 20 46 60 05 david_willmann@gmx.de	Nils Bendtschneider 01 63 - 39 16 189
BASKETBALL	Hanno Drews 01 57 - 38 18 00 09 drews@fh-westkueste.de	
CHEERLEADING	Celine Herbst tide-cheersport@mtv-heide.de	
FAUSTBALL	Heiko von Thaden 01 76 - 63 12 42 52 hevotha@gmail.com	
FUSSBALL-ALTLIGA	Horst Wilke Ernst-Tamm-Straße 15 25746 Heide 04 81 - 6 52 64 horstwilke@gmx.de	
FUSSBALL	Christian Eggers Amselweg 5 25795 Weddingstedt 01 74 984 01 70 eggi1304@icloud.com	
GYMNASTIK / FITNESS REHA-SPORT	Evelyn Solansky-Müller RehaGym@mtv-heide.de	
HANDBALL	Anna Thomssen 01 76 - 83 75 05 35 annalap2000@googlemail.com	Sören Bröcker 04 81 - 8 55 60 62 soeren.broecker@t-online.de
JUDO/JU-JUTSU	Gerhard Raßloff Hans-Reiher-Straße 16 25761 Büsum 0 48 34 - 7 20	Astrid Pöhlzen Jürgen-Harder-Straße 30 25746 Heide 04 81 - 6 29 86

SPARTE	SPARTENLEITER:IN	JUGENDWART:IN
KARATE	Dr. Malte Lorenz 01 76 62 91 78 76	
LAUF- und WALKING-TREFF	Matthias Wecke 01 77 - 4 03 45 75 laufftreff@mtv-heide.de	
LEICHTATHLETIK	Dr. Jörg Driver Boßelweg 10 25764 Reinsbüttel 01 52 03 35 71 28 jd@heider-kleintierpraxis.de	Inga Tengers Hamburger Straße 143 25746 Heide 01 71 - 192 23 52 ingatengers@web.de
MODERNE SELBSTVERTEIDIGUNG	Hendrik Welk 01 79 - 26 77 536 hen.welk@online.de	
REHA-SPORT	Evelyn Solansky-Müller RehaGym@mtv-heide.de	
SCHWIMMEN	Dirk Löbkens Im Wiesengrund 22 25746 Wesseln 04 81 - 7 89 04 56 schwimmen@mtv-heide.de	Kathrin Holler kathrin.holler@outlook.de
TAEKWON-DO ITF	Alexander Hauptfleisch 25746 Heide alexanderhauptfleisch74@gmail.com	
TANZEN	Monika Laska laska-monika@t-online.de	

SPARTE	SPARTENLEITER:IN	JUGENDWART:IN
TISCHTENNIS	Karl-Heinz Dunklau Weddingstedter Straße 32 25746 Heide 04 81 - 7 48 84 k-dunklau@t-online.de	
TRIATHLON	Volker Kilzer Eichendorffstraße 5 25746 Heide 01 60 - 94 75 02 57 kille.kilzer@t-online.de	
TURNEN	Martina Mumm Kastanienweg 2 25746 Wesseln 04 81 - 68 37 59 69 Fam.mumm@t-online.de	Sophia Trester 04 81 - 7 89 09 53
VOLLEYBALL	Miriam Reich 04 81 - 68 38 48 54 Miriam.Reich@gmx.de	

Änderungen vorbehalten!

**Aktuelle Trainingszeiten findet ihr
in unserer neuen **MTV-App**
oder unter **www.mtv-heide.de****



Unterschrift des Kontoinhabers:

Geschenkideen gibt's im offiziellen
MTV von 1860 Heide e.V. Shop:



Schaut mal rein:

<https://mtv-heide.fan12.de>

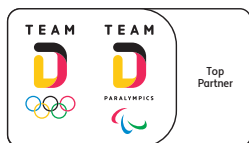


Durchstarten. Mit Teamgeist.

Mit einem Sportförderer an Ihrer Seite.

Wir unterstützen im Rahmen
unseres gesellschaftlichen
Engagements die Sportvereine in
unserer Region.

Denn wir setzen uns ein für das, was
im Leben wirklich zählt. Für Sie, für
die Region, für uns alle.



Sparkasse
Westholstein

Weil's um mehr als Geld geht.