



Der Strand ist eine geeignete Kulisse für die Sportler aus Langenhagen. In der Turnhalle trainieren alle Teilnehmer gemeinsam (kleines Bild, rechts). Die Langenhagener zeigen ihr Können (kleines Bild, links).



Vietnamesisch-Unterricht in Grömitz

Kampfsportler aus Langenhagen beteiligen sich an internationalem VoViNam-Event an der Ostsee

LANGENHAGEN. Vietnamesische Kampfkunst vor traumhafter Kulisse: Wenn sich rund 150 junge Sportler aus ganz Deutschland zu einem gemeinsamen Event treffen, ist für Spaß und Aufregung gesorgt. So ist es auch beim 50. Gio-To-Fest in Grömitz gewesen, das wie jedes Jahr zu Ehren des Begründers der vietnamesischen Kampfkunst, VoViNam-VietVo-Dao, stattfand.

Mit dabei waren auch die Mitglieder der VoViNam-Sparte des VfB Langenhagen. Zudem beteiligten sich einige Kampfsportler aus Dänemark.

Die Teilnehmer des Trainingswochenendes schliefen in Zelten und trainierten in einer kleineren Turnhalle. Einige der gemeinsamen Einheiten fanden aufgrund von Platzmangel am Grömitzer Strand statt. Für Freiwillige wurde

ein Crash-Kursus in Vietnamesisch angeboten. Neben dem gemeinsamen Trainingserlebnis und vietnamesischen Zeremonien kam auch der Spaß nicht zu kurz.

Unter anderem wurde ein Fußballturnier organisiert. Zudem trafen sich die Teilnehmer jeweils in ihren Gruppen am Strand zum gemeinsamen Fototermin. Die Abende standen für die Teilnehmer zur freien Verfügung. Einige der Sport-

ler grillten am Strand und sangen Lieder mit Gitarrenbegleitung, andere nahmen an einem Salsa-Tanzkursus teil. Selbst zur späten Stunde nutzten einige der Kampfsportler die Gelegenheit zu einem erfrischenden Bad in der Ostsee.

Am Sonntagmorgen stand nach dem Frühstück für alle noch eine Trainingseinheit auf dem Programm. Dann erhielten die Trainer jeweils einen Vovinam-Schal und

die Teilnehmer eine Urkunde. Anschließend fuhren die Sportler in ihren jeweiligen Gruppen zurück nach Hause. Weitere Eindrücke aus der VoViNam-Sparte des VfB Langenhagen und vom Gio-To-Fest gibt es unter www.vfb-langenhagen.de im Internet. *Marie Büttner*

my Auf www.myheimat.de/beitrag/578678 finden Sie den Originaltext der Autorin.

Hausfrauen besichtigen Flughafen

BURGWEDEL. Bei einem Besuch des Flughafens Langenhagen haben die Mitglieder des Hausfrauenbundes Burgwedel einiges über die Bedeutung des Verkehrskreuzes für den Norddeutschen Raum erfahren. Eine Gästeführerin erläuterte den rund 20 Teilnehmerinnen, wie viele Flugzeuge täglich in Langenhagen starten und landen, wie Gepäckstücke sortiert werden und wieviel Liter Kerosin in ein Flugzeug getankt werden können. Zu Beginn der Führung mussten die Burgwedelerinnen wie normale Fluggäste den Sicherheitscheck absolvieren. Mit dem Zubringerbus, der sonst nur Fluggäste zu den außerhalb des Terminals wartenden Maschinen bringt, ging die Fahrt entlang der Flughafengebäudes in Richtung Nordbahn. Im Flughafenfeuerwehrstützpunkt bestaunten die Teilnehmer die riesigen Löschfahrzeuge, die rund um die Uhr einsatzbereit sind. Einhellige Meinung der Teilnehmerinnen: Am Flughafen wird alles für die Sicherheit im Luftverkehr getan.

Schwimmklub bietet Kursus für die Generation 60-plus an

SC Altwarmbüchen lädt zum altersgerechten Training ein

ALTWARMBÜCHEN. Der Schwimmclub Altwarmbüchen hat Mitte Mai ein neues Programm gestartet. Dieses richtet sich an Frauen und Männer im gehobenen Alter, also an die Generation 60-plus. Für alle, die sich noch selbst aktiv bewegen, ihre Zeit gut nutzen und gleichzeitig etwas für ihre Gesundheit tun wollen, findet seitdem jeden Donnerstag von 16 bis 17 Uhr im Altwarmbüchener Schwimmbad ein altersgerechtes Training unter qualifizierter Anleitung eines Übungsleiters statt.

Wer regelmäßig schwimmt, wird – egal in welchem Alter und welcher konditionellen Verfassung er ist – schnell die positiven Effekte spüren. Schwimmen hält jung und beugt einem vorzeitigen Leistungsabbau im Alter vor. „Sportmediziner meinen sogar, dass Sport das Leben verlängert“, sagt Steffen Jahn vom SC Alt-



Der Kursus des Schwimmclubs Altwarmbüchen findet immer donnerstags von 16 bis 17 Uhr im Altwarmbüchener Schwimmbad statt.

warmbüchen. Mit zahlreichen Untersuchungen wurde nachgewiesen, dass ein enger Zusammenhang zwischen körperlicher und geistiger Fitness existiert, vor allem im höheren Alter, so Jahn weiter. Dies gelte interessanter-

weise auch dann, wenn man erst spät mit der sportlichen Betätigung beginnt.

Weitere Informationen gibt es in der SC-Geschäftsstelle in Altwarmbüchen unter Telefon (05 11) 6195 62.

DRK besucht Gartenschau

LANGENHAGEN. Das DRK Langenhagen hat die Landesgartenschau in Bad Essen besucht. Die Ausstellung ist auf zwei Standorte verteilt, das Schloß Ippenburg sowie Bad Essen und den dazugehörigen Solepark. Der Besuch beider Standorte lässt sich mit dem Shuttlebusses problemlos organisieren. Besonders beeindruckt zeigten sich die Langenhagener von der prachtvollen Tulpenblüte sowie von der Orchideenschau.

TSG bietet Kursus an

GROSSBURGWEDEL. Die Turnerschaft Großburgwedel (TSG) bietet ab Montag, 21. Juni, einen kostenlosen einwöchigen Fahrradkursus für Senioren und Migranten an. Beginn ist am Montag um 17 Uhr. Treffpunkt ist auf dem Parkplatz vor dem TSG-aktivCenter an der Hannoversche Straße 51 in Großburgwedel. Weitere Informationen gibt es unter Telefon (0 51 39) 3490.