

GRUPPEN
BERICHTE

JAHRES- RÜCKBLICK 2025



SV HARSTE
bewegt.

LAUFGRUPPE HARSTE RUNNING WILD

Running Wild

Sonntag 09.30 Uhr

Übungsleiter: Markus Schlupp

Kontakt: Markus Schlupp

Mobil: 0151 14996263

Auch im Jahr 2025 hat die Laufgruppe „Running Wild“ ihre Fußspuren auf einigen Laufveranstaltungen hinterlassen.

Das Jahr startete mit einem etwas langsameren Tempo. Gemeinsam mit den Wanderern und Walkern haben einige Läuferinnen und Läufer den Brockenaufstieg gemeistert. Bei sehr, sehr warmen Temperaturen kämpften wir uns über die Höhenmeter und legten 35 km und sogar einige 55 km zurück. Am Ende unserer Kräfte schafften wir es trotzdem noch, auf dem Zielfoto zu strahlen.



Weiter ging es mit dem Obstacle City Run. Das erste Mal fand dieser am Göttinger Kiessee statt. Es ging über Stock und Stein, durch Schlammlöcher, unter und übers Wasser. Am Ende stand fest: Nächstes Jahr wollen wir wieder wild um den Kiessee laufen!

Ein weiteres Highlight war der Kassel Marathon. Auch hier waren einige fleißige „Wild Runner“ auf der Halbmarathon Strecke unterwegs und meisterten die Kassler Berge!



Kurz vor dem Jahresende hat Toni - nach Norbert, Petra und Stephan im letzten Jahr - die Nord-Süd Challenge abgeschlossen. Dabei läuft man 994 km in einem Jahr. Gratulation an Toni für die tolle Leistung!

Als Jahresabschluss haben erneut einige Läuferinnen und Läufer den eisigen Temperaturen getrotzt und noch ein paar Kilometer beim Silvesterlauf in Vernawahlshausen gemacht. Auch hier war die Stimmung im Ziel super bei warmem Tee und Bratwurst.

Inspiziert von der Nord-Süd Challenge haben wir für 2026 eine 1000 km Herausforderung angenommen. Ein Großteil der „Running Wild“ Gruppe will im Jahr 2026 mindestens 1000 km laufen, walken oder wandern. Wir drücken allen die Daumen und freuen uns auf viele Erfolgserlebnisse!

Danke für ein weiteres tolles Laufjahr! Es macht sehr viel Freude zu sehen wie toll die Gruppe zusammengewachsen ist und wie sich alle Läuferinnen und Läufer entwickelt haben!



DART HARSTE JETS

Dart (Sporthaus)

Mittwoch 18.00 - 21.00 Uhr

Jugend 17.00 - 18.00 Uhr

Übungsleiter: Markus Sturm/
Leon Sonntag

Kontakt: Markus Sturm

Mobil: 0151 41257452

Derzeit spielen 3 Teams im Ligaspielbetrieb BBDV (Braunschweiger Dartverband). Das A-Team spielt in der Kreisliga, das B-Team in der 1. Kreisklasse und das C-Team in der 2. Kreisklasse.

Unsere Dart-Abteilung ist auf 20 Erwachsene und 6 Jugendliche angewachsen.

Auch 2025 wurde ein Weihnachtsturnier abgehalten. Neu hinzugekommen sind Monatsturniere. Jeden dritten Freitag im Monat ab 19 Uhr bieten wir ein regionales Turnier für Dartspieler an. Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt. Diese Turniere bieten die Möglichkeit den Standort Harste bekannter zu machen.



Mittlerweile verfügt die Dart-Abteilung über zwei lizenzierte Trainer (Fabian Fiedler und Leon Sonntag), welche das Training in Harste weiter ausbauen und neue Konzepte erarbeiten.

Ein großes Dankeschön geht natürlich auch an unsere Sponsoren Helijet, VGH Versicherung, Wirth, Wiegand und fritz-kola, welche uns jedes Jahr tatkräftig unterstützen.

Alle Interessierten sind herzlichst eingeladen Mittwochs ab 18.00 Uhr im Sporthaus Harste vorbeizukommen um ein paar Darts zu werfen. Darts zum Testen können vor Ort ausgeliehen werden. Natürlich können auch die Ligaspiele im Sporthaus mitverfolgt werden. Infos auf Facebook, Instagram und Whatsapp Kanal.

Wir freuen uns auf jeden Besuch.

Markus Sturm
(Spartenleiter Dart)



VOLLEYBALL HARSTE 2

Mixed Volleyball Harste 2

Mittwoch 18.00 - 20.00 Uhr

Übungsleiter: Willi Tafelski

Kontakt: Uwe Winkelbach

uwinkelbach@t-online.de

Die Mixed Volleyball Wettkampfmannschaft / Team Mittwoch kann im Jahr 2025 auf eine sportlich wie organisatorisch sehr erfolgreiche Entwicklung zurückblicken. Den Höhepunkt stellte zweifellos der Abschluss der Saison 2024/2025 dar, die mit der ungeschlagenen Meisterschaft in der 2. Mixed Volleyball Liga Göttingen beendet wurde. Dieser Erfolg ist das Ergebnis kontinuierlicher Trainingsarbeit, einer stabilen Mannschaftsstruktur sowie eines hohen Maßes an Einsatzbereitschaft aller Beteiligten. Die Mannschaft hat sich im Ligabetrieb als konstant, leistungsstark und geschlossen präsentiert.



Mit dem errungenen Meistertitel war sportlich auch der Aufstieg in die 1. Liga verbunden. Nach einer offenen und konstruktiven Diskussion innerhalb der Mannschaft wurde jedoch gemeinsam beschlossen, dieses Aufstiegsrecht vorerst nicht wahrzunehmen. Die Entscheidung beruhte auf der Einschätzung, dass eine weitere Konsolidierung der Mannschaft sinnvoll ist, um langfristig auch in einer höheren Spielklasse bestehen zu können. Entsprechend ist das Team in der Saison 2025/2026 erneut in der 2. Liga angetreten.

Die bisher erzielten Ergebnisse bestätigen diesen Weg: Die Mannschaft zeigt weiterhin einen klaren sportlichen Aufwärtstrend, die Spielabläufe werden stabiler und die mannschaftliche Geschlossenheit wächst spürbar von Spiel zu Spiel.

Besonders erfreulich ist die personelle Kontinuität im Jahr 2025. Es gab keine Abgänge aus der Wettkampfmannschaft, was für ein hohes Maß an Identifikation mit dem Team und dem Verein spricht. Gleichzeitig konnte erstmals ein Jugendspieler erfolgreich in die Punktspielformation integriert werden. Dieser Schritt ist ein wichtiges Signal für die vereinsinterne Nachwuchsarbeit und trägt wesentlich dazu bei, die Verzahnung zwischen Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbereich weiter zu stärken. Der Zusammenhalt innerhalb des Vereins wird dadurch nachhaltig gefördert.

Auch über den reinen Ligabetrieb hinaus engagierte sich die Mixed Wettkampfmannschaft intensiv im Vereinsleben. Wie bereits in den Vorjahren war das Team erneut Ausrichter des traditionellen Weihnachtsturniers. Die Veranstaltung zeichnete sich durch eine besonders fröhliche und familiäre Atmosphäre aus und wurde von allen teilnehmenden Mannschaften sehr positiv aufgenommen. Das Turnier leistete einen wichtigen Beitrag zur Pflege des sportlichen Austauschs und zur positiven Außendarstellung des Vereins.

In den Sommermonaten 2025 verlagerte sich der Trainings- und Spielbetrieb verstärkt auf die Beachanlage. Die Mannschaft nutzte diese Phase nicht nur zur sportlichen Weiterentwicklung, sondern engagierte sich auch organisatorisch als Ausrichter des im Rahmen der Harster Sporttage sehr geschätzten Beachvolleyballturniers. Die Veranstaltung war gut besucht und organisatorisch erfolgreich. Auch sportlich konnte die Mixed Mannschaft überzeugen und respektable Platzierungen erzielen.

Insgesamt präsentiert sich die Mixed Volleyball Wettkampfmannschaft im Jahr 2025 als sportlich erfolgreich, strukturell stabil und stark im Vereinsleben verankert. Sie stellt damit einen wichtigen Leistungsträger und zugleich ein verbindendes Element innerhalb des Vereins dar.



HARSTE 1

Die Montags-Gruppe „Harste I“ der Volleyball-Abteilung des SV Harste blickt auf ein insgesamt erfolgreiches Jahr zurück. Nachdem die Trainingsbeteiligung in den vergangenen Jahren teils schwankte, konnte der Trainingsbetrieb nun – abhängig von der jeweiligen Spieleranzahl – wieder deutlich regelmäßiger durchgeführt werden. Diese Kontinuität wirkte sich positiv auf Spielrhythmus, Abstimmung und Trainingsqualität aus.

Mit Beginn der wärmeren Monate verlagerte die Gruppe ihre Aktivitäten auf die vereinseigenen Beachfelder. Sobald es die Temperaturen zuließen, wurden die Plätze gemeinschaftlich vorbereitet und intensiv genutzt. Das Training im Sand stellte nicht nur eine konditionelle Herausforderung dar, sondern förderte auch Reaktionsfähigkeit, Beweglichkeit und Spielübersicht. Gleichzeitig bot das Beachvolleyball eine willkommene Abwechslung zum Hallentraining und stärkte den Teamzusammenhalt.

Nach der Sommerpause wurde der Trainingsbetrieb in der Halle wieder aufgenommen. Neben gezieltem Techniktraining – insbesondere in den Bereichen Annahme, Zuspiel und Angriff – stand vor allem das freie Spiel im Vordergrund. Besonders erfreulich ist die personelle Verstärkung durch engagierte Spielerinnen und Spieler aus der eigenen Jugend. Dadurch ist ein kontinuierliches Training auf gutem sportlichen Niveau sichergestellt und die positive Entwicklung der Gruppe nachhaltig unterstützt.

Mixed Volleyball Harste 1

Montag 18.30 - 20.45 Uhr

Übungsleiterin: Yvonne Tafelski

Kontakt: Yvonne Tafelski

Mobil: 0176 24544521

VOLLEYBALL FREIZEITGRUPPE

Mixed Volleyball Freizeit

Freitag 18.30 - 20.30 Uhr

Übungsleiterin: Sylvia Haase

Kontakt: Sylvia Haase

Mobil 01577 4938199

Ein Jahr voller Bewegung und Begegnungen

Das Jahr 2025 war für die Freizeit-Volleyballgruppe des SV Harste erneut geprägt von Aktivität, guter Laune und echtem Teamgeist. Der Freitagabend hat sich einmal mehr als fester Treffpunkt etabliert – nicht nur für sportliche Betätigung, sondern auch als willkommene Auszeit vom Alltag.

Woche für Woche wurde gelaufen, gebaggert, gepritscht und gelacht, immer mit dem Ziel, gemeinsam eine gute Zeit zu haben.

Sport ohne Leistungsdruck

Was unsere Gruppe besonders auszeichnet, ist die lockere und offene Art, mit der wir Volleyball spielen.

Unterschiedliche Spielstärken treffen aufeinander und ergänzen sich – ganz ohne Zwang, dafür mit viel gegenseitiger Rücksichtnahme. Neue Spielzüge werden ausprobiert, Fehler gehören dazu und sorgen nicht selten für den einen oder anderen Lacher. Genau diese entspannte Herangehensweise macht den Reiz unserer Freitagsrunde aus.

Gemeinschaft über das Spielfeld hinaus

Auch abseits des Netzes wird Zusammenhalt großgeschrieben. Nach den Trainingseinheiten bleibt man gerne noch beisammen, tauscht sich aus oder lässt den Abend in geselliger Runde ausklingen. Diese Gespräche und Begegnungen stärken das Miteinander und sorgen dafür, dass aus Mitspielern Freunde werden. Der soziale Aspekt ist damit ein fester Bestandteil unserer Gruppe.

Weihnachtsturnier als fester Programmpunkt

Ein besonderer Termin im Jahresverlauf war auch 2025 wieder das traditionelle Weihnachtsturnier des SV Harste.

Mit viel Einsatz und guter Stimmung nahmen wir daran teil und genossen die besondere Atmosphäre.

Der sportliche Vergleich stand dabei ebenso im Vordergrund wie der Austausch mit anderen Mannschaften.

Gemeinsame Spiele nach dem offiziellen Turnierverlauf rundeten den Tag ab und machten das Event zu einem gelungenen Abschluss des Jahres.



VOLLEYBALL KIDS U10

Volleyball Kids U10

Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr

Übungsleiter: Michelle Disep &
Nils Bieling / Melanie Schwedler

Kontakt: Michelle Disep
Mobil: 0157 86866331

Kinder-Volleyball U10

Die Kindervolleyballmannschaft besteht derzeit aus 17 Spieler*innen (Mädchen und Jungen), die voller Begeisterung trainieren. Die meisten von ihnen sind seit Anfang an dabei, was bedeutet, dass diese Mannschaft nun schon seit insgesamt vier Jahren zusammen spielt, seit sie in ihrer frühesten Kindheit mit dem Volleyballtraining begonnen haben.



Die Spieler*innen konzentrieren sich gut und zeigen großes Interesse daran, sich zu verbessern. Durch die lange gemeinsame Zeit haben sie ein gutes Gespür füreinander entwickelt und können sich gegenseitig gut einschätzen. Die Altersspanne in der Mannschaft beträgt sieben bis acht Jahre.



Es ist bemerkenswert, dass mittlerweile nur noch die Annahme im Spiel gefangen wird, während alle anderen Spielzüge im laufenden Spiel stattfinden. Dadurch ist ein nahezu komplettes Volleyballspiel möglich, und das in so jungem Alter. Wir üben inzwischen die Abgabe von oben und auch den Angriffsschlag.



Allerdings wird es in der Halle ganz schön eng, da wir teilweise mit über 15 Spielern*innen gleichzeitig trainieren. Zum Glück unterstützen uns weiterhin Melanie Schwedler und nun auch Kathleen Schwendt im Training, sodass nicht nur Nils und Michelle das Training leiten müssen. Bei der Menge an Kindern kann es ganz schön wuselig werden, und die zusätzliche Unterstützung ist daher sehr wertvoll.

Besonders erfreulich ist, dass wir Spieler*innen aus der näheren Umgebung gewinnen konnten, da wir eine der wenigen Mannschaften sind, die in diesem Alter bereits Volleyball anbietet. Dadurch ist unsere Mannschaft über die Grenzen Harste hinaus bekannt.

VOLLEYBALL JUGEND U16

Volleyball Kids U10 / Jugend U16

Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr

Übungsleiter:

Michelle Disep & Nils Bieling

Kontakt: Michelle Disep

Mobil: 0157 86866331

Jugend-Volleyball U16

Die Jugendvolleyballmannschaft besteht derzeit aus neun Spieler*innen (Mädchen und Jungen), die voller Begeisterung trainieren. Alle Spieler beherrschen mittlerweile die Grundtechniken solide und zeigen große Fortschritte.

Das Training wird von Nils und Michelle geleitet, die die Spieler optimal fördern. Die Mannschaft ist inzwischen so weit, dass sie bereits die Montagsmannschaft der Erwachsenen unterstützen kann. Zudem hat ein Jugendspieler die Möglichkeit, am Punktspielbetrieb der Mittwochsmannschaft teilzunehmen, sofern Platz für ihn ist.

Im vergangenen Jahr hat die Mannschaft ebenfalls die Montagsmannschaft beim Weihnachtsturnier unterstützt, was eine tolle Erfahrung für die jungen Spieler*innen war. Die Trainingsbeteiligung der verbleibenden Spieler ist sehr gut, und wir freuen uns, Anfang dieses Jahres eine neue Spielerin aus Gladebeck in unserem Team willkommen zu heißen. Die positive Entwicklung des Teams und der Zusammenhalt sind bemerkenswert, und wir sind stolz auf die Fortschritte, die alle gemacht haben.



LINEDANCE FLYING FEET

Linedance (DGH Asche)
Dienstag 18.30 - 20.30 Uhr
Übungsleiterin: Petra Linde

Kontakt: Petra Linde
hasterflyingfeet@web.de

2025 sind wir am 7. Januar mit insgesamt 12 Tänzerinnen und Tänzern mit dem ersten Übungsabend ins neue Jahr gestartet.

Seit Anfang 2023 besteht ein Kooperationsvertrag mit dem SV Hardeggen, sodass wir uns zusammen mit den „Dancing Donkeys“ regelmäßig dienstags ab 19 Uhr im DGH Asche treffen. Mit viel Spaß und Freude tanzen wir dann gemeinsam und nach unterschiedlicher Musik werden erlernte Tänze gefestigt und neue gelernt.

Ende Januar haben wir uns zu einem geselligen Beisammensein im Harster Keglerheim getroffen. Bei Pizza und Knabberereien hatten wir viel Spaß beim Kegeln.

Ab Anfang Februar habe ich an 10 Abenden einen Anfängerkurs angeboten. Hierdurch haben wir 3 neue Linedancerinnen hinzubekommen und beginnen daher mit dem Training seit Anfang April schon um 18:30 Uhr.

Während des Jahres haben wir wieder gemeinsam diverse Linedance-Veranstaltungen in der Umgebung (Lengler, Neuhaus/Solling, Altenau, Greene, Einbeck, Moringen) besucht.

Am 16. Dezember war für 2025 unser letzter Übungsabend.



12 Linedancerinnen und 3 Linedancer sind z. Z. aktiv.
Über weitere Tänzerinnen/-er würden wir uns jederzeit freuen.
Wer Lust hat schaut einfach mal zum Schnuppern vorbei.
Unsere Übungszeit ist jeweils dienstags ab 18:30 h im DGH Asche.

Petra Linde
Übungsleiterin

BADMINTON

Badminton

Freitag 20.30 - 22.00 Uhr

Übungsleiter: Hendrik Plümecke

Kontakt: Hendrik Plümecke

Mobil 0151 28111820

Auch im vergangenen Jahr stand bei unserer Badminton-Gruppe wieder der Spaß am Spiel und die Freude an der Bewegung im Mittelpunkt. Als reine Freizeitgruppe treffen wir uns jeden Freitag um 20:30 Uhr und lassen die Woche gemeinsam sportlich ausklingen.

Unsere Gruppe bestand im Jahr 2025 aus 3 bis 6 Teilnehmerinnen und Teilnehmern., in der jede und jeder auf seine Kosten kommt. Egal ob spannende Einzelmatches oder abwechslungsreiche Doppelspiele – der Teamgeist und das faire Miteinander und der Spaß standen stets im Vordergrund.

Neben dem sportlichen Ehrgeiz kam auch der gesellige Austausch nicht zu kurz. Zwischen den Spielen blieb immer Zeit für Gespräche, Lachen und gegenseitige Motivation.



Wir freuen uns auf ein weiteres sportliches Jahr mit vielen spannenden Ballwechseln, guter Stimmung und einer weiterhin starken Gemeinschaft.

Wer Interesse am Badminton spielen hat, kann gerne Kontakt zu uns aufnehmen.

Mit sportlichem Gruß

Hendrik Plümecke

JAZZDANCE KIDS MIRROR GIRLS

Mirror Girls

Freitag 16.30 - 18.00 Uhr
Übungsleiter: Melanie Schwedler

Kontakt: Melanie Schwedler
vorstand@sv-harste.de

Die Gruppe besteht seit Mai 2025 und ging aus einer Tanzgruppe in Lenglern hervor, da einige Teilnehmerinnen das Alter von 8 Jahren überschritten hatten.

Mittlerweile ist die Gruppe auf 22 Teilnehmerinnen angewachsen, so dass die Kapazitätsgrenze der Halle erreicht ist. Interessenten können auf der Warteliste eingetragen werden und bei frei werdenden Plätzen, diese einnehmen.

Die Tänzerinnen sind hochmotiviert und begeistert beim Tanztraining. Besonders viel Spaß haben sie bei den Auftritten, bei denen sie ab August letzten Jahres ihr Können zeigen konnten. Die Premiere fand im Rahmen der Harster Sporttage statt. Auftritte folgten beim Herbstmarkt des Kultur- und Heimatvereins und beim Harster Winterzauber.

Ein besonderes Highlight war der Auftritt bei der Hallenshow in Lenglern Mitte November. Die Kids zeigten einen klassischen Jazzdance zu „1000 Sterne“ und durften die zweite Hälfte der Show mit ihrem „Lichtertanz“ eröffnen, bei dem sie die Halle zum Leuchten brachten. Weiterhin traten sie mit den „First Ladies“ aus Güntersen und der Gruppe „Rock gegen Rost“ vom Grün Weiß Hagenberg gemeinsam zu dem Song „Dynamite“ auf. Momentan trainieren sie einen „Spiegeltanz“, um ihren Namen „Mirror Girls“ zu unterstreichen. Diesen Namen gab sich die Gruppe in einer Abstimmung kurz nach der Gründung.

Es steht auch wieder eine Kooperation mit den beiden vorgenannten Gruppen an, die im Rahmen des nächsten Gymnastik- und Tanzforums voraussichtlich im Juni ihre Premiere feiern soll.



KINDERTURNEN KRABELGRUPPE MUKIS + MINIS

Kinderturnen

Krabbelgruppe / MuKis /
Minis 1 & 2
Zeiten s. Text

Kontakt: Yvonne Tafelski
Mobil: 0176 24544521

Krabbelgruppe

Die Krabbel- und Spielgruppe des SV Harste ist für Babys und Kleinkinder ab 4 Monaten.

Wir sind zur Zeit elf Muttis mit unseren Kindern, die sich jeden Montag von 15:30 – 16:30 Uhr in der Turnhalle in Harste treffen. Mit Gesang, kindgerechtem Spielzeug und netten Gesprächen, Fragen sowie Tipps über das „neue“ Leben mit Kind verfliegt unsere gemeinsame Stunde im Nu. Mittlerweile sind wir vom Alter her sehr gemischt, da viele Krabbelkinder ältere Geschwister haben, die auch gerne mitkommen. So sind wir im letzten Jahr zu einer Spielgruppe gewachsen, in der immer auch schon Bewegungslandschaften aufgebaut werden, sodass alle Kinder im Alter von 0-3 Jahren spielen und toben können.

Wir freuen uns über alle die kommen möchten, gerne auch aus umliegenden Ortschaften.

Bis dahin, ich freu mich auf euch.

Marina Heinemann-Boes

Mukis

Die 1-3 jährigen kleinen Turner treffen sich montags mit ihren Eltern/Großeltern.

Zu Beginn der Turnstunde singen wir gemeinsam unser Begrüßungslied und tanzen 1-3 Kinderlieder je nach Lust und Laune der Kinder. Danach wird geklettert, gerutscht, gehüpft balanciert, gesprungen und geschaukelt. Auch das Bobby Car fahren ist immer sehr beliebt.

Wenn die Kinder Lust haben, wird noch zwischendurch ein Spiel gespielt, bevor wir gemeinsam abbauen und aufräumen. Zum Ende jeder Turnstunde singen wir unser gemeinsames Abschlusslied.

An dieser Stelle wieder ein riesiges Dankeschön an alle, die beim Auf-und Abbau mithelfen.

Lena Meise und Daniela Lange



Minis 1

Jede Woche Dienstags von 16:30 - 17:30 Uhr findet das Kinderturnen im Alter von 3-5 Jahren statt.

Für die Kids gibt es jede Woche eine andere Turnwelt, wo die Kinder an den aufgebauten Geräten ihre Stärken und ihr Selbstvertrauen noch mehr aufbauen können.

Zwischendurch und am Ende der Turnstunde spielen wir Spiele, ein sehr beliebtes Spiel ist „Feuer, Wasser, Sturm“ oder auch „Der Dino kommt“.

Vielen lieben Dank auch an alle Eltern die uns fleißig helfen nach der Turnstunde alles abzubauen, und bei Krankheitsfällen uns aushelfen.

Mary-Joe Ohms und Nadine Arend

Minis 2

Die Minis 2 finden immer mittwochs von 16.30 – 17.30 Uhr statt. Die Gruppe besteht aus 5-7-jährigen, die sich in der Turnhalle bei vielfältigen Bewegungsangeboten so richtig austoben und gemeinsam sporteln. Im letzten Jahr standen dabei sowohl abwechslungsreiche Bewegungslandschaften als auch das regelkonforme Spielen kleiner Spiele im Vordergrund. Auch Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen und Werfen wurden spielerisch geübt. Die Kinder waren alle stets motiviert dabei und wir freuen uns immer wieder über neue Gesichter.

Yvonne Tafelski

Maxis

Die Maxis müssen momentan auf unbestimmte Zeit pausieren.
Hier sind wir derzeit auf der Suche nach einem Übungsleiter!

FITNESS

Fitness

Dienstag 19.00 - 20.00 Uhr
Übungsleiterin: Ulrike Schocke

Kontakt: Ulrike Schocke
vorstand@sv-harste.de

Wir sind ins erste Halbjahr mit Zirkeltraining im Wechsel mit Pilates gestartet. Bei warmen Temperaturen und Sonnenschein sind wir nach draußen gegangen für unser Workout und haben die Sommerpause mit einem gemütlichen Beisammensein eingeläutet.

In der zweiten Jahreshälfte haben wir Functional Fitness und Pilates gemacht und mit einer kleinen Weihnachtsfeier beendet.

Unsere Gruppe ist sehr konstant und motiviert dabei und wir freuen uns immer auf neue Teilnehmer.

Es wird nicht langweilig!

Ulrike



STEP-AEROBIC

Step-Aerobic

Dienstag 20.00 - 21.15 Uhr
Übungsleiterin: Daniela Lange

Kontakt: Daniela Lange
vorstand@sv-harste.de

Die Step-Aerobic-Gruppe trainiert weiterhin dienstags von 20.00-21.15 Uhr. Frauen und Männer sind willkommen und allen ist gewiss, dass sie sich so auf die Choreografie konzentrieren müssen, dass sie einmal komplett abschalten und sich auspowern können...

In diesem Jahr kamen viele neue Schritte bzw. Schrittkombinationen dazu und auch die Stepperaufstellung wurde in einzelnen Choros verändert (Kreis, mehrere Stepper, zu zweit auf einem...). Zudem haben wir ein tolles T-Shirt vom Verein bekommen, das uns alle verbindet - insbesondere mit Norbert ;-)

Der zweite Auftritt beim Sportwochenende hat unsere Fortschritte noch einmal allen gezeigt und super geklappt.

Ich freue mich schon auf das dritte Jahr mit euch allen

Daniela



GESUNDHEITS- SPORT

Gesundheitssport Ü40

Donnerstag 19.30 - 20.45 Uhr
Übungsleiterin: Marianne Dietrich

Kontakt: Marianne Dietrich
Mobil: 0151 10768342

Fit & beweglich - in jedem Alter

Übungen für die Gelenkbeweglichkeit, Faszien- und Tiefenmuskulatur stehen bei uns auf dem Plan.
Aber auch Ausdauer, Krafttraining und Koordination sind fester Bestandteil unserer Trainingseinheit.

Bei einem abwechslungsreichen Training kommen Kleingeräte wie:
Hanteln, Stäbe, Flexibars, Widerstandsbänder, Loops, Brasils, Bälle zum Einsatz.

Durch Achtsamkeit und Körperwahrnehmung kann jeder Teilnehmer in seinem individuellen Trainingsbereich bleiben.
Mit Dehn- oder Entspannungsübungen runden wir die Übungsstunde ab.

Wir sind eine Gruppe im Alter von ca. 38-70+

Unser Motto ist:
Einatmen... Ausatmen... Lächeln

Mit sportlichen Gruß

Marianne Dietrich und Teilnehmer

Unsere Übungszeit ist donnerstags von 19.30-20.45 Uhr

Schau doch einfach mal bei uns rein. Wir freuen uns auf DICH.



DAMENGYMNASTIK

DIE HERBSTZEITLOSEN

Damengymnastik

Mittwoch 20.00 - 21.00 Uhr
Übungsleiterin: Marianne Dietrich

Kontakt: Marianne Dietrich
Mobil: 0151 10768342

Sport macht Spaß und Spaß muß sein

Wir treffen uns mittwochs um 20.00 – 21.00 Uhr
zum Sporteln.

Erstmal Musik an, gleich geht's los...

Viele Schritte mal klein mal groß, mal groß mal klein
- klappt doch ganz gut - so muß es sein.
Die Schultern drehen vor und zurück – schon mal geschafft
- zum Glück.

Die Arme hoch und wieder runter,
trotz später Stund sind wir recht munter.
Ein Stuhl steht schon für uns bereit – zum sporteln drauf
– wir sind soweit.

Die Knie im Wechsel auf und ab, wir machen lange noch
nicht schlapp.
Die Arme rechts, die Arme links nun stehen wir auf – ist ja kein Ding.
Im Gleichgewicht da wollen wir sein,
drum heben wir erstmal ein Bein.
Noch ein paar Übungen hier und da - uns geht es gut
– wie wunderbar.

Nun etwas dehnen und auch strecken
– kann jemand mal das Tischlein decken?!
Jetzt wird's gemütlich und entspannt
– da wird noch nicht nach Haus gerannt –
Wir plaudern noch und lachen viel,
Geselligkeit heißt dieses Spiel.

In diesem Sinne sportliche Grüße
Die Herbstzeitlosen

Wenn du jetzt Lust bekommen hast, bei uns dabei zu sein,
schau einfach mal bei uns rein.

Info bei Marianne Dietrich, Tel. 05593/95106



FUSSBALL G-JUGEND

JSg Lengler/Harste G-Jugend

Montag 16.30-17.30 Uhr

Übungsleiter: Christoph Meise &
Tobias Rorig

Kontakt: Christoph Meise

Mobil: 0176 24657757

G-Jugend / Bambinis

Seit dem Sommer 2025 betreuen Tobias Rorig und Christoph Meise unsere jüngsten Fußballer im Verein und führen die Bambinis mit Spiel und Spaß langsam an die schönste Nebensache der Welt heran.

Durch die Reform des Kinderfußballs in Deutschland spielen die kleineren Jugendmannschaften nicht mehr auf 2x5m große Jugendtore, sondern auf einem kleineren Spielfeld auf jeweils 2 Minitor. Diese Spielform soll den Kindern mehr Ballaktionen und Erfolgserlebnisse verschaffen und wird von den Kindern gut angenommen. Es ist zu sehen, dass insgesamt wieder mehr Kinder für den Fußball zu begeistern sind.

Gerade in dieser Altersstufe ist es immer wieder eine große Freude zu beobachten, wenn neue Kinder aufgeregt beim ersten Training erscheinen, dann mutig mitmischen, ihre ersten Erfolgserlebnisse feiern und sich nach und nach weiterentwickeln.

Das größte für die kleinen ist dann nach einem Turnier ihre erste Medaille in den Händen zu halten.

Christoph und Tobi



FUSSBALL

D-JUGEND

JSG Lenglern/Harste D-Jugend

Montag 17.00 - 18.30 Uhr
in Lenglern

Donnerstag 17.00 - 18.30 Uhr
in Harste

Übungsleiter: Rafael Kubus

Mitglieder:

- Trainer/Betreuer: Rafael Kubus
- Insgesamt 16 Kinder, davon 8 aus Harste und 8 aus Lenglern

Sponsoren:

- Trikot, Hansa Flex
- Trainingsanzüge, Kaffee Concept
- Regenjacken, LVM-Versicherung

Wettkämpfe Saison 25/26:

- D-Junioren, Kreis Göttingen, 2. Kreisklasse Qualifikation Kleinfeld A, 6+1 Spiele
7 Turniertage in der Hinrunde, 3 Heimspiele in Harste, 6 Spiele in der kommenden Rückrunde,
davon 3 Heimspiele in Harste.
- Hallenkreisturnier Vorrunde VD04, Kreis Göttingen-Osterode am 07.12.2025
- Hallenkreisturnier Endrunde P05, Kreis Göttingen-Osterode am 07.03.2026

Sonstige Hallenturniere:

- Hallenturnier, Integrationscup in Gimte am 20.12.25
- Hallenturnier bei Sparta Göttingen am 15.02.26

Besondere Projekte:

- Rewe Junior Cup 2026: Ehrenamtlicher Verkauf am Pizzastand
(der Erlös der Eltern/Trainer kommt der Jugendkasse und der Mannschaftskasse zugunsten)

Rafael Kubus
Trainer JSG Lenglern/Harste

