

## Unser Sport- und Gesundheitszentrum

### SPORT, BEWEGUNG UND GESUNDE LEBENSFÜHRUNG

Wir können auch Fitness! Seit 2020 bieten wir in unserem Sport- und Gesundheitszentrum am Stubbendorffweg 8 Gesundheitstraining an modernsten Geräten von Milon und Five an. Um uns kennen zu lernen, kannst du ganz unverbindlich ein Probetraining vereinbaren. Unsere Kompetenten Mitarbeiter beraten dich gern!



#### Milon und Five – der Doppelpack, der wirkt!

Verbessern Sie Ihre Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit - für einen beschwerdefreien Alltag.

#### INKLUSIVE:

Herzstresstest- und Körperdatenmessung mit dem **cardioscan** ✓

## Sonstige Veranstaltungshinweise

### VORANKÜNDIGUNGEN

**28. Februar 2026**

**TURNGALA der Turnabteilung**

**14.30 und 18.30 Uhr**

**Aula des Gymnasiums**



Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Mo - Fr 8:30-12:30 Uhr

Mo 15:00-16:30 Uhr

Di, Do 15:00-17:00 Uhr

Stubbendorffweg 8

Telefon: 05191-3502

E-Mail: [info@mtv-soltau.de](mailto:info@mtv-soltau.de)

[www.mtv-soltau.de](http://www.mtv-soltau.de)



**MTV SOLTAU  
VON 1864 E.V.**

**MTV  
60+**

**GE~~MO~~MO**  
GESUND UND MOBIL  
*älter werden*

Ein Projekt des Niedersächsischen Turnerbundes

**NTB**   
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



## Sportangebote

<b>Wirbelsäulgymnastik für Männer</b>	<b>Sportpoint</b>
Montag 10:00-11:00	Christin
<b>Die Optimisten / Männergymnastik</b>	<b>WBS</b>
Montag 19:00-21:00	Willy
<b>Wirbelsäulgymnastik für Frauen</b>	<b>Sportpoint</b>
Dienstag 09:00-10:00	Christin
<b>Seniorengymnastik</b>	<b>SuG</b>
Dienstag 15:00-16:00	Bettina
<b>Fit im Sitzen</b>	<b>SuG</b>
Donnerstag 10:30-11:30	Birgit
<b>Fit mit dem Smovey outdoor/inklusiv</b>	<b>Böhmewaldstadion</b>
Freitag, 15:00 - 16:00	Marina

In diesen Sportangeboten kann geschnuppert werden.

Danach ist eine Teilnahme über Vereinsmitgliedschaft oder 10er-Karte möglich. Preise bitte in der Geschäftsstelle erfragen.

### Sportstätten:

MTV Sportpoint= Almhöhe 1, Soltau

HBG = Hermann-Billung-Schule / Gymnastikraum

WBS = Wilhelm-Busch-Schule

SuG = Sport- und Gesundheitszentrum,

Stubbendorffweg 8

## Termine



**Donnerstag, 22.01.2026**

**Koordination und Beweglichkeit**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Donnerstag, 19.02.2026**

**Spielenachmittag**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Donnerstag, 26.03.2026**

**Gangsicherheitstraining**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Donnerstag, 16.04.2026**

**Spielenachmittag**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Donnerstag, 21.05.2026**

**Gedächtnistraining**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Donnerstag, 18.06.2026**

**Spielenachmittag**

MTV Sportpoint, Almhöhe 1, 15 bis 17 Uhr

**Anmeldung in der Geschäftsstelle**

**Telefon: 05191-3502**

## Termine

**Donnerstag, 08.01.2026**

Begrüßung des neuen Jahres mit einem Sektempfang/Kaffee und Kuchen im Vereinsheim des TC von Cramm Soltau mit Vertretern unseres Vorstandes.

Beginn: 15 Uhr, Anmeldung bis 04.01.2026\*

**Donnerstag, 05.02.2026**

Grünkohlessen im Vereinsheim des TC von Cramm Soltau. Beginn: 18 Uhr, Anmeldung bis 30.01.2026\*

**Donnerstag, 05.03.2026**

Kaffeenachmittag im Vereinsheim des TC von Cramm Soltau. Vortrag Herr Wachter über „Soltau im Wandel der Zeit.“ Kuchenspenden sind willkommen!

Beginn: 15 Uhr, Anmeldung bis 01.03.2026\*

**Donnerstag, 02.04.2026**

Besuch des THW Soltau. Dauer ca 2 Stunden. Danach Kaffee und Kuchen in „Hildes Café“ am George-Lemoine-Platz. Beginn: 13 Uhr, Anmeldung bis 26.03.2026\*

**Donnerstag, 07.05.2026**

Fahrt mit dem Bus nach Stade. Abfahrt: Alte Reithalle. In Stade Stadtführung ca 1,5 Stunden ab 10:00 Uhr. Danach Weiterfahrt nach Hollern - Twielenfleet zum Essen im Gasthof Hollerner Hof. Um ca 13:40 geht es zum Obsthof Bremer mit Hofführung. Um 16:00 Uhr Rückfahrt nach Solau. Kosten für Bus und Stadt Führung: 40,00 €

Beginn: 8 Uhr, Anmeldung bis 31.03.2026\*

**Donnerstag, 04.06.2026**

Besuch des Luftbrückenmuseums in Faßberg mit vorherigem Mittagessen. Restaurant steht noch nicht fest. Dauer der Führung ab 14:00 Uhr ca 90 Minuten.

Eintritt: 5,00 €/Person. Abfahrt vom MTV-Heim mit Vereinsbussen und/oder Privat PKW's.

Beginn: 11 Uhr, Anmeldung bis 28.05.2026\*

\* Anmeldung für die Angebote „Neue Alte“ bei

Franz Schaper

Telefon: 05191-17175, Mail: frascha.sol@web.de

IBAN MTV Soltau: DE37 2585 1660 0000 1131 83

