

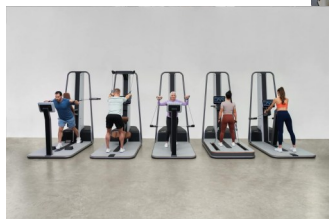
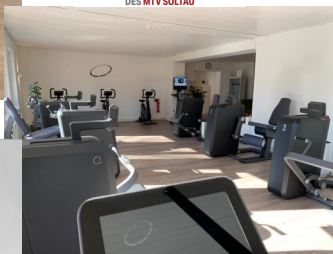
## Unser Sport- und Gesundheitszentrum

### 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!



SPORT-UND  
GESUNDHEITZENTRUM  
DES MTV SOLTAU



### 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**  
GESUND UND MOBIL  
*älter werden*

Ein Projekt des Niedersächsischen Turnerbundes

**NTB** #  
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



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

## Sportangebote

<b>Wirbelsäulengymnastik 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>Wirbelsäulengymnastik für Frauen</b>	<b>Sportpoint</b>
Dienstag 09:00-10:00	Christin
<b>Senioren-gymnastik</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>Böhmewald-stadion</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-Billing-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

#### Spielemittag

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

#### Spielemittag

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

#### Spielemittag

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

Grünkohllessen 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 Cafe“ 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 Soltau.

Kosten für Bus und Stadtführung: 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: frasca.sol@web.de

IBAN MTV Soltau: DE37 2585 1660 0000 1131 83