



TSV WIEMERSDORF

von 1922 e.V.

34. Jahrgang

Juli 2006

Vogelschießen

am 1. und 2. September 2006



Bauernmarkt

Spargelhof Schäfer

Grünplan 1 • 24649 Wiemersdorf

Tel.: 0 41 92 / 24 20

Fax: 0 41 92 / 8 52 44

Öffnungszeiten:
täglich von
9.00 - 18.00 Uhr

Ab ca. 8. Juli

**Himbeeren
und
rote/schwarze Johannisbeeren**

ZUM SELBERPFLÜCKEN

- gepflückte Ware ist vorrätig -



Elektro-Fölster

Kieler Straße 58
24649 Wiemersdorf

Maienbeeck 29
24576 Bad Bramstedt

Tel.: 0 41 92 / 22 30 · Fax: 0 41 92 / 96 99

blum+kahl: raumausstattung

Neuzeitliches Dekorieren · Jalousetten · Markisen · Polstermöbel
aus eigener Werkstatt · Möbel · Teppiche · Verlegung von Teppichböden
PVC-Böden · Linolium · Parkett



50 Jahre
Raumausstatter-
Meisterbetrieb

24576 Bad Bramstedt
Landweg 27
Telefon 0 41 92 / 22 28



Baumschulpflanzen
jeder Art
Pflanzenverkauf
Gartengestaltung

Timm Jörck

24649 Wiemersdorf

Kieler Straße 2

Telefon 0 41 92 / 28 08



Über
125
Jahre

Glaserei Manske

Inhaber: Klaus Manske

Bau- und Kunstglaserei
Ganzglas-Türanlagen
Bildereinrahmung - Glasschleiferei

Bad Bramstedt - Maienbeeck 12
Fernruf (0 41 92) 14 79

EHRUNGEN

Auf der Jahreshauptversammlung haben wir nur Sportlerehrungen vorgenommen.

Geehrt wurde die **Faustball-B-Jugend** für den Landesmeistertitel. Und dann haben wir diesmal drei jungen Ehrenamtlern gratuliert, die eigenständig jüngere Sportler trainieren, motivieren und begeistern können.

Matthias Pahnke trainiert junge Karate-Kinder und hat inzwischen auch die große Übungsleiter-Lizenz erhalten.

Anna Runge und **Fraakea Bußmann** trainieren kleine Faustball-Kids.

Hochachtung vor diesen jungen Leuten!

Die Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften werden wir im Oktober gesondert vornehmen.

EHRUNGEN 2006

Wir ehren



Fraakea Bußmann
Matthias Pahnke
Anna Runge

und die
FAUSTBALL-B-JUGEND
- Landesmeister -

TSV WIEMERSDORF

Dörte Jörck



WIR GRATULIEREN:



ZUR GOLDENEN HOCHZEIT
ZUR DIAMANTEN HOCHZEIT
ZUM 70. GEBURTSTAG
ZUR GEBURT
IHRES SOHNES MENO

ELFRIEDE UND ARTUR HOLDORF
IRMA UND ALBERT WYKHOFF
INGRID BUSCH
TANJA UND HAJO GERRIETS



Nachruf

Wir mussten in den letzten Monaten Abschied nehmen von drei langjährigen Mitgliedern:

Hermann Ehlers

Mitglied seit 1949 wurde Hermann als Faustballspieler auch Geräte- und Sportwart. Er hat nach dem Kriege den Verein sehr unterstützt. Als begeisterter Skatspieler betreute er lange Jahre die TSV-Skatrunden.

Manfred Eggersgluß

Viel zu früh verloren wir unser aktives Mitglied Manfred. Als begeisterter Tischtennispieler und Faustballer wird er schmerzlich vermisst. Für den TSV saß er im Latuff-Elferrat und seine humorige Art wird uns alle in Erinnerung bleiben.

Alfred Thies

Seit 1956 Mitglied im TSV ist uns Alfred als Skatrundenbetreuer in Erinnerung. Trotz seiner langen Krankheit war sein Interesse für unseren Verein immer stark.

Wir werden unseren Verstorbenen ein ehrendes Andenken erhalten!

Der Vorstand



UNSERE ADRESSE IM INTERNET:

www.tsv-wiemersdorf.de





DER MUSIKZUG



Viel Arbeit erwartete den Musikzug Ende April. Am 29.04. stand unser Frühjahrskonzert auf dem Programm. Für unser Konzert konnten wir Lotti und Jürgen Krohn's Saal nutzen. Eine wesentlich bessere Alternative, zu den doch eher beengten Verhältnissen im Kulturraum des Kindergartens. Auf- und Abbau der Bühne, Tische und Stühle wurden vom Orchester selber in die Hand genommen, und dank einer Vielzahl helfender Hände, schnell erledigt. Zu Beginn des Konzertes merkte man dann aber doch, dass unsere letzten Konzerte in Wiemersdorf alle im Kindergarten stattgefunden haben, denn es wurde mit einer Zuschauerzahl wie im Kulturraum gerechnet. Daher standen erst zu wenig Tische und Stühle, so dass noch Sitzgelegenheiten herbeigeschafft werden mussten.

Eine positive Überraschung.

Dann konnte das Konzert endlich beginnen. Ein über zweistündiges Mammutprogramm hat Bogdan für diesen Tag vorgesehen. Glanzpunkte waren das Medley „Mary Poppins“, ein Zusammenschnitt der schönsten Melodien des gleichnamigen Disney-Films, „Tom Jones in Concert“, ein Potpourri seiner größten Hits, sowie die drei Solisten Chrischi Heins (Trompete „Heimat deine Sterne“), Andreas Kühnert (Posaune „T-Bone Tricks“) und Hans-Markus Jörck (Bariton „Karneval von Venedig“). Uraufführung hatte das Stück „Andrew Lloyd Webber A Sinfonic Portrait“. Eine Zusammenstellung Webber's Welterfolge.

Für ihre 10-jährige Mitgliedschaft im Musikzug wurden Wiebke Kaiser und Svea Brennecke geehrt.

Einen Tag später fand das Maibaumfest statt. Ausrichter waren dieses mal wir. Kamen beim Aufbauen noch einige Regentropfen runter, so blieb es beim Fest doch trocken, und die Gäste konnten bei Wurst, Wein, Cocktails, Bier, Brause und Marshmallows für die Kleinen in den Mai feiern.

An dieser Stelle möchte sich der Vorstand bei den vielen Helfern bedanken, ohne die der reibungslose Auf- und Abbau und der Einsatz hinterm Tresen, an beiden Tagen nicht geklappt hätte.

Am 07.05. hatten wir unser erstes Kurkonzert in Bad Bramstedt. Bei strahlendem Sonnenschein und leichtem Wind (Bogdan hat mehr Noten „gejagt“ als dirigiert) konnten wir die Musikmuschel in Beschlag nehmen. Die sehr zahlreich erschienen Zuschauer bekamen dann unser gewohnt ausgegli-

chenes Programm, das im Wesentlichen dem des Frühjahrskonzert ähnelte, zu hören. Für unsere Tanni bedeutete dieses Konzert erst mal ein Abschied auf Zeit, denn hochschwanger moderierte sie unser Programm ersteinmal zum letzten mal. Inzwischen ist Meno eingetroffen, der Musikzug gratuliert den neuen Eltern, Tanni und Hajo, auf's Herzlichste.

Die Auftritte in Bad Segeberg bei den Bürgerschützen, den Kurkonzerten in Bad Bramstedt und Bad Segeberg sind leider erst nach dem Abgabetermin für die Vereinszeitung, und finden daher keine Erwähnung.

Deshalb folgt nun ein Ausblick auf unsere kommenden Unternehmungen:

**VOM 30.06. – 02.07. FINDET DAS
15. INTERNATIONALE MUSIKFEST BAD BRAMSTEDT STATT.**

DEN MUSIKZUG WIEMERSDORF FINDET MAN AUF FOLGENDEN BÜHNEN:

- 01.07. 13.00 Uhr Aufmarsch der Nationen (Schlosswiese)
- 01.07. 17.30–18.15 Uhr Musikmeile (Bühne 1)
- 02.07. 11.45–12.30 Uhr Musikmeile (Bühne 1)
- 02.07. 14.00 Uhr Festumzug

WEITERE HIGHLIGHTS:

- 30.06. 19.00–1.00 Uhr Wiedersehensfeier (Festzelt)
- 30.06. 23.00–1.00 Uhr Serenadenkonzert m. Feuerwerk (Schlosswiese)
- 01.07. 13.00 Uhr Aufmarsch der Nationen (Schlosswiese)
- 01.07. 19.00–20.00 Uhr 1. Internationales Jugendorchester (Festzelt)
- 01.07. 19.00–24.00 Uhr Big Band Abend (Kaisersaal)
- 02.07. 14.00 Uhr Festumzug
- 02.07. 17.30 Uhr Gesamtchor (Schlosswiese)

Am 20.08. findet unser letztes Kurkonzert in Bad Bramstedt für dieses Jahr statt. Beginn ist um 15.30 Uhr.

Am 30.09. begeben wir uns auf neues Terrain. Wir wurden eingeladen am Oktoberfest in Schwerin teilzunehmen. Bisher konnte der Veranstalter leider noch nicht sagen, ob die Veranstaltung stattfindet. Unter der Internetadresse www.blaskapellenfestival.de kann man aber die bisher teilnehmenden Orchester einsehen. Die Tour wird natürlich mit einem Reisebus stattfinden. Freie Plätze im Bus soll es nicht geben, daher werden wir uns noch mal melden, wenn wir wissen, ob das Fest stattfindet.

NEUES VON DEN JAZZDANCE-KIDS

Auf den diesjährigen Sommerfest am 20. Mai der Grundschule Wiemersdorf waren die Regenbogen-Kids mit ihren Tänzen ein kleines Highlight. Sie wurden von den 4 Angels Julia, Kim, Sarah und Thabea tatkräftig unterstützt. Trotz schlechten Wetters wurde die gute Stimmung nicht getrübt. Es wurde eine runde Sache mit tollen Tanzdarbietungen den vielen Besuchern Spaß machte.



Die tollen Leistungen unserer Wiemersdorfer Jazz-Kids haben sich über die Grenzen hinaus rumgesprochen. Die Regenbogen Kids und die Angels wurden zum Kinderfest am 18. Juni 06 vom Jugendring Bad Bramstedt auf der Schloßwiese eingeladen. Dort werden unsere Kids wieder einiges unserer Tanz-Leiden-schaft zum Besten geben.

Wir wünschen allen viel Sonne und schöne Ferien!

Bis bald
Eure Conni und Bibi



Rosmann/Martens (GbR)

Heizungs-, Sanitär- und Lüftungsbau

**Bimöhler Straße 12, 24623 Großenaspe, Tel.: 0 43 27 / 5 04,
0170 / 358 11 83 + 84**

**Ihr Service-
Fachmann
in Sachen:**

Notdienst

Gas- und Ölheizung, Notdienst
Brennwerttechnik
Solar- und Wärmerückgewinnung
Technische Planung und Verkauf

FERIENPROGRAMM 2006



Hallo Ihr Lieben,
hier ist nun also das diesjährige Ferienprogramm für unsere Kinder.

Vielen Dank an alle, die es möglich machen, unsren Kindern etwas Schönes in den Ferienwochen zu bieten!

Auf diesem Wege möchte ich mich von Euch als Verantwortliche für das Ferienprogramm verabschieden.

Diese Aufgabe übernehmen von nun an Karen Bludau und Melanie Stölting.
Ich wünsche Euch viel Freude dabei!

Liebe Grüße
Maren Rieve

IM RAHMEN DES FERIENPROGRAMMS WIRD AN FOLGENDEN TAGEN TRAINING UND ABNAHME FÜR DAS DEUTSCHE SPORTABZEICHEN ANGEBOTEN:

11.07.06 + 19.07.06 + 25.07.06 + 2.08.06 + 9.08.06

TRAININGSBEGINN IST AN ALLEN TAGEN UM 17.00 UHR.
AUSTRAGUNGSORT IST DER NEUE SPORTPLATZ AM FUHLENDORFER WEG.
ZU JEDEM TRAINING SIND NEBEN SPORTBEKLEIDUNG AUCH IMMER BADESACHEN MITZUBRINGEN, DENN BEI BADEWETTER VERLEGEN WIR DAS TRAINING INS FREIBAD WIEMERSDORF.
DAS TRAINING ENDET UM 18.30 UHR

FÜR RÜCKFRAGEN STEHT UNTER DER
TEL. NR. 04192/4424 OTTO RICHTER

ZUR VERFÜGUNG.

UM EINEN REIBUNGSLOSEN ABLAUF DES SPORTFESTES ZU GARANTIEREN,
WERDEN DIE ELTERN GEBETEN, TATKRÄFTIG ZU UNTERSTÜTZEN!

OTTO RICHTER

FERIENPROGRAMM 2006

Datum	Veranstaltung	Alter	Teilnehmer	Kosten	Tel.-Nr.
8.-10.07.06	"Piratentage" Zeltlager am Sportlerheim mit Anja Wahlers, Heike Schümann und Claudia Buddrus	ab Klasse 3 (Schuljahr 06/07)	20	20,- €	889911
10.07.06	Besuch der Bundespolizei (ehem. BGS) in Fuhlendorf	ab Klasse 3 (Schuljahr 06/07)			889306
11.07. - 12.07.06	Fahrrad-Tour nach Eekholt mit Melanie Stöltig, Alexandra Harbeck	7 - 11	15	20,- €	8191312
12.07.06	Picknick in der Feldmark mit Dörte	4 - 7			6976
15. - 16.07.06	Vater-Kind-Zelten auf dem Spargelhof Schäfer				2420
17.07.06	Hafenrundfahrt in Hamburg mit Dörte	ab Klasse 3 (Schuljahr 06/07)		6,- €	6976
18.07.06	aktiver Spielnachmittag im Sportlerheim mit Angela Martens und Birgit Zacherl	4 - 6 Jahre			85565 2778
20.-21.07.06	Heu-Herberge Wagner in Meezen mit Karen Bludau	ab 8 Jahre	9	12,- €	897477
24.07.06	Basketball in der Schulsporthalle mit Karen Bludau	ab 10 Jahre	12		897477
26.07.06	Akrobatik, Jonglieren + Einrad in der Schulsporthalle mit Karen Bludau	ab 8 Jahre	10		897477
29.07.06	Kanu-Tour mit Birgit Zielinski	ab 8 Jahre	10	10,- €	2196
04.08.06	ein Nachmittag auf dem Golfbauernhof mit Grillen	7 - 12 Jahre	20	6,- €	8191983
02.08.06	Ansitz mit den Jägern	ab 8 Jahre	20		9164
15.08.06	"Wir basteln eine Sonne" Claudia Buddrus + Angela Martens	ab 4	10	2,50 €	2013874 85565
16.-19.08.06	Zeltlager in Scharbeutz mit Melanie Stöltig	ab Klasse 4 (Schuljahr 06/07)		55,- €	8191312
19.07.06	Inliner - Tour mit Stefan Maibohm	ab 8 Jahre			85791

Üben für das Sportabzeichen am Sportlerheim mit Otto Richter jeweils ab 17.00 Uhr :
Di. 11.07., Mi. 19.07., Di. 25.07., Mi. 02.08., Mi. 09.08.06

17.07.06	Reiten und mehr mit dem Pony	5 - 11 Jahre	12	12,-€	897390
31.07.06	jeweils von 10-12 und 15-17 Uhr	5 - 11 Jahre	12	12,-€	897390
16.08.06	bei Gudrun Offen	5 - 11 Jahre	12	12,-€	897390

Anmeldung für alle hier angebotenen Aktionen am:

28.06.2006 von 14.00 – 16.30 Uhr in der WIFU, Grundschule Wiemersdorf.

Bitte Geld passend für die Aktionen mitbringen!

Für weitere Informationen und spätere Anmeldungen

bitte direkt an den Ansprechpartner wenden!

AKTUELLES VON DEN SCHÜTZEN

Am Donnerstag, den 13. April fand unser Königsschießen statt. Bedingt durch die Ferien konnten leider nicht alle Schützen an dieser Veranstaltung teilnehmen.

Als unser neues Königspaar präsentieren wir:

Silke Tucholka & Jens Rieve

Der Hofstaat wird vervollständigt von:

1. Hofdame Else Delfs
2. Hofdame Ursula Schönfeld
1. Ritter Günter Schönfeld



Das neue Königspaar mit Ihrem Hofstaat

Nach unserem Schießen haben wir uns in der Wiemersdorfer Kate zum „KÖNIGSESSEN“ eingefunden und einige schöne Stunden verbracht.

Für interessierte Vereinsmitglieder oder auch solche die es noch werden wollen möchten wir hier nochmals unsere Trainingszeiten und Ansprechpartner nennen:

Das wöchentliche Schießtraining findet jeweils Dienstag statt.

Für die **Jugend ab 18.00 Uhr** und für die **Erwachsenen ab ca. 19.30 Uhr**.

In den Ferien wird nicht geschossen!!!

Ansprechpartner:

Adalbert Gehl Tel. 04192-4145

Jens Rieve Tel. 04192-6439

Annika Stabe Tel. 04192-9676

(Standaufsicht)

(Spartenleiter/Jugendwart)



Wir würden uns freuen, Euch für den Schießsport gewinnen zu können und bieten allen Interessierten an, einmal unverbindlich im Sportlerheim vorbeizuschauen und einige Probeschüsse abzugeben. Geschossen wird mit dem Luftgewehr und mit der Luftpistole auf 10 Meter Entfernung.

Bis bald auf unserem Schießstand.

Die Schützinnen und Schützen

VOGELSCHIESSEN



Am 1. und 2. September findet wieder unser Vogelschiessen statt, zu der wir alle herzlich einladen! Die Vorbereitungsverammlung unter Bernd und Lena Knüppel hat schon stattgefunden. Die ersten Sammler sind unterwegs. Am Freitag nehmen alle Wiemersdorfer und Fuhlendorfer Kinder teil!!! Am Samstag ist dann der große Umzug und die Preisverteilung der Kinder. An den Wettkämpfen der Erwachsenen am Samstag dürfen leider nur TSV-Mitglieder teilnehmen, da unser Rahmen sonst einfach gesprengt würde. Kinder, die während der Sammlungszeit evt. nicht mit auf den Listen notiert sind, sind herzlich willkommen, aber es wäre wegen der Geschenkekäufe nett, wenn sie rechtzeitig bei Berns Knüppel nachgemeldet werden!

FRAUENSTAMMTISCH

WAS DIE MÄNNER KÖNNEN, KÖNNEN WIR FRAUEN AUCH!

Aus diesem Grunde wollen wir einen Frauenstammtisch gründen.

Geplant sind: lustiges Beisammensein und andere Aktivitäten wie Bowling, Grillen, Discobesuche, Reeperbahnbummel und was uns sonst noch einfällt. ☺

ALSO MÄDELS, PUTZSACHEN WEG UND AUFGEBREZELT!

Der erste Stammtisch findet am

26.08.06 UM 20.00 UHR

IN DER „WIEMERSDORFER KATE“



statt.



SCHWINGT DIE HUFEN UND ERSCHEINT REICHLICH!

Bis dann,
Eure Ilona Stricker

-design
in wort + bild

- Entwurf
- Beschriftung
- Werbegestaltung

*Sieit über 5 Jahren
ganz in Ihrer Nähe!*

Bert Diercks
Kieler Straße 136 · 24649 Wiemersdorf
Tel.: 04192- 89 79 94 · Mail: d-design@foni.net

TISCHTENNIS



Die 1. Herrenmannschaft hat die erste Saison 2005/2006 mehr als enttäuschend beendet. Wurden zu Beginn der Saison Spiele auch durch Pech verloren, so ging die Leistungskurve bis Weihnachten immer mehr in den „Keller“. Auch die Rückrunde wurde keinen Deut besser gespielt. Nur durch Spielergebnisse unterhalb der Konkurrenten und einem nicht eingeplanten Erfolg war es möglich, die 1. Kreisklasse als viertletzter und somit Nichtabsteiger zu beenden.

Die 1. Damenmannschaft hat im positiven Sinne eine spannende Saison hinter sich. Zum ersten Mal in ihrem Leben spielte die Mannschaft in einer Spielklasse, die überwiegend aus Herrenteams bestand. Nach einem durchwachsenen Start mit einer Niederlage und zwei Remis beendete man die Hinrunde als Dritter in der Tabelle. Die Rückrunde wurde dann für die Mannschaft zu einem einzigen Triumph. Ohne einen Punktverlust gewann die Mannschaft die Meisterschaft in ihrer Spielklasse. Wo die Mannschaft als Aufsteiger in Zukunft spielen wird, entscheidet sich auf dem Verbandstag in Hartenholm am 22. Juni.

Durch personelle Veränderung wird es für die gesamte Tischtennispartei einen neuen Status geben. Mit der Spielzeit 2006-2007 wird es eine Spielgemeinschaft mit dem Nachbarort Fuhlendorf geben.

Jeden Monat, meistens am 2. Montag, treffen sich motivierte Kinder um 15.00 Uhr an der Schule, um mit mir durch die Feldmark zu streuchen! Immer finden wir etwas Neues, der Jahreszeit entsprechend, und merken, dass man auch mal zwei Stunden ohne große Pause laufen kann! Ihr braucht Euch nicht anmelden, sondern kommt einfach vorbei!

Dörte Jörck

KARATE

Nach dem langen Umbau des Sportlerheims findet das Training wie gewohnt statt.

Fortgeschrittene	Dienstags von 18.00 – 19.00 Uhr und Freitags von 17.30 – 19.00 Uhr
Anfänger	Freitags von 17.00 – 18.00 Uhr



Neugierige und Nachwuchs sind jederzeit gerne gesehen!!

DIE FITNESS-ECKE**Liebe Lesende!**

Kennen Sie das auch? Nach den Sommerferien fühlt man sich beim Training besonders gut, ist aktiv wie selten und übertrifft fast die Leistungen, die man vor der Pause erzielen konnte. Aber dann, am nächsten Tag, ein schmerzhaftes Ziehen hier, intensive Schmerzen dort.

Die Muskeln sind geschwollen, steif, hart, kraftlos und druckempfindlich. Man leidet!

**Der Muskelkater ist mal wieder da!**

Als neugieriger Mensch will man natürlich wissen, warum wir Muskelkater bekommen, obwohl wir doch regelmäßig unser Training absolvieren.

Jeder Muskel besteht aus einer Vielzahl von Muskelzellen. In diesen Zellen befinden sich Millionen von kleinsten Zellen, die „Filamente“ genannt werden. Sie ziehen sich zusammen, wenn der Muskel angespannt wird, sie haben im entspannten Muskel eine bestimmte Ruhestellung und werden auseinandergezogen, wenn der Muskel gedehnt wird. Wenn ein Muskel arbeiten muß, werden bestimmte energiereiche Stoffe zersetzt, um die erforderliche Energie für die Bewegung zu gewinnen. Dabei entstehen Wasser, Kohlendioxid und Milchsäure. Was-ser und Kohlendioxid werden durch das Blut aus dem Muskel entfernt, die Milchsäure jedoch nicht sofort. Lange ging man daher davon aus, dass der Muskelkater ein Zeichen für übersäuerte Muskeln ist.

Jüngste Untersuchungen führen jedoch zu einem überraschenden Ergebnis: Der Milchsäure-Spiegel ist während des Sportes und unmittelbar danach zwar besonders hoch, aber zwölf bis vierzehn Stunden später, wenn der Muskel anfängt zu schmerzen, ist die überschüssige Milchsäure durch das Blut längst abgebaut.

Daraufhin haben Wissenschaftler Muskelzellen vor und nach dem Training untersucht und festgestellt, dass nach intensivem Training kleinste Verletzungen in den Muskelzellen zu erkennen sind. Diese führen zu Entzündungen innerhalb der Muskelfasern. Zur Reparatur dieser Schäden werden die typischen Körperprozesse eingang gesetzt, die dazu führen, dass der Muskel anschwillt, schmerzt und nicht besonders leistungsfähig ist.

Na gut, sagt sich der Lesende und fragt sich, warum das so sein muß, obwohl man doch regelmäßig trainiert.

Die Antwort findet man, wenn man den Körper als ein System betrachtet, das darauf ausgerichtet ist zu sparen. Die Muskeln reagieren (wie auch die Knochen, Sehnen, Bänder, Gelenke und sogar das Gehirn) auf die Anforderungen, die an sie gestellt werden. Sind die Belastungen hoch, so werden sie verstärkt, sind die Belastungen gering, werden sie zurückgebaut. Macht man also eine Trainingspause von mehr als 14 Tagen, so werden die nicht mehr benötigten Muskelfasern ausgedünnt, ihre Strukturen werden schwächer. Beginnt man wieder mit dem Training, dann sind die Muskeln sehr schnell überlastet und werden in der beschriebenen Art geschädigt.

Die Folgen sind zwar schmerzhaft, aber durchaus sinnvoll, denn die Reparaturmechanismen führen dazu, dass die erneuerten Muskelfasern stärker und besser sind als der alte Kram, der aussortiert werden musste, weil er zu schwach war.



Für die Reparatur der Schäden braucht der Organismus drei bis fünf Tage, je nach Verletzungsgrad. Hält der „Kater“ länger an, ist vermutlich mehr passiert. Tritt der Schmerz schon während des Trainings auf, kann ein Muskel- oder Sehnenriß dafür verantwortlich sein. Das ist keine Bagatelle.

Kann man dem Muskelkater vorbeugen?

Die beste Vorbeugung ist ein Muskelkater, der erst kurze Zeit zurückliegt. Besonders empfindliche Muskelfasern sind wahrscheinlich bereits ersetzt, die Koordination der Fasern verbessert. Diese Wirkung hält einige Zeit an.



Andererseits wollen Muskeln eine ungewohnte Bewegung in Ruhe lernen. Jede Sportart sollte daher langsam aber stetig aufbauend betrieben werden.



Dadurch werden die Fasern der Muskeln, Bänder und Sehnen und auch die Knochen allmählich gestärkt, ohne dass man Schmerzen ertragen muß. Bei unserem Training hilft uns also die alte norddeutsche Weisheit:

Eile mit Weile.

Was soll man tun, wenn der Muskelkater einen erwischt hat?

Meistens hilft leichte Bewegung mit geringer Intensität recht gut. Die Muskeln werden erwärmt und besser durchblutet, wodurch feine Verletzungen schneller ausheilen können. Deshalb wirken auch Wechselduschen, Sauna, ein Regenerationsbad (zum Beispiel mit Rosmarin) und durchblutungsfördernde Salben wohltuend.



Das Kühlen der betroffenen Muskeln dagegen vermindert die Durchblutung der betroffenen Regionen; zwar wirkt es schmerzlindernd, verzögert aber auch die Heilungsprozesse.

Von Massagen ist ebenfalls abzuraten. Sie können bei einer frischen Verletzung die Schmerzen noch verschlimmern.

Nachdem Sie diesen Aufsatz gelesen haben, verstehen Sie sicher-

lich, warum Ihr Trainer immer wieder darauf drängt, mit Wiederholungszahlen und Gewichtssteigerungen vorsichtig umzugehen. Bei dem Training für den ganzen Körper, das in unserer Fitneß-Gruppe betrieben wird, kann die Überlastung bei unangemessen hohen Belastungen auch den ganzen Körper erfassen und den Übereifrigen mehrere Tage außer Gefecht setzen. Wie Sie mir sicherlich bestätigen können, ist so eine Tortur absolut unnötig. Bei angepasster Trainings-Intensität erzielt man schmerzfrei sehr gute Erfolge. Soviel dazu.



Ihr Trainer Dreier (MFT)

Vitamin E

Vitamin E fängt Verbindungen ab, die unseren Zellen Schaden zufügen. Aktuelle Studien zeigen: Vitamin E kann noch viel mehr. Wenn ein Muskelkater droht, braucht der Körper Vitamin E. Das zeigt eine Studie der Trainingsphysiologin Jennifer Sacheck von der Universität in Boston. Sie ließ ältere und jüngere Männer einen anstrengenden Bergab-Lauf machen - ein Standardverfahren, mit dem Sportphysiologen einen Muskelkater erzeugen. Denn das kontinuierliche Bremsen führt zu kleinsten Verletzungen bestimmter Strukturen in der Oberschenkelmuskulatur, die für die typischen Beschwerden verantwortlich sind. Nach dem Lauf erhielt die Hälfte der Teilnehmer Vitamin E. Die anderen bekamen identisch aussehende Sojaöl-Kapseln ohne Vitamin E. Danach befragten die Forscher die Sportler nach der Schmerzintensität. Zugleich bestimmten sie das Enzym Kreatinkinase im Blut, das etwas darüber aussagt, wie ausgeprägt der Schaden der Muskulatur ist.

Fazit: Die Vitamin-E-Probanden hatten weniger Muskelprobleme.

Bewegung fördert bei Kindern gute Körperhaltung



BERLIN (ddp). Viele Eltern sorgen sich um die Körperhaltung ihrer Kinder. Häufig hören diese dann Ermahnungen wie „Mach den Rücken gerade“ oder „Häng‘ nicht so auf dem Stuhl herum“. Bei kleinen Kindern ist das aber gar nicht nötig.

Diese Ansicht vertritt Professor Holger Mellerowicz, Chefarzt der Kinderorthopädie der Helios Klinik in Berlin. „Eltern von aktiven und normalgewichtigen Kindern brauchen sich bis zum sechsten Lebensjahr selten um deren Körperhaltung kümmern“, sagt Mellerowicz.

Sie sollten aber den natürlichen Bewegungsdrang ihrer Kinder unterstützen, mit ihnen draußen spielen, schwimmen gehen oder sie für einen Sport begeistern. Die Körperhaltung hängt vom Zusammenspiel der Gelenke,

Muskeln und Nerven ab. Eine gute Koordination haben Kinder, die Bälle fangen und werfen, auf einer Linie balancieren oder auf einem Bein hüpfen können. „Leider sind diese Fähigkeiten nicht mehr so häufig wie früher“, beklagt der Orthopäde. Fast die Hälfte der heutigen Grundschüler habe Defizite.

Die Körperhaltung von Grundschulern wird mit dem Matthias-Test untersucht: Das Kind richtet sich auf, zieht Bauch und Po ein und richtet das Becken auf. Kinder mit Haltungsschwächen brauchen professionelle Betreuung durch Orthopäden und Krankengymnasten. Da Haltungsschäden bei Kindern häufig mit Übergewicht einhergehen, können auch Ernährungsberater helfen.

Zuwenig Schlaf macht dick

Schlafmangel ist bei Kindern ein höherer Risikofaktor für Übergewicht als genetische Disposition, niedriges Bildungsniveau, hoher Fernsehkonsum, Verzicht auf Stillen und mangelnde Bewegung. Dies ist das Ergebnis einer Studie an 422 Grundschulern in Kanada, publiziert im „International Journal of Obesity“. Ursache sei das appetitzügelnde Hormon Leptin, das im Schlaf freigesetzt werde, so der Mediziner Angelo Tremblay von der Universität in Quebec. Bei Schlafmangel entstehe Leptinmangel und damit übermäßiger Hunger. Das Fettsuchtrisiko erhöhe sich durch Schlafmangel um bis zum Dreieinhalbfachen.

Bvl



Langer Schlaf hält schlank

Frauen mit höchstens fünf Stunden Schlaf nehmen mehr zu als Frauen mit mindestens sieben Stunden Nachtruhe, zeigt eine amerikanische Langzeitstudie. Der Unterschied betrug in zehn Jahren im Mittel 0,7 Kilogramm. Die Kurzschläferinnen hatten außerdem ein 15 Prozent höheres Risiko für Fettleibigkeit, berichtet der „New Scientist“.

Dpa

Rückenschule fällt bei Sportwissenschaftlern glatt durch

Jahrelang war die Rückenschule der Dauerbrenner unter den Präventionsangeboten - jetzt steht fest: Sie ist so gut wie nutzlos. Die Teilnehmer lernen dort, Bewegungen zu vermeiden, sich zu schonen und bestimmte Muskeln nicht ausreichend zu nutzen. Die Folge: Sie schwächen ihren Rücken statt ihn zu stärken. Ebenso wenig wie die Maßnahmen der traditionellen Rückenschule

können Schonung, Injektionen, Massagen, besondere Matratzen oder Sitzmöbel das "Kreuz mit dem Kreuz" auf Dauer beheben. Zu diesem Schluß kamen die Sportwissenschaftler Professor Ingo Froböse (Zentrum für Gesundheit an der Deutschen Sporthochschule Köln) und Professor Klaus Pfeifer (Institut für Sportwissenschaft der Universität Erlangen-Nürnberg). Sie beriefen sich dabei auf Ergebnisse, die die Europäische Union in einer großen Studie zusammengetragen hat.

Doch die Wissenschaftler hatten auch eine gute Nachricht: Sport ist nach neuesten Erkenntnissen doch kein Mord, sondern das effektivste Heilmittel bei Rückenschmerzen. Dabei ist die Art der Bewegung relativ egal. Nordic Walking hilft langfristig genauso gut wie Fitneß-Training oder der Besuch eines Kieser-Studios. Wichtig ist nur, sich regelmäßig zwei bis dreimal wöchentlich zu bewegen. Wer dann noch Bescheid weiß, wie sein Rücken funktioniert und welche Handlungsmöglichkeiten er bei Beschwerden hat, kann auf Rückenschule und Co. getrost verzichten.

Zu wenig Bewegung

Wer sich zu wenig bewegt, schadet dem Körper erheblich. Das beweisen mehrere sogenannte Bedrest-Studien, bei denen Versuchspersonen Tage und Wochen nur im Bett



verbringen mußten. In einem Experiment des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR) in Köln verloren die Probanden nach einem Monat Inaktivität ungefähr 30 Prozent ihrer Muskelkraft. Und der Muskelumfang reduzierte sich um etwa zehn Prozent. Bei einem Versuch der European Space Agency im niederländischen Noordwijk über 42 Tage verloren die Testpersonen darüber hinaus die Fähigkeit zur aufrechten Körperhaltung. Aber auch auf die Psyche hat eine längere Unbeweglichkeit Auswirkungen. So verzeichneten die Forscher bei den Versuchspersonen eine erhöhte Straßenfälligkeit.

Doch auch weniger extreme Formen von Bewegungsmangel schaden dem Körper. Eine Studie des amerikanischen „Journal of Strength“ zeigt, daß die aerobe Kapazität bei Sportlern innerhalb von drei Wochen um acht Prozent abnimmt. Das Herz pumpt dann pro Schlag zehn Prozent weniger Blut durch die Gefäße. Man kann eine Faustregel formulieren: Je länger der Zeitraum der Inaktivität, desto länger dauert es hinterher, den Muskelabbau umzukehren.

Mutter und Kind – Turnen

Es ist wieder Donnerstag, zwischen 15.00 und 17.00 Uhr.

Die kleinen Turner und ihre Mami's machen sich ins Sportlerheim auf. Die Mini's von 1 – 3 Jahren und die Kid's von 4 – 5 Jahren freuen sich wieder riesig auf einen Parcours/ eine Bewegungslandschaft und natürlich auf ihre Freunde, die sie dort treffen. Am Anfang sagen sich alle im Begrüßungskreis mit Liedern und kleinen Bewegungsspielen „Hallo“, um sich dann wenig später im Klettern, Balancieren, Hüpfen, Springen, Rollen... zu probieren.

Jeder nach seinen Möglichkeiten und seinem Entwicklungsstand. Der Spaß an der Bewegung steht bei uns im Vordergrund.

Bei sehr gutem Wetter treffen sich die beiden Turngruppen auch mal im Wiemersdorfer Freibad, fahren in den Wildpark Eekholt oder „turnen“ auf dem Spielplatz vor dem Sportlerheim.

Alle Großen und Kleinen sind für Anregungen und neue Ideen jederzeit offen. Bei soviel Bewegung vergeht die Turnstunde wie im Fluge, und nach dem gemeinsamen Abbau der Geräte, der legendären „Mattenwageneisenbahn“ und dem Abschlusskreis geht ein schöner Nachmittag zuende.

Wer Lust bekommen hat, bei uns „vorbeizuschnuppern“ ist jederzeit willkommen.



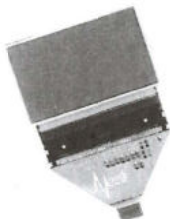
Wir freuen uns immer über neue Gesichter. Bis dahin, eure Kinder und Mami's der Donnerstagsturngruppen.

Michaela und Manuela

www.andilcd.de



LEHNER DABITROS GmbH



Wir bieten mehr als LCD's

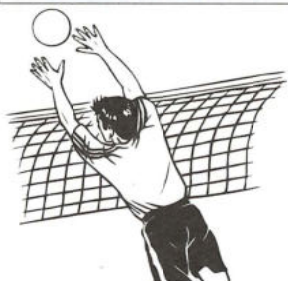
Beratung mit technischer Unterstützung, Modifikation, Konfiguration und Gesamtlösungen für Standard und Kundenspezifische LCD-Module die in der Verbrauchs- und Konsumgüterindustrie ihre Anwendung finden.

Wir wünschen allen Sportsfreunden stets den richtigen Betrachtungswinkel.

DIN EN ISO 9001 : 2000

Assbrook 4-6 * 24649 Wiemersdorf * Mail: info@andilcd.de * Telefon: (+49) 41 92 / 50 07 - 0 * Fax: (+49) 41 92 / 50 07 - 11

VOLLEYBALL

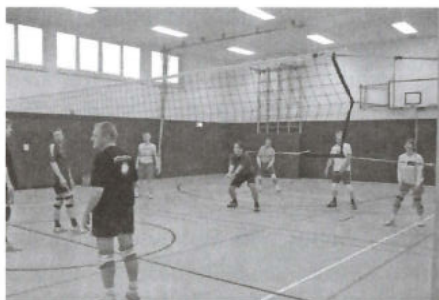


Beach Volleyball ist wieder angesagt, vorausgesetzt das Wetter spielt mit.

Mittwochs ab 19.30 Uhr am Sportlerheim.

Die letzten Wochen konnten wir wieder mit starker Besetzung in der Schulsporthalle spielen und die Hallensaison mit einem wunderbaren Freundschaftsspiel gegen ein Mixed-Team aus Bad Bramstedt bestreiten - starker Auftritt!

Ein paar Eindrücke von unserem Sport Spass möchte ich Euch mit diesen Bildern zeigen...



Viele Grüsse
Karen Bludau

JUGENDVOLLEYBALL - TRAININGSZEITEN

Mittwochs von 18.00 – 20.00 Uhr in der Schulsporthalle

Bei schönem Wetter treffen wir uns am Sportlerheim zum beachen!

KINDEROLYMPIADE DES WIEMERSDORFER KINDERGARTENS STERNSCHNUPPE



9. Juni. Wir befinden uns im Jahre 2006 n. Chr. Ganz Deutschland ist vom Fußballfieber besetzt, äh, besessen. Ganz Deutschland?

Nein! 900 Kilometer entfernt von der Eröffnungsfeier der Fußballweltmeisterschaft beginnt beinahe zeitgleich in einem friedlichen schleswig-holsteinischen Dorf ein unabhängiges Fest: Die Kinderolympiade des Wiemersdorfer Kindergartens Sternschnuppe. Während in München die Fußballgötter beschworen werden, entfachen die Wiemersdorfer Kinder nach

fröhlichen Einstimmungsgesängen und einem Fackellauf das olympische Feuer, begleitetet vom tosenden Applaus der stolzen Eltern. Jedermann, jedefrau und jedeskind ist nun gefordert, sich bei wahrhaft olympischem Wetter den Wiemersdorfer Disziplinen auf dem umfunktionierten Sportplatz zu stellen: Begeistert treten Eltern und Kinder beim selbstgebasteltem Steckenpferd-Hinderniss-Rennen gegeneinander an, wobei mancher Vater vielleicht seine verloren geglaubte alte und hoffentlich gewaschene Socke in den Pferdeköpfen wiederzuerkennen glaubt... Mit Schwung geht es weiter zum Bobby-Car-Rennen, die Eltern sind weit abgeschlagen und sehen ihre Kinder allenfalls von weitem – und von hinten. Chancenlos sind die Eltern ebenfalls beim Torwandschießen, wie viel einfacher wäre es nun für manchen Vater und die ein oder andere Mutter vor dem Fernseher seiner Leidenschaft zu frönen... Gar nicht schlecht schneiden die Eltern beim Hockey-Spielen ab, allein die Fußball-Filz-Pantoffeln, die man anzuziehen genötigt ist, bevor das Feld betreten werden darf und all die Hindernisse, die es, nein, Nicht Umzuschlagen! gilt, sind im wahrsten Sinn des Wortes hinderlich. Alle Kräfte mobilisieren müssen die Eltern beim Bollerwagenwettrennen, wobei der Bollerwagen mit dem eigenen Kind nebst Tablett mit Wasserflasche und Bechern beschwert wird. Für all diejenigen, die noch immer nicht genug haben, gibt es die Ball-Werf-in-den-aufgemalten-Kreis-Disziplin. Und wer sich dann noch traut, kann sich an Schnecken-, Frosch- und Hasensweitsprünge messen lassen. ...Weil dabei sein alles ist, gibt es außer den Kindern im allgemeinen keine Gewinner und Verlierer schon gar nicht.

Glückliche und erschöpfte Eltern, noch glücklichere und putzmuntere Kinder und ihre Mannschaftskapitäne, nein, Erzieherinnen, die unermüdlich erklären, motivieren, trösten, wiederaufbauen, richten, anfeuern und regeln sind nun aufgefordert, die Gunst der Stunde zu nutzen und am Buffet verlorengegangene Energie zu tanken, denn diese wird noch dringend benötigt für die Abschlussveranstaltung... denn so ganz spurlos geht das Fußballfieber auch an

Wiemersdorf dann doch nicht vorbei ... Während wir, die Deutsche Mannschaft, uns auf unser erstes, aber noch lange lange lange nicht letztes Spiel vorbereiten, laufen auf dem Sportplatz die gerade abgekühlten Füße heiß: Eltern treten mutig gegen eine Horde von unerschrockenen Kindern an. Um es kurz zu machen: Die Eltern verlieren. 10 zu 2. Die Kinder sind eindeutig in der Überzahl, die Eltern entkräftet, das Publikum ist unfair und feuert die Kinder zu Höchstleistungen an. Die Eltern werden ausgepiffen. Wir haben kein Glück, erschwerend kommt noch Pech dazu. Aus Insiderkreisen verlautet, der Unparteiische sei zudem parteiisch. In seinem Haus findet man noch Tage später Reste von Schokoladenpapier, sein Bauchumfang hat sich schätzungsweise seitdem um fünf Zentimeter vergrößert, an seinem Bart hängen verdächtige Krümel. Bei genauer Analyse stellt sich heraus, dass die Rote Karte fünfmal zu Unrecht gezückt wurde, ob sich der Schiedsrichter jemals mit den Fußballregeln beschäftigt hat, ist unklar.

Das Fest endet mit einem dennoch fröhlichen einmaligen Hipp-Hipp-Hurra!



Und mit einem letzten ungeahnten Kraftschub und wehenden Fahnen sieht frau kurz vor 18:00 Uhr die männlichen Besucher der Olympiade in Richtung eines x-beliebigen Fernsehers des Dorfes hasten.

Claudia Buddrix, äh Buddrus

▼ **Wartung & Reparatur aller Fabrikate**

▼ **Ersatzteile & Zubehör für alle Kfz**

▼ **Auspuff - Bremsen - Fahrwerk**

▼ **HU & AU im Hause**

▼ **Klima-Service**

▼ **Reifendienst**

▼ **Autoglas**

**DIE MARKEN-
WERKSTATT**

**Für alle
Fabrikate**

ad AUTO DIENST



04192-14 62

**Autohaus Rohse Inh.: O. Paulsen
Kieler Straße 89 - 24649 Wiemersdorf**

FAMILIENECKE

Neue Mitglieder im TSV Wiemersdorf

aus Wiemersdorf

Damaß, Uwe + Hannelore
 Lembke, Renate + Gerhard
 Strodthoff, Nadine

aus Fuhlendorf

Sondergeld, Lukas

aus Großenaspe

Will, Angelika

aus Bad Bramstedt

Hoppe, Corinna
 Dr. Lücht, Dietrich Breuer,

aus Hitzhusen

Bruhns, Jonas

aus Bimöhlen

Heinlein, Patrick

aus Schmalfeld

Kiel, Annelie

aus Brokstedt

Lahl, Carsten
 + Jan Lucas
 + Tim Niclas



KOSMETIK-STÜBCHEN WALLUKS



Gartenweg 14
 24623 Großenaspe
 Tel.: 04327/864

Monika & Nele Walluks

- Kosmetik
- med. Fußpflege
- Maniküre
- Fußreflexzonen-Massage
- Wellness-Behandlungen
- Aroma Behandlungen
- klassische Massagen

SPORTABZEICHEN

Die Sportabzeichen aus dem Jahr 2005 liegen vor, aber wegen Sportlerheimrenovierung und Fußball-WM finden wir für die Überreichung keinen Termin vor den Ferien.

SPORTABZEICHEN

Schüler Bronze:

Phillip Busch, Natalie Danzer, Phillip Dähn, Liza Martens

Schüler Silber:

Celins Niedermeier, Jannik Rancke, Andreas Schümann

Schüler Gold:

Carolin Danzer, Annika Dähn, Nele Dierks, Niklas Holtorf,
Jan-Erik Jekel, Franziska Maibohm, Annika Meyer,
Sophia Niedermeier, Arne Oppermann, Björn Richter,
Malte Rieve, Felix Zielinski

Jugend Bronze:

Tatjana Maibohm, Jana Rancke

Jugend Silber:

Fraakea Bußmann, Svenja Rieve

Alle Jugendlichen werden zur Ehrung angeschrieben!

GETRÄNKEMARKT FUHLENDORF

STÄNDIG ANGEBOTE

REICHHALTIGES SORTIMENT

Horst Schulz

Seegenweg 2b • Tel.: 0171 / 21 73 64 1 u. 0 41 92 / 94 90

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag von 15.00 bis 19.30 Uhr • Samstag von 9.00 bis 14.00 Uhr

Elektro-Anlagen
Meß-Regel-Steuertechnik
Schaltschrankbau
Wartung aller E-Anlagen
Solaranlagen komplett

HORST SCHULZ
 ELEKTROMEISTER

Stettiner Weg 8

24649 Wiemersdorf

Tel. + Fax: 0 41 92 / 94 90

Funk: 0171 / 36 11 590

*Ihr zuverlässiger
 Elektromeister
 in Ihrer Nachbarschaft*

Vegetarisch tanken! Biodiesel – die clevere Alternative!

Tankstelle Schümann

am Silo in Wiemersdorf

- Diesel & Biodiesel
- AGQM Zertifiziert
- Biodiesel Qualität nach E-DIN 51606
- 24 Stunden
- wintertauglich bis -20° C

Wir liefern den Qualitätskraftstoff – Sie schonen die Umwelt!

Wann steigen Sie um??? Wir informieren Sie gerne!

H. H. Schümann • Tankstelle Wiemersdorf • (0 41 92) 89 73 60



**MITGLIEDER KAUFT BEI UNSEREN
 INSERENTEN!**

Fußballabteilung TSV Wiemersdorf



Mit einer klasse Abschlussfahrt beendet die I. und II. Herren die Saison 2005/2006.

Zum WM- Auftakt am 09.06 fuhren wir mit 24 Personen wie schon im letzten Jahr nach Dänemark. In Karup (Jütland) hätte das Wetter nicht besser sein können und während sich die einen im Pool vergnügten, bräunten andere sich einfach nur in der Sonne. Natürlich wurde sich auch wieder ordentlich sportlich betätigt. Nach etlichen Fußballtennis-, Kubb- und Boggia- Partien klagte so manch einer am Abend über seinen Sonnenbrand. Von Bier zu Bier wurde dieser dann aber erträglicher.



Alles in allem war es eine schöne Tour, die auch bestimmt im nächsten Jahr wieder viel Zuspruch finden wird.

Die I. Herren konnte sich nach dem Aufstieg der letzten Saison in die A-Klasse gut behaupten. Timos Jungs bissen trotz harter Saison die Zähne zusammen und konnten sich zum Abschluss den 5. Tabellenplatz sichern. Das leidige Thema

„Personalknappheit“ machte Timo und Betreuer Rolf zum Ende der Punktserie ordentlich zu schaffen. Zum Schluss hin konnten drei Stammspieler aufgrund von Verletzungen nicht auflaufen. Da die ersten fünf Rückrundenspiele durch den langen Winter ausfielen, war es im weiteren Verlauf der Saison, durch die Nachholspiele auch in der Woche, ein enger Spielplan mit nur wenig Pausen. Torschützenkönig bei den Herren wurde Bastian Holdorf mit 33 Toren. Bei den Damen lag Corina Hoppe mit 34 Treffern auf Platz eins. Unser langjähriger Betreuer der I. Herren Rolf Saggau steht dem Team kommende Saison aus persönlichen Gründen nicht mehr zur Verfügung. Doch wer Rolf kennt weiß, dass er auch in der nächsten Saison am Wochenende meistens auf dem Sportplatz anzutreffen sein wird.

Verlassen werden uns zu kommenden Saison Kevin Kleine-Tebbe und Jörg Mitscherling. Kevin wechselt zurück nach Boostedt und Jörg nach Weddelbrook. Neu dazu kommen wird Matthias Auschner, der zuletzt in Bramstedt A- Jugend gespielt hat und nun für Wiemersdorf die Fußballschuhe schnüren wird. Matze trainiert schon einige Zeit in Wiemersdorf mit und ist ein klasse Fußballer. Und noch eine gute Nachricht: „Fiete“ Granitzny hat Timo für eine weitere Saison zugesagt.



Dem Ziel, von Mario Reusch und Torge Spiwäke -Trainer der II. Herren-, am Ende der Saison im oberen Drittel der Tabelle zu verweilen, konnte die II. Mannschaft nicht gerecht werden. Stark schwankende Leistungen waren hierfür die Ursache. Am Ende blieb es dann „nur“ Platz neun für unsere „zweite Elf“.

Vom Potential der Mannschaft ist viel mehr als ein neunter Platz möglich. Da man aber leider nur eine Hand voll Spieler der Zweiten an den Trainingsabenden auf dem Sportplatz zählen konnte, fordert das natürlich seine Tribute. Die Fußballschuhe an den Nagel hängen wird zur nächsten Saison unser Manfred Stick. „Mucki“ hat jahrelang in der Zweiten gespielt und will sich jetzt ganz seinem vorrangigen Hobby, dem Musikzug in Bad Bramstedt zuwenden. Wir wünschen unserem „Saubermann“ alles Gute und viel Spaß.

Sportplatzpflegetag

Viele motivierte Helfer trafen sich am 13.05.2006 um 10.00 Uhr zur Sportplatzpflege. Bei herrlichem Wetter wurden Verschönerungsarbeiten in Angriff



genommen und Ordnung in sämtliche Abstellräume gebracht. Dank unserem fleißigen Platzwart Olaf Rehder brauchten wir uns dieses Jahr nicht um die Grünanlagen rund um den Sportplatz zu kümmern, Olaf hält alles super „in Schuss“. So konnten wir uns mit ganzer Tatkraft anderen Aufgaben widmen.

Unsere Hütte hat von innen einen neuen Anstrich in Vereinsfarben erhalten. Großes Lob an Bomber und Mario Schöbe, die in einer besonderen kreativen Phase sogar ein „TSV“ an die Wand brachten.

Weitere Pinselarbeiten wurden an den Palisaden und an den Außenwänden der Hütte vorgenommen. Männerarbeit haben Knutschi, Falk und Mario Reusch verrichtet. Sie sollten die letzten Pflastersteine und Gehwegplatten an der Hütte verlegen. Nach 5 Stunden haben sie es mit Unterstützung auch geschafft (Aufteilung der 5 Std.: 3 Std. Planung & Vermessung, 1 Std. Pause und 1 Std. wirkliche körperliche Arbeit – gute Arbeit braucht halt ihre Zeit J. In den Verschnauaufpausen durften wir der D-Jugend während ihres letzten Punktspieles zusehen. Sie gewannen auch dieses Spiel und sicherten sich damit die Meisterschaft. Gratulation Jungs und Trainer. Später wurden wir noch Zuschauer vom Mädchen Faustballturnier, welches am Nachmittag auf dem Sportplatz ausgetragen wurde. Olaf Rehder und weitere Helfer organisierten den Geräteraum und die Garage um und schafften dadurch endlich mehr Platz und Ordnung.



Jens und Thorsten waren auswärts, im Geräteraum der Sporthalle, tätig und stellten dort die Grundordnung her. Der Schiriraum wurde ebenfalls „auf Forderman“ gebracht. Die Versorgung war wie immer gesichert. Mike hat gegrillt und alle fleißigen Helfer satt bekommen. An alle Helfer noch mal ein großes Dankeschön.

Vorschau

In diesem Jahr findet unser eigenes Fußballturnier wieder statt. Es wird am Wochenende 22/23.07.06 in Form eines Großfeldturnieres ausgetragen. Die Herren starten am Samstag um 13.00 Uhr und die Damen am Sonntag um 10.00 Uhr. Über viele Zuschauer freuen wir uns natürlich.

Mit sportlichen Grüßen
Alexander Greth

HT Bautechnik GmbH

Harzhorn 8 • 24649 Wiemersdorf

- ◆ Gas- und Wasserinstallation
- ◆ Heizung & Solartechnik
- ◆ Einbaustaubsaugeranlagen
- ◆ Haus- und Bautechnik
- ◆ Hubarbeitsbühnen & Abdichtungen



Tel.: 04327- 141816
www.ht-bautechnik.de



D-JUGEND-FUSSBALL IN WIEMERSDORF

**13.05.2006 TSV Wiemersdorf : Oering
„We are the Champion“**



Oering war zu Gast in Wiemersdorf...

Ob die Spieler schon wussten, was eventuell heute passieren könnte? Stefan und ich hatten von der Meisterschaft im Vorfeld nichts gesagt.

Hoch konzentriert gingen unsere Spieler in das Spiel. Lasse schoss das erste Tor. 1 : 0 für Wiemersdorf. In der 21. Minute erhöhte Kevin auf 2 : 0. Wir waren ganz schön am Drücker, aber es wollte einfach kein Tor mehr bis zur Halbzeit fallen.

In der Pause sagten Stefan und ich, das der Drops noch nicht gelutscht ist.

Die 2. Halbzeit lief besser. 32. Minute, Tor von Yves. 3 : 0. 43. Minute Tor von Kevin zum 4 : 0.

Einen Anschlusstreffer ließen wir zu, bevor Kevin den Sack mit 2 Toren zumachte. Aus. Ende.

6 : 1 Gewonnen.

Haraaaaaaa.

Wir sind Meister 2006!

Die Spieler lagen sich jubelnd in den Armen und über den Sportplatz schallte lautstark das Lied. „We are the Champion! Wir haben es geschafft! We are the Champion! Juchho.....“

Nachdem sich der erste große Jubel ein bisschen gelegt hatte, stellen sich beide Mannschaften in der Mitte des Platzes auf. Der Staffelleiter der D-Jugend aus Segeberg, Thomas Janowski, gratulierte den Meister der D-Jugend der Staffel B und sagte noch ein paar nette Worte:

„Es ist eine große Leistung, die es auch verdient, denn ihr habt die meisten Tore geschossen und die beste Abwehr, mit den wenigsten Treffern. Drei Spieletage vor Schluß der Saison schon Meister. Herzlichen Glückwunsch.

Lob auch an die Eltern, die fast bei jedem Spiel dabei waren. Oeringen sollte nicht so traurig daher schauen, denn sie sei die einzige Mannschaft, die es geschafft habe, den Meister ein Mal zu schlagen.“

Nachdem die Mannschaft die Glückwünsche entgegengenommen hatte, wurde auf dem Rasen noch weiter gejubelt, denn die Meisterschale wurde von einem zum anderen gegeben. In der Kabine angekommen, wurden erst einmal paar

D-JUGEND-FUSSBALL IN WIEMERSDORF



Kisten Getränke geleert und kräftig unter der Dusche des Lied gesungen:

„Keiner wird es wagen, keiner wird es wagen, unsern TSV zu schlagen!“

Irgendwann löste sich die Feier auf und alle hatten noch das Lied in den Ohren.

We are the Champion, we are the Champion...

Phillip, Jan- Erik, Björn, Andreas, Malte, Daniel, Niklas, Bahne, Yves, Kevin, Maximilian, Lasse, Dominik, Niklas, Lukas.

Ihr wart Spitze, einfach toll was ihr geschafft habt.
Es war eine schöne Saison Einfach Spitze.

Stefan und ich möchten uns bei allen Eltern bedanken, die uns so toll über die Saison begleitet haben. Ob es das Fahren oder das Anfeuern war, vielen Dank. Ein riesiges Lob an alle Spieler der D- Jugend.

Unsere Meisterfeier findet am 1. Juni statt. An diesem Tage wird die eine oder andere Überraschung gelüftet.



Bis dahin, alles Gute
Stefan und Horst



Kruppa GbR



Landtechnisches Lohnunternehmen

- Winterdienst • Bäume fällen • Kies + Sandanfuhr
- Grassilage • Getreideernte • Gülleausbringung
- Mistausbringung • Pflügen • Maissilage • Radladerarbeiten

Vierthorn
24649 Wiemersdorf
Fax 0 41 92 - 77 24

Autotelefon
0172 8629686
1072 8632517

Telefon
04192-4326

E-II JUGEND-FUSSBALL IN WIEMERSDORF

Im August haben 12 Fußball-Spieler eine neue E-II gegründet. Unser erstes Spiel war das Pokalspiel gegen Segeberg I. Ein zusammen gewürfelter Haufen versuchte gegen Segeberg das Spiel zu gewinnen. Doch leider verloren wir mit einem 16:0.

Jetzt wurde die Qualifikationsrunde durchgeführt. Die Spieler hatten durch sehr viel Ehrgeiz über Kampf zum Spiel gefunden. Wir qualifizierten uns für die C-Gruppe, doch weil andere Mannschaften nicht in die B-Gruppe wollten, sind wir in diese Gruppe aufgerückt.

Ich bin sehr stolz auf diese Mannschaft. Mit ihrer kämpferischen Leistung und ihren spielerischen Fähigkeiten, gaben sie nie ein Spiel verloren. In der Hinrunde haben wir sehr gute Ergebnisse erzielt. In der Rückrunde hat uns leider das Glück verlassen. Das gegnerische Tor war wie zugenanagelt und somit verloren wir leider einige Spiele mit nur einem Tor Differenz. Aber wir haben uns wacker geschlagen und einen guten 7. Platz erreicht.

In der Hallensaison haben wir an vielen Hallenturnieren teilgenommen, in der wir 1., 2. und 3. Plätze erzielten.



Durch die Hilfe der Eltern haben wir in der Hallensaison eigene Turniere veranstaltet. Von diesem Erlös sind wir dann mit allen Spielern, vielen Eltern und Geschwisterkindern zum Caluna Cup nach Rhoden gefahren. Dort haben wir sehr schöne Fußballspiele gesehen. In unserer Gruppe haben wir den 4. Platz erreicht. Wir hatten sehr viel Spaß bei diesem Turnier,

obwohl wir leider sehr viel Regen hatten. Ich hoffe, dass mit diesem Ausflug eine sehr schöne Erinnerung an die Fußballspieler der E II bleiben wird.

In der Mini-WM von Famila haben wir als Brasilien teilgenommen. Es war eine sehr schöne Veranstaltung, doch leider war kein brasilianisches Wetter, und deshalb schieden wir mit etwas Pech schon in der Vorrunde aus.

Im Juni steht auf unserem Terminkalender noch ein Turnier, eine Mini-WM als Anloga und noch einige Freundschaftsspiele an.

Im Juli veranstalten wir dann noch ein Abschiedsfest. Wir spielen ein Turnier, indem die Gruppen aus den Spielern, Vätern, Müttern und Geschwisterkindern bestehen. Anschließend werden wir dann noch gemeinsam grillen.

Die E-II war eine ganz tolle Truppe. Sie kämpft bis zum Abpfiff eines Spieles. Wir haben sehr viel Zeit miteinander verbracht. Ich finde es schade, dass nicht alle Spieler den gleichen Jahrgang haben und wir nicht gemeinsam weiter spielen können. Ich wünsche allen Spielern, dass sie in ihrer Fußball-Karriere weiter machen, viel Erfolg haben und einmal große Stars werden.

Es war eine super Truppe. Es hat viel Spaß gemacht!

Gruß Rüdiger

F JUGEND-FUSSBALL IN WIEMERSDORF

Nun ist es endgültig überstanden, die Saison ist vorbei und die Sommerferien stehen demnächst auch schon wieder vor der Tür.

Eins somit schon mal vorweg, nach den Sommerferien werden wir altersmäßig in den E-Jugend Bereich mit einem Großteil der Jungs wechseln und zusätzlich noch Spieler aus der jetzigen E-Jugend erhalten. Über den geplanten Verlauf der kommenden E-Jugend Saison werden wir demnächst einen Infoabend veranstalten um euch unsere Vorstellungen über den Ablauf zu erzählen. Info zum wann und wo kommt dann zur gegebener Zeit.

Die verbleibenden Kinder werden dann noch ein Jahr in der F-Jugend ihr Können unter Beweis stellen und sicherlich dort auch weiterhin erfolgreich und vor allem mit Spaß weiter spielen.

Von uns deshalb hier schon einmal ein

GRÖßES DANKESCHÖN

für die vergangene Saison, wir hatten mit und an euch viel Freude und Spaß!

Nun aber einen kurzen Rückblick in die Vergangenheit, beginnen wir mal mit der 1. Mannschaft.

Wir haben eigentlich nur einen Wunsch.
Kinder tut uns das nicht wieder an!



Die 1. Mannschaft konnte leider in der letzten Saison nicht einen einzigen Punkt gewinnen. Wir denken dieser Tatsache kann und braucht man nicht viel mehr hinzuzufügen. Das es dabei einige deftige Klatschen gab kann sich jeder vorstellen. Die Art und Weise wie wir aber besiegt worden sind war nicht so prickelnd. Teilweise waren die Jungs sogar bis zur Halbzeit besser als der Gegner, leider haben wir dann wohl zuviel gelobt, so dass die „Arbeit“ dann komplett eingestellt wurde und wir verdientermaßen doch wieder als Verlierer vom Platz schleichen durften.



Nun ja, die Sache ist erledigt und abgehakt, da wir sicher sind das es nächste Saison wieder ordentlich Vorwärts geht.
Wir freuen uns schon darauf - WIRKLICH- ;O) !!!

Jetzt zur 2. Mannschaft:

„Hut - Ab“, der junge Jahrgang hat sich im Verlauf der Saison wirklich Prima gesteigert und war in der Rückrunde wirklich super überzeugend und erfolgreich.

Da wurde an allen Ecken und Enden gekämpft, gerackert und gespielt. Deshalb gelang es auch meistens den Gegnern unser Spiel aufzudrücken und letztendlich zu siegen.

Wir denken, dass ihr euch noch weiter steigern könnt. Macht einfach da weiter wo ihr jetzt seid, dann kann die nächste Saison ruhig kommen.

Noch einmal Danke an Euch alle!

Mit sportlichem Gruß
Jens, Otto & Thorsten

G JUGEND-FUSSBALL IN WIEMERSDORF



Wir suchen neue Trainer und Kinder!

Seit zwei Jahren gibt es die G – Jugend. Und aus Anfängern sind kleine Kicker geworden, die sich in der Saison 2006 / 2007 einer neuen Herausforderung stellen müssen. Die G wird dann die F – Jugend, mit den alten Trainerinnen und allem drum herum.

Der Trainerstab sind: Petra Rieve und Birgit Zielinski

Zur Zeit besteht die Mannschaft aus 4 Spielerinnen und 11 Spielern und es bestehen zwischen den beiden Geschlechtern keinerlei Probleme, auch die Gemeinschaft untereinander ist sehr gut.

Die verbleibenden F Spieler des Jahrganges 1998 werden entweder eine eigene Mannschaft bilden oder in die neue Mannschaft integriert, je nachdem wie viele Spieler vorhanden sind.

Der Verlauf der Saison 2005/06 war im Frühjahr sehr gut, wir haben drei Spiele gewonnen und drei Spiele verloren. Die Ergebnisse sind eigentlich unwichtig, denn alle haben gut gespielt und Spaß gehabt.

In Alveslohe haben wir an einem Pfingstturnier teilgenommen und den 5 Platz von 8 Mannschaften errungen.

Am 11.3.06 haben wir in Großenaspe an einem Turnier teilgenommen und zum Abschluß nahmen wir am 1.+2.7.2006 an einer Mini – WM in Uetersen teil. Mit einer Übernachtung in der Halle. Wir vertreten Deutschland. Das Ergebnis wird in der nächsten Zeitung bekannt gegeben.

Petra Rieve und Birgit Zielinski

„Wir suchen neue Trainer und Spieler“ bezieht sich auf die Bildung einer neuen G – Fußballjugend.

Alle Kinder Mädchen und Jungen der Jahrgänge 2000 und 2001 können mitmachen. Interessierte können sich beim Spartenleiter bzw. Abteilungsleiter Jan Martens oder Jugendobmann Michael Granitzny informieren.



FUSSBALLDAMEN IN WIEMERSDORF

Erfolgreiche Saison



Nach dem furiosen Start zu Saisonbeginn mit 7 Siegen in Folge hatten die Damen zuletzt viel Pech mit überhart spielenden bzw. nur bolzenden Gegnern und schlechten Schiedsrichtern.

Daneben hat sich aber gezeigt, dass und warum es für einen Platz ganz oben in der Tabelle (noch) nicht reichte. Zwar konnten wir in nahezu allen Spielen in jeder Hinsicht mindestens mithalten, doch ließ die Chancenverwertung zu wünschen übrig. Einige entscheidende Spiele gegen höher stehende Mannschaften gingen mit nur einem Tor weniger verloren. Manchmal, gerade gegen die schwächeren Gegner, fehlten uns die Routine und die Ideen, um nicht nur zu gewinnen, sondern auch überzeugend zu spielen.

Trotzdem sind die Fortschritte erstaunlich: Durch optimal integrierte Neuzugänge präsentierte sich unsere Damenmannschaft als homogene und oft

erfolgreiche, aber immer sehr fair auftretende Einheit ohne die bei anderen Mannschaften üblichen Zickereien. Alle Spielerinnen konnten ihr Potential, weil sie sich wegen der Größe des Kaders auf ihre angestammte Positionen konzentrieren konnten. Mittlerweile hat sich mit Nina Peters sogar eine feste Torhüterin gefunden, die motiviert bei der Sache ist und auf die man sich verlassen kann. Außerdem war es dem Selbstvertrauen aller Spielerinnen sehr zuträglich, dass wir mit unseren Neuzugängen eine beachtliche spielerische Qualität und eine nie geahnte Torgefahr entwickeln konnten.

Wir haben diese Saison einen guten 5. Platz mit 46 Punkten aus 26 Spielen erreicht und stehen damit verdient vor den Lokalrivalen aus Schmalfeld, Hartenholm und Weddelbrook. Wer noch nicht bei uns zugeschaut hat, hat 102 (!) Tore der mit Abstand nettesten Mannschaft der Bezirksklasse verpasst.

Die nächste Saison ist geplant und soll bzw. wird eine weitere Steigerung bringen.

Die Spielgemeinschaft mit der Bramstedter Turnerschaft wird fortgesetzt, mindestens zwei Spielerinnen aus der Mädchenmannschaft der BT werden denn auch zur neuen Saison zu uns stoßen. Wir hoffen aber auch auf die eine oder andere Spielerin aus anderen Vereinen.

Zwar verlassen uns mit Katharina Jensen eine unserer Spielmacherinnen, mit Hannah Ramm ein Riesen- (Schuss-)Talent, mit Mara Schümann ein langjähriger Eckpfeiler unserer Abwehr und mit Silvia Blohm unsere Beste. Wir werden aber auch in der nächsten Saison um die bekanntesten, in den letzten Jahren gereiften Spielerinnen eine gute Mannschaft haben, die, mit zwei, drei Verstärkungen und etwas Glück, vielleicht noch höher in der Tabelle klettern kann.

Vielleicht spricht sich das auch in Verein und im Dorf herum und wir können uns nächste Saison über noch mehr Zuschauer und die entsprechende Unterstützung freuen.



- Projektarbeit „rund ums Pony“
- Ausflugsziel f. Klassen und Gruppen
- Kindergeburtstage
- Reitunterricht
- Kursangebote
- Reitferien

G. Offen · Dorfstrasse 36 · 24649 Wiemersdorf
Tel. (0 41 92) 89 73 90 · Fax 89 74 32

WICHTIGE ANSCHRIFTEN UND ADRESSEN

VORSTAND DES TSV WIEMERSDORF

Funktion	Name	Straße	Ort	Telefon
Vorsitzende	Dörte Jörck	Dorfstraße 1	24649 Wiemersdorf	69 76
2. Vorsitzender	Hans-Markus Jörck	Kieler Straße 44	24649 Wiemersdorf	857 05
Schriftführerin	Eva Pietz	Bäckertwiet 13	24649 Wiemersdorf	27 34
Kassenwart	Rolf Saggau	Kieler Straße 130	24649 Wiemersdorf	61 07
Beisitzer	Peter Christ	Fasanenweg 4	24649 Wiemersdorf	78 99
Beisitzer	Christian Schmok	Neue Dorfstr. 3	24649 Wiemersdorf	37 60
Beisitzer	Birgit Zielinski	Kieler Straße 118	24649 Wiemersdorf	21 96
Jugendwart	Horst Rehwinkel	Neuer Weg 8	24649 Wiemersdorf	816 96 55
Internet	Hans-Markus Jörck hamajoe@gmx.de	Kieler Straße 44	24649 Wiemersdorf	857 05
Vereinszeitung	Anja Wahlers anja.wahlers@lycos.de	Kieler Straße 132	24649 Wiemersdorf	889911

www.tsv-wiemersdorf.de

SPARTENLEITER ODER ANSPRECHPARTNER DER EINZELNEN SPARTEN

Sparte	Ansprechpartner	Straße	Ort	Telefon
Faustball	Hans-Christian Jörck	Dorfstraße 1	24649 Wiemersdorf	69 76
Ferienprogramm	Melanie Stölting	Clausthal 1	24649 Wiemersdorf	819 13 12
	Karen Bludau	Großenasper Weg	24649 Wiemersdorf	897 477
Fußball	Jan Martens	Tegelkuhle 8a	24649 Wiemersdorf	45 98
Gymnastik	Eva Pietz	Bäckertwiet 13	24649 Wiemersdorf	27 34
Jazz-Dance	Heike Betker	Wiesenweg 3	24649 Wiemersdorf	850 21
Karate	Reimer Bülck	Am Storchennest	24576 Bad Bramstedt	77 26
Fitneß	Hans-Jürgen Dreier	Tegelkuhle 18	24649 Wiemersdorf	53 45
Musikzug	Klaus Saggau	Mittelweg 2a	24649 Wiemersdorf	51 33
Schützen	Peter Schwedas	Königsberger Weg 10	24649 Wiemersdorf	81 34 50
Theater	Anke Harder	Bahnhofstraße 6	24649 Wiemersdorf	69 16
Tischtennis	Wilfried Wagner	Fuhlendorferweg 7	24649 Wiemersdorf	47 72
Turnen	Dörte Jörck	Dorfstraße 1	24649 Wiemersdorf	69 76
Volleyball	Karen Bludau	Großenasper Weg	24649 Wiemersdorf	89 74 77
Badminton	Peter Christ	Fasanenweg 4	24649 Wiemersdorf	78 99
Jazz-Dance Kids	Constanze Kühnert	Kieler Straße 44	24649 Wiemersdorf	857 05
Jazz-Dance Kids	Bibiane Witte-Brandt	Kieler Straße 57	24649 Wiemersdorf	855 52
Jugend-Volleyball	Olaf Rehder	Ziegeleiweg 3	24649 Wiemersdorf	29 33

ANSPRECHPARTNER: Platzwart Olaf Rehder




TSV WIEMERSDORF

von 1922 e. V.

MITGLIEDSBEITRÄGE

KINDER UND JUGENDLICHE	3 EURO
AUSZUBILDENDE, SCHÜLER, STUDENTEN AB 18 JAHRE	4 EURO
PASSIVES EINZELMITGLIED AB 18 JAHRE	4 EURO
AKTIVES EINZELMITGLIED AB 18 JAHRE	6 EURO
EHEPAAR ALS PASSIVE MITGLIEDER	6 EURO
EHEPAAR ALS AKTIVE MITGLIEDER	8 EURO
FAMILIENBEITRAG	10 EURO



Impressum

Herausgeber: TSV Wiemersdorf
Anzeigen und Redaktion: Anja Wahlers
Druck + Gestaltung: JVA Am Hasenberge



Rainer Offen

24649 Wiemersdorf · Dorfstraße 36
Telefon (0 41 92) 89 73 90 · Fax 89 74 32



*Pflanzenhof
Wiemersdorf*

Unser Programm:

Beratung · Planung · Gestaltung
Ausführung · Pflege
Pflanzen-An- und Verkauf
Baumdienst · Schneedienst

Fahrräder nach Maß für die ganze Familie

Beratung ✓
Verkauf ✓
Reparatur ✓



Zweirad-Meisterbetrieb **HERMANN STARK** Dorfstraße 32 · Wiemersdorf · 0 41 92 - 94 92

Vorsorge sichert Rente.

Versicherungsfachwirt
Brunolf Schurillis e.K.
Maienbeeck 43
24576 Bad Bramstedt
Telefon (04192) 81686, Fax (04192) 816870
brunolf.schurillis@provinzial.de
www.provinzial.de/brunolf.schurillis
Unternehmen der  Finanzgruppe


PROVINZIAL

Alle Sicherheit für uns im Norden

MANFRED RECK GmbH

Bauunternehmen

24649 Wiemersdorf · Telefon 0 41 92 / 60 04

Sechs Volltreffer!



Vorsorge für die eigenen vier Wände



Für Sie und Ihre Familie



Finanzierung für Haus und Wohnung



Finanziell unabhängig im Ruhestand



Vermittlung von Immobilien



Rundum sicher

Wüstenrot Beratungsstelle
Maienbeeck 12
24576 Bad Bramstedt

Mo., Di., Mi., Do. und Fr. von 9 - 13 Uhr
Mo. und Do. von 15 - 18 Uhr
und nach Vereinbarung

wüstenrot

Rita Breiholz Heß

Tel. 04192 / 897686
Fax 04192 / 85927

WIR SIND DIE NUMMER 1 FÜR IHRE FITNESS!

Obst und Gemüse aus biologischer Landwirtschaft – mit dem plus an Vitaminen, Mineralstoffen und Geschmack! – sowie allen weiteren Zutaten für eine gesunde und genußvolle Ernährung finden Sie bei uns!

Und nicht vergessen:
Samstags gibt es Brötchen schon ab 7.00 Uhr!

OBSTGARTEN

WIEMERSDORF

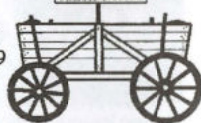
Richtig Gut Leben!

Fam. Thomas Jörck
Dorfstr. 3, 24649 Wiemersdorf
Tel. (04192) 5988 Fax: 88 98 79

Öffnungszeiten:

Di. - Fr. 15.00 - 18.00 Uhr
Di. 9.00 - 13.00 Uhr Sa. 7.00 - 13.00 Uhr

Bioland
KOOPERATIONSPARTNER



H. Harbeck GmbH
Inh. Christian Huß
Bau- und Möbeltischlerei

Kieler Straße 77 · 24649 Wiemersdorf
Telefon: 0 41 92 / 33 44 · Telefax: 0 41 92 / 75 74