

# VT Union – Vereinsinfo 11-2022



## Unser Weihnachtsgeschenk für alle VT Union Mitglieder im Fitnessbereich

Ab dem 16. Januar 2023 ist es soweit –zusätzlich für alle Mitglieder des Fitnessbereichs/AktivCenters werden wir 4 Dauer-Kursangebote bereithalten:



Was?	<b>Pilates</b> mit Anna
Wann?	Montags in der Zeit von 10.30 bis 11.30 Start des Angebots am 16.01.2023
Wo?	Kursraum im AktivCenter
Was?	<b>HIT (funktionales Intervall-Training)</b> mit Deborah
Wann?	Dienstags in der Zeit von 18.30 bis 19.30 Start des Angebots am 17.01.2023
Wo?	Kursraum im AktivCenter
Was?	<b>Fit für den (All-)Tag</b> mit Martin
Wann?	Donnerstags in der Zeit von 10.00 bis 11.00 Start des Angebots am 19.01.2023
Wo?	Kursraum im AktivCenter
Was?	<b>Wassergymnastik</b> mit Martin
Wann?	Mittwochs oder donnerstags Nachmittag (nach Absprache)
Wo?	Hallenbad Groß Ilsede

Nähere Informationen zu den Angeboten findet ihr in den anhängenden Dateien und demnächst auch auf unserer Homepage [www.vtunion.de](http://www.vtunion.de)

Wir bitten um Anmeldung zu den Angeboten über unsere Geschäftsstelle,  
Tel. 05172/4127722 oder Mail: [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de)

Wichtig: Diese Angebote sind **exklusiv** für Mitglieder des Fitnessbereichs/Aktivcenters.

Sei dabei!!!

## Der gute Vorsatz für das Neue Jahr: Nicht lang schnacken – Sportsachen packen

Es ist jedes Jahr dasselbe: wir nehmen uns fest vor, gesünder zu leben und mehr Sport zu treiben. Wir wollen euch unterstützen, den inneren Schweinehund zu überwinden.

Nicht lang schnacken – Sportsachen packen und in unserem Fitnessbereich trainieren. Alle diejenigen, die im Januar 2023 bei uns Mitglied werden, erhalten als Anerkennung für die Umsetzung der guten Vorsätze eine Ermäßigung von 5 €.

Bei Interesse eine kurze Mail schreiben an [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de) oder einfach vorbeischauchen in unserem AktivCenter in Groß Ilsede, Schulstraße 38 und ein kostenloses Probetraining vereinbaren.

Der Fitnessbereich bei VT Union ist geöffnet:

- montags – freitags: 09.00 – 20.00 Uhr (dienstags bis 21.00 Uhr)
- samstags und sonntags: 11.00 – 16.00 Uhr

## **Sporthallen in den Weihnachtsferien gesperrt - unser AktivCenter nicht**

Der Landkreis Peine hat mitgeteilt, dass alle Sporthallen aus Energieeinspargründen in der Zeit vom 23.12.2022 bis 08.01.2023 gesperrt werden.

In den Weihnachtsferien sind alle Sporthallen geschlossen – unser AktivCenter nicht !!!

Wir bieten allen Interessierten an, in der Zeit vom 27.12.2022 - 08.01.2023 in unserem Fitnessbereich für einen geringen Kostenbeitrag von 10 € zu trainieren.

Bei Interesse eine kurze Mail schreiben an [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de) oder einfach vorbeischaun in unserem AktivCenter in Groß Ilsede, Schulstraße 38

Der Fitnessbereich bei VT Union ist in dieser Zeit geöffnet:

- 27.12. – 30.12.2022 : 11.00 – 16.00 Uhr
- 02.01. – 06.01.2023 : 09.00 – 20.00 Uhr (am 03.01. bis 21.00 Uhr)
- 07.01. – 08.01.2023 : 11.00 – 16.00 Uhr

## **Vorstandsmitglied gesucht**

Unser Vorstandsmitglied Wolfgang Patzlaff ist aus persönlichen Gründen aus dem Vorstand ausgeschieden. Wir danken Wolfgang an dieser Stelle noch einmal für seine Arbeit zugunsten unseres Vereins.

Nun suchen wir jemanden, der/die Interesse an der vielfältigen Vorstandsarbeit hat. Wir wollen dabei zunächst keine konkrete Aufgabenzuordnung vornehmen. Wichtig ist uns jemanden zu finden, der/die hilft, unseren Verein mit Ideen und neuen Gedanken voranzubringen.

Wer Interesse hat, der melde sich bitte per Mail an [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de) oder direkt bei unserem Vorsitzenden, Tel. 0176-57657060.

## **Übungsleiter\*innen gesucht**

Wir suchen für verschiedene Sportangebote dringend Übungsleiter\*innen.

Konkret:

- Zur Durchführung von Kinder-Schwimmkursen
- Für unsere Kindersportgruppen
- Für unsere Tischtennis-Jugend
- Für unsere Leichtathletik-Gruppe

Aber auch für alle anderen Sportangebote suchen wir Interessierte, die sich eine Begleitung von Übungsgruppen vorstellen könnten oder auch im Vertretungsfall einspringen möchten.

Wenn du sagst „Ja, das wäre etwas für mich“, dann melde dich bitte in unserer Geschäftsstelle, Mail: [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de), Tel.: 05172-4127722

## **Neuer Faszienkurs ab 16.01.2023 – noch Plätze frei !**

Als Faszien bezeichnet man das Bindegewebe, welches die gesamte Muskulatur durchzieht. Mit Faszienrollen und Faszienkugeln wird das Faszienengewebe effektiv von unerwünschten Verhärtungen befreit und zusätzlich die Körpermuskulatur gestärkt.

Im Kurs wird auf eine gezielte Förderung der Eigenschaften des muskulären Bindegewebes, der Faszien, hingearbeitet.

Der Kurs beginnt am 16.01.2023 und findet immer montags um 09.00 Uhr im AktivCenter (Kursraum) statt. Insgesamt sind 10 Kurseinheiten geplant. Die Leitung hat Heike Baerens.

Die Kosten betragen: 40 € für Vereinsmitglieder und 60 € für alle anderen.

In dem Kurs sind noch einige Plätze frei. Eine Voranmeldung ist unbedingt erforderlich, am besten per Mail an [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de) oder auch Tel. 05172-4127722.

### **Neues Angebot ab Februar: Geräteturnen für Mädchen**

Zurück zu den Wurzeln wollen wir mit unserem neuen Angebot „Geräteturnen für Mädchen“ gehen. Der Startschuss fällt am 05.02.2023. Das Angebot richtet sich an Mädchen im Alter von 6 bis 10 Jahren und findet immer sonntags von 14.00-16.00 Uhr in der Sporthalle im Schulzentrum statt. Übungsleiterin ist Daniela Aschemann. Weitere Infos gibt es über unsere Geschäftsstelle, Mail: [center@vtunion.de](mailto:center@vtunion.de), Tel.: 05172-4127722 oder direkt bei der Übungsleiterin unter Tel.: 0162-6286815.

### **Darts-Gruppe mit neuer Trainingszeit**

Unsere Darts-Gruppe hat den Trainingstag gewechselt. Ab sofort fliegen die Pfeile immer mittwochs ab 18.00 Uhr im AktivCenter (1. Obergeschoss). Neue Mitspieler\*innen sind herzlich willkommen, Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

### **Sauna wieder in Betrieb**

Unsere Sauna haben wir wieder in Betrieb nehmen können. Wir danken Henning Reimers und Thorsten Heuer für die Unterstützung bei den elektrotechnischen Problemen. Einige Saunagruppen sind bereits wieder aktiv. Die Koordination liegt in den bewährten Händen von Lutz Bertram.

Da der Saunabetrieb sehr stromintensiv ist, müssen wir wie bisher eine Kostenpauschale in Höhe von 5 €/Person je Saunatermin erheben.

### **Geschäftsstelle „zwischen den Jahren“ geschlossen**

Auch unsere Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle gehen „zwischen den Jahren“ in den wohlverdienten Urlaub. Unser Büro ist daher in der Zeit vom 27.12.-30.12.2022 geschlossen.



Der Vorstand