



Die MTG.	3
Grußwort Eva Welte	
MTG-Vorstand	3
Termine	3
Grußwort Michael Lang	
Oberbürgermeister	4
Kinder- und Jugendschutz	5
Vorstand	6
Geschäftsstelle	7
Allgemeines	46
Impressum	47
MTG Sportinsel	8
Betriebliche	
Gesundheitsförderung	10
Physioinsel	11
Bistro	12
Vermietungen	12
Kindersport	
/ KinderSportSchule	13
Sport KIDS	13
Ferienbetreuung, -freizeiten	14
KiSS	15
FROG	17
Tanz	17

Inhalt

Gesundheitssport	18
OTT	18
Reha-Sport Kinder - Orthopädie	19
Reha-Sport Erwachsene - Orthopädie	19
Sport f. Herz- und Gefäßkrankungen	20
Lungensport	20
Sport für Diabetiker	21
Sport nach Krebs	21
Freizeitsport	22
Badminton	23
Er & Sie	23
Faustball	24
Fit & Fun	24
Freizeitsport Männer	25
Freizeitsport Spiele Frauen	25
Freizeitsport Spiele Männer	26
Gerätturnen	26
Hausfrauengymnastik	27
Hobbysport Frauen	27
Indiaca	28
Jedermannturnen	28
Ju-Jutsu	29
Lauftreff	29

Präventionskurs	30
Rhythmische Gymnastik und Tanz	30
Roll- und Eissport	31
Schwimmsport	31
Seniorengymnastik	32
Sportabzeichen	32
Sport und mehr	33
Wettkampfsport	34
Basketball	34
Bogensport	35
Fechten	36
Handball	37
Judo	40
Leichtathletik	41
Trampolin	43
Turnschule	44
Volleyball	45

Unsere Sponsoren:



Liebe MTG-Mitglieder,
 der ehrenamtlich organisierte Sport bildet die Basis des Vereinslebens unserer MTG Wangen 1849 e.V.
 Seit nunmehr 175 Jahren organisieren Übungsleiter*innen und Trainer*innen in den verschiedensten Sportarten und Gruppen den Sport für alle Generationen.
 Als größter Sportverein der Region bedeutet dies, nicht nur bei den Durchführenden einen enormen or-

ganisatorischen Aufwand, sondern auch viel Arbeit neben der eigentlichen Trainingszeit.

Hallen müssen gebucht werden, Fahrdienste organisiert und vieles mehr. Mit der Unterstützung durch die Stadt Wangen, die, und das ist keineswegs selbstverständlich, den Vereinen die Sportstätten bereitstellt und in Stand hält, gelingt dies Jahr für Jahr hervorragend.

Dies alles zu moderaten Mitgliedsbeiträgen zu gewährleisten ist unser schwerpunktmäßiger Auftrag und sozialer Beitrag für die Gesellschaft in und um Wangen.

Ich wünsche Ihnen und uns allen weiterhin Gesundheit, viel Freude an der Bewegung, dem Sport und vor allem für das Sportjahr 2024/2025 eine verletzungsfreie Zeit.

Ihre Eva Welte
 Vorstand MTG Wangen

Aktuelle Vereinsnachrichten:



Termine 2024/2025

- 1. Präventionsworkshop 01.10.2024
- Ehrungsabend 15.11.2024
- 2. Präventionsworkshop 23.11.2024
- 3. Präventionsworkshop 15.01.2025
- MTG Ball 01.03.2025
- 4. Präventionsworkshop 10.03.2025
- Generalversammlung Juni 2025
- Altstadtlauf 05.07.2025
- Allgäu Cup 11. - 13.07.2025
- Ferienfreizeit 04.08. - 08.08.2025
- 11.08. - 15.08.2025
- KiSS Freizeit 06.09. - 12.09.2025



Foto: Moritz Hübner



Foto: privat

Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

wir gehen schon fast in den Endspurt der Landesgartenschau 2024. Ich hoffe, dass es auch für die MTG Wangen, die ja direkt am Sportpark zu Hause ist, ein schöner Sommer war. Herzlichen Dank der ganzen MTG-Familie für die große Flexibilität in der Nachbarschaft des Gartenschau-parks. Ich hoffe sehr, dass in der kommenden Zeit unsere neuen Anlagen - vor allem der Sportpark - viel Freude und einen großen Nutzen bringen werden. Wir haben es ja in-

zwischen schon erleben können, wie sehr die revitalisierte und zugängliche Argen in der Nachbarschaft der MTG-Sportinsel genutzt wird – zum Beispiel beim Handball-Jugendturnier. Ich freue mich, wenn ich sehe, dass die Entwicklungen der vergangenen Jahre gerne angenommen werden. Es wäre schön, wenn wir in den neuen Sportanlagen gemeinsam vielleicht auch neue sportliche Formate entwickeln könnten.

Die MTG Wangen feiert im September 2024 mit ihren Mitgliedern das 175-jährige Bestehen des Vereins. Seit seiner Gründung hat sich viel verändert im Sport. War im 19. Jahrhundert das Turnen nicht nur Sport, sondern auch Sammelbecken demokratischer – männlicher – Kräfte, so geht es heute vor allem um Nachwuchsförderung, Wettkampfttraining, aber auch um körperliche Ertüchtigung, Gesundheit und Reha. Und schließlich sind die Frauen längst in praktisch allen Disziplinen als Sportlerinnen und Trainerinnen angekommen.

Die MTG Wangen leistet in allen Bereichen traditionell sehr wertvolle Arbeit. Dass sich der Verein zu so einer Größe entwickelt hat, ist nicht selbstverständlich und beruht auf der Arbeit sehr vieler engagierter Kräfte – im Haupt-, wie im Ehrenamt. Das erleben wir auch im Zusammenspiel mit der Stadt Wangen.

Die MTG war und ist für die Stadt Wangen ein wichtiger Partner. 1926

baute sie die Turnhalle am Festplatz. In den 1970er Jahren erstellte die Stadt die Argensporthalle und erwarb von der MTG die Turnhalle. Sie wurde zur Stadthalle umgebaut. Vor rund 20 Jahren baute die Stadt Wangen gemeinsam mit der MTG die Lothar-Weiß-Halle und die MTG Sportinsel – ein Projekt, das den Verein und seine Mitglieder viel Energie und Geld kostete, letztlich aber einen großen Anteil an der erfolgreichen Entwicklung des Vereins mit eigenen Sporträumen hatte.

Nun gehen die Sportlerinnen und Sportler in eine neue Saison. Manche beginnen vielleicht mit einer neuen Sportart oder kommen als Kinder überhaupt zum ersten Mal zum Sportverein. Euch und Ihnen allen wünsche ich viel Freude an der Bewegung und Erfolg beim Training!

Michael Lang
Oberbürgermeister

Kinder- und Jugendschutz

Modul 1: Ehrenkodex

Alle Mitarbeiter, die mit der Betreuung von Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahren im Sport tätig sind, unterzeichnen einen Ehrenkodex zum Schutz der Kinder und Jugendlichen. Hierzu zählen ehrenamtliche bei der MTG-Geschäftsstelle gelistet aufgrund von Abrechnung sowie neben- oder hauptberufliche Mitarbeiter.

Modul 2: Führungszeugnis

Laut § 72a SGB VIII sollen Sportvereine eigenständig festlegen, wann für ehren- und nebenamtliche MitarbeiterInnen in der Kinder- und Jugendhilfe Einsicht in das erweiterte Führungszeugnis erforderlich ist.

Von allen Mitarbeitern der MTG Wangen, welche hauptberuflich, freiberuflich oder im Rahmen eines Minijobs mit Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren arbeiten, muss ein erweitertes Führungszeugnis zur Einsicht vorgelegt werden und alle drei Jahre erneuert werden. Alle ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, die in Situationen mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, an die aufgrund von Dauer, Intensität und Art ihres Kontaktes besondere Anforderungen gestellt werden, müssen ebenfalls ein erweitertes Führungszeugnis vorlegen. Dies betrifft alle Bereiche des Kinder- und Jugendsports sowie des Freizeitprogramms der MTG Wangen.

Modul 3: Regelmäßige Kommunikation & Fortbildungen

Um die Handlungskompetenzen bei allen MitarbeiterInnen des Kinder- und Jugendsports der MTG Wangen zu stärken, finden regelmäßige Sensibilisierungsmaßnahmen und Informationsveranstaltungen zum Thema Kinder- und Jugendschutz mit qualifizierten Referenten statt.

Für das Sportjahr 2024/2025 bietet die MTG Wangen vier Präventionsworkshops zu folgenden Terminen an:

- Dienstag, 01.10.2024 18.30 Uhr; Edwin-Müller-Saal der Musikkapelle Niederwangen
- Samstag, 23.11.2024 10.30 Uhr; Musiksaal Berger-Höhe Schule
- Mittwoch, 15.01.2025 18.30 Uhr; Musiksaal Berger-Höhe Schule
- Montag, 10.03.2025 18.30 Uhr; Musiksaal Berger-Höhe Schule

Die Teilnahme an einer der vier angebotenen Veranstaltungen ist für alle MitarbeiterInnen aus dem Kinder- und Jugendbereich verpflichtend und stellt die Grundvoraussetzung zur Ausbezahlung der Übungsleiterpauschale dar. Bei Trainingslagern und Reisen zu Turnieren mit Übernachtungssituationen erhalten alle TrainerInnen, ÜbungsleiterInnen und BetreuerInnen eine Broschüre, welche auf geeignete Präventionsmaßnahmen des Kinder- und Jugendschutzes hinweist und für diese Thematik sensibilisiert.

Modul 4: Vorgangs- und Ablaufverhalten

Wie verhalten sich ehrenamtlich, neben- und hauptberuflich tätige Betreuungspersonen, Trainer/in, Betroffene, wenn ein Vorfall/Verdacht an sie herangetragen wird oder sie selbst davon betroffen sind?

Der Schutz des Kindes/Jugendlichen/betroffener Person steht bei der

MTG Wangen immer an erster Stelle! Daher gelten folgende Leitsätze:

- Wir bewahren Ruhe.
- Verdächtige Personen werden von uns nicht mit dem Verdacht konfrontiert.
- Wir geben keine Informationen an Dritte weiter.

Der Vorfall wird an unseren Kinderschutzbeauftragten aus dem Verein weitergegeben. Er gibt Ratschläge für das weitere Vorgehen und bezieht bei Bedarf den Vorstand für Kinder- und Jugendsport mit ein.

Nach Rücksprache mit dem betroffenen Kind oder Jugendlichen werden die Erziehungsberechtigten verständigt, sofern kein familiärer Verdacht bzw. Vorfall besteht. Wir führen keine eigenständigen Ermittlungen durch. Alle Beobachtungen und Gespräche, die den Verdacht betreffen, werden von uns sorgfältig und neutral dokumentiert.

Was tun, wenn sich der Verdacht bestätigt?

Zum Schutze des/der Betroffenen sollte die unter Verdacht stehende Person nicht unmittelbar zur Rede gestellt werden. Das Opfer und der/die Täter/in werden umgehend getrennt, so dass es zu keinen weiteren Gewaltausübungen kommen kann. Der/die Täter/in sollte nach Rücksprache mit dem Vorstand von seiner Vereinstätigkeit sofort freigestellt werden.

Der Kinderschutzbeauftragte zieht, nach Rücksprache mit dem Vorstand, Fachleute (z.B. Kinder- und Jugendpsychologen) bzw. Ämter (z.B. Jugendamt) zu Rate, die die MTG Wangen über weitere Verfahrensmöglichkeiten beraten können und gemeinsam wird das Für und Wider einer Anzeige abgewogen. Für die Vertrauensperson bzw. Kinderschutzbeauftragten besteht keine Anzeigepflicht gegenüber Strafverfolgungsbehörden (wie z.B. Polizei oder Staatsanwaltschaft), jedoch eine Handlungsverpflichtung gegenüber dem Kind bzw. Jugendlichen oder Betroffenen. Die Vertrauensperson bzw. der Kinderschutzbeauftragte bietet dem betroffenen Kind bzw. Jugendlichen die Herstellung eines Kontakts zu einer Fach- und Beratungsstelle an.

Alle Beteiligten dokumentieren alle Beobachtungen und Gespräche, die mit beteiligten Akteuren geführt wurden, so detailliert wie möglich.

Modul 5 Vertrauensperson/Kinderschutzbeauftragter



Dennis Mihaljevic ist Schutzbeauftragter der MTG Wangen. Er wird allen Vereinsmitgliedern als verlässlicher Ansprechpartner bei Problemen zur Verfügung stehen und betroffene Personen oder Beobachter können mit ihm in Erstkontakt treten. Er kann ggf. Kontakt zu professionellen Beratungsstellen herstellen und den weiteren Prozess begleiten.

dennis.mihaljevic@mtg-wangen.de, Tel.: 07522 2412

Der Vorstand



Eva Welte
Vorstandssprecherin



Sandra Jaeschke



Achim Luge



Ulrike Müller



Sylvia Dengler
Leitung Sportinsel



Ulla Fischer
Verwaltung Sportinsel



Ulrike Dufner
Buchhaltung



Kai Herrmann
Flächenleitung
Ausbildungsleiter



Andreas Schröder-Quist



Daniel Stärz



Isabel Stelzer



Mark Vochezer



Eva Zettler
Betriebliche Gesundheitsförderung



Kim Bader
Sport- und Gymnastiklehrerin



Jannik Späth
BA-Student



Katharina Kracklauer
BA-Studentin

Ansprechpartner

Kontakt: info@mtg-wangen.de • Tel.: 07522 2412



Tobias Müller
Geschäftsführer



Claudia Frühauf
Verwaltung Hauptverein



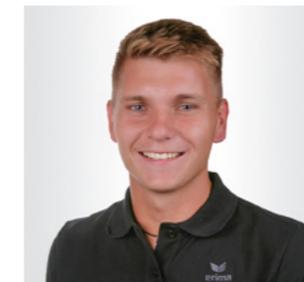
Sabine Braunmiller
Leitung Geschäftsstelle
Turngau, Mitarbeiterin
der Verwaltung



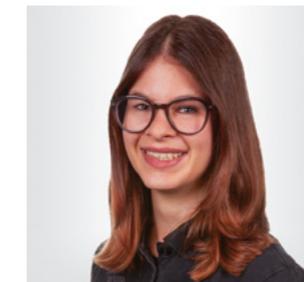
Dennis Mihaljevic
Kindersportschule KiSS
Leitung Kindersport



Tamara Wrzesinski
BA-Studentin



Valentin Volkwein
BA-Student



Emilia Kehrer
Bundesfreiwilligendienst



Fitness- und Cardiotraining

Unseren Fitness- und Cardiobereich, ausgestattet mit modernen computergestützten Geräten von Technogym, finden Sie im oberen Stock. Der Bereich erstreckt sich über eine ca. 400 qm große und offene Fläche. Im Frühjahr 2024 wurde unser Freihantelbereich ausgetauscht und um neue, multifunktionale Geräte erweitert. Wir bieten während der nahezu gesamten Öffnungszeiten eine qualifizierte Trainingsbetreuung durch unser ausgebildetes Trainer-team. Falls Sie Interesse an unserem Gerätetraining haben, so können Sie gerne einmalig ein unverbindliches, kostenfreies Probetraining bei uns machen. Hierzu ist eine Terminvereinbarung (07522 2412) notwendig.

FIVE

Neben der Kraft und der Ausdauer gehört auch die Beweglichkeit zu einem ganzheitlichen Fitness- und Gesundheitstraining. Durch das Muskellängentraining mit den Five Geräten können Sie in der MTG Sportinsel Bewegungseinschränkungen minimieren und die zu Verkürzung neigende Muskulatur wieder auf ihre ursprüngliche Länge bringen. Auch Schmerzen und Beschwerden, ausgelöst durch Verspannungen oder Verklebungen der Muskeln und Faszien können durch das Five Training gelindert werden.

Fitness- und Gesundheitskurse

Wir bieten unseren Mitgliedern ein abwechslungsreiches Kursprogramm an. Von Indoor Cycling über Bauch-Beine-Po bis hin zu gezielten Rückenkursen oder Yoga ist für jeden etwas dabei! Kommt vorbei und probiert es aus! Für alle unsere Kurse ist eine Anmeldung nötig. Diese ist über eine App möglich und immer am Vortag ab 12:00 Uhr freigeschaltet.

Wellness & Sauna

Entspannung und Erholung sollen in der MTG Sportinsel nicht zu kurz kommen. Erleben Sie eine Oase der Ruhe für Ihre Seele in unserer Saunalandschaft. Hier finden Sie alles, was zu Ihrem Wohlbefinden beiträgt: Sauna, Fußbecken, Liegen, gemütliche Sitzecke, eine Sonnenterrasse und eine Lesecke.

Kinderbetreuung

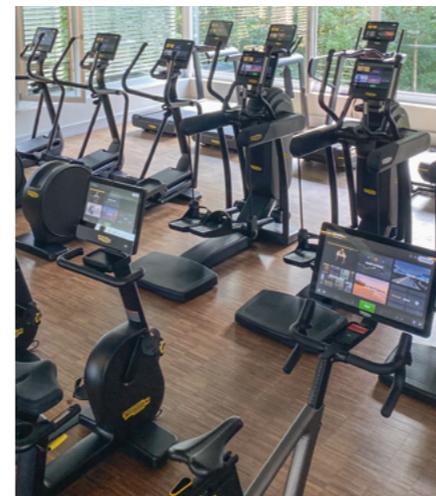
Jeden Montag- und Donnerstagvormittag bieten wir von 8:45 Uhr – 11:30 Uhr eine Betreuung Ihrer Babys und Kinder an. In dieser Zeit können Sie gerne Ihre Kleinsten bei unserem Fachpersonal im oberen Gymnastikraum vorbeibringen. Während die Kleinen spielen, können die Eltern unser vielfältiges Angebot auf der Trainingsfläche, im Kursbereich oder in der Physiotherapie nutzen.

Sonderevents

Die MTG Sportinsel veranstaltet für ihre Mitglieder eine Reihe von Sonderevents. Diese sind unter anderem ein Spin-Marathon, das Sommerspiel, ein Sommergrillfest und ein Winteropening. Für noch mehr Abwechslung und die Stärkung des Vereinsgedankens finden im Sommer zudem Mountainbike- und Rennradausfahrten in unterschiedlichen Leistungsgruppen statt.

Öffnungszeiten MTG-Sportinsel

Montag, Mittwoch, Freitag	06:00 - 22:00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	08.30 - 22:00 Uhr
Samstag / Sonntag	08:00 - 18:00 Uhr
Feiertags	08:00 - 14:00 Uhr



Betriebliche Gesundheitsförderung



Eva Zettler
eva.zettler@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

In der Gesundheitsförderung geht es in erster Linie darum, individuelle Ressourcen zur Erhaltung der Gesundheit auf- und auszubauen. Theoretisches und praktisches Wissen soll vermittelt werden, um MitarbeiterInnen zu befähigen, sich langfristig und dauerhaft selbst um ihre eigene Gesundheit zu kümmern. Mit uns als Partner stellen Sie Ihre Gesundheitsförderung auf professionelle Beine. Wir sind Experten für Bewegung, Entspannung und Ernährung und geben unser Wissen gerne an Sie und Ihre MitarbeiterInnen weiter.



Unser Angebot:

Bewegungsangebote:

Gruppenfitness in individuell zusammengestellten Kursblöcken:

- Rückenfitness
- Coretraining
- Indoor Cycling
- Power Pump
- Functional Fitness
- Yoga
- Pilates
- Entspannungskurse
- und vieles mehr ...

Gesundheitsvorträge/Beratungen für MitarbeiterInnen/Auszubildende:

- Rumpf & Rücken, Ergonomie am Arbeitsplatz
- Herz-Kreislauf-System und -Training
- Ernährung
- Stress & Entspannung
- Auch eigene Vortragswünsche sind möglich



Vorteile:

Unsere Gruppenfitness Angebote für Firmen sind von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert. Das bedeutet, dass sie den Kriterien des § 20 SGB V entsprechen und somit von Krankenkassen unterstützt und bezuschusst werden. Zudem ist gewährleistet, dass sie einen qualitativ hohen Standard aufweisen, wodurch Sie für den Arbeitgeber nach § 3 Nr. 34 EStG steuerfrei sind. Auch Gesundheitsseminare und Vorträge fallen hierunter.

Für sämtliche Fragen und Anliegen zum Thema betriebliche Gesundheitsförderung stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

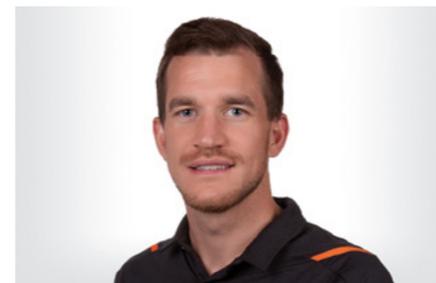
Physioinsel



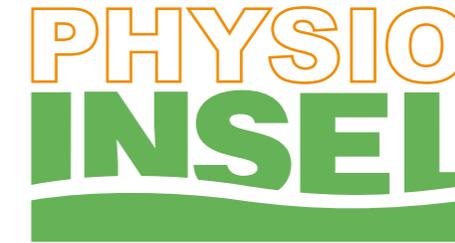
Tobias Bartsch
Leitung Physiotherapie
tobias.bartsch@mtg-wangen.de



Wolfgang Wetzel
Physiotherapeut
physio@mtg-wangen.de



Martin Ortmann
Physiotherapeut
physio@mtg-wangen.de



Behandlungsangebote (Alle Krankenkassen):

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Manuelle Lymphdrainage
- Krankengymnastik an Geräten (KGG)
- Krankengymnastik neurologisch (Bobath Erwachsene)
- Kinesiotape
- Elektrotherapie
- Eistherapie
- Wärmetherapie / Fango

Physiotherapie Massagen und Wellness:

Einzel Physiotherapie
ca. 30 min / 35,00 €

Manuelle Lymphdrainage (MLD)
ca. 30 min / 35,00 €

Kinesiotape
je nach Dauer bzw. Anlage / 25,00 € - 35,00 €

Sporttherapeutische funktionelle Tests
ca. 50 min / 50,00 €

- zur Feststellung von Asymmetrien
- Standortbestimmung nach

Verletzung (testet Beweglichkeit, Koordination, Kraft)
• zielgerichtete Trainingstipps

Wirbelsäulentherapie nach „Dorn“
ca. 40 min / 40,00 €

Sportmassage
ca. 30 min / 35,00 €

Kopf-Nacken-Spezial
ca. 45 min / 45,00 €

Relaxbehandlung
ca. 60 min / 50,00 €

Kurzurlaub
ca. 30 min Behandlung
+ Saunatageskarte / 40,00 €

Reiki
ca. 45 min / 55,00 €

Terminvereinbarung Physio
Tel.: 07522 2412
physio@mtg-wangen.de

Osteopathie:

Osteopathie ist eine ganzheitliche Form der Medizin, bei der die Diagnostik sowie die Behandlung mit den Händen erfolgt. In der Osteopathie wird die Ursache der Beschwerden behandelt und nicht das Symptom. Der Mensch wird in seiner Gesamtheit betrachtet.

Terminvereinbarung Osteopathie Sarah Jocham
Tel.: 0160 98658023
info@osteopathie-jocham.de

Bistro

Für einen gemütlichen und geselligen Abschluss ist in unserer MTG Sportinsel auch gesorgt: An unserer Theke, an verschiedenen Sitzmöglichkeiten oder auf den Loungemöbeln der teilüberdachten Terrasse können Sie sich nach Ihrem Training belohnen. Ein vielfältiges Getränkesortiment und eine Auswahl an regionalen, saisonalen Speisen sorgen dafür, dass für jeden unserer Gäste etwas Geeignetes dabei ist.

Aber nicht nur für die Besucher der MTG Sportinsel steht unser Bistrobereich zur Verfügung, unser Sportinsel-Team heißt alle Besucher herzlich willkommen.



Ansprechpartnerin:
Andrea Mayer
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Medienraum mit Sonnenterrasse

Unser Medienraum hat eine Größe von ca. 40 qm und ist mit Tischen und Stühlen sowie Flipchart, Stellwänden, Stereoanlage, LAN-Anschluss, WLAN und HD-Beamer ausgestattet.

Je nach Veranstaltung und Bestuhlung finden 25 bis 30 Personen Platz.



Gymnastikräume

Die MTG Sportinsel hat zwei freundliche, moderne Gymnastikräume. Der kleinere Raum hat 80

qm, der größere 125 qm. Beide Räume verfügen über eine bzw. zwei Spiegelwände, diverse Kleingeräte, Matten, Musikanlage und vieles mehr. Die Kursräume sind mit einer UV-C Filteranlage ausgestattet.

Unsere Räume können angemietet werden.



Ansprechpartnerin:
Ulla Fischer
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

MTG-Bus

Sowohl Mitglieder als auch Nichtmitglieder haben die Möglichkeit, unseren MTG-Bus zu mieten.



Ansprechpartnerin:
Claudia Frühauf
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Sport KIDS - Der vielfältigste Vereinssport für Kinder



Dennis Mihaljevic
Ansprechpartner
kindersport@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Die MTG Wangen bietet in ihren Abteilungen das wahrscheinlich vielfältigste Kindersportangebot in der Region.

Wir haben uns dazu entschlossen, unser Angebot neu zu strukturieren und den Schwerpunkt auf ein sportartunspecifisches Kindersporttraining zu legen. Wissenschaftlich vielfach belegt ist, dass es für Kinder im Alter von unter 8 Jahren wichtig ist, die sportmotorischen Grundfähigkeiten zu schulen und das ganze Jahr über zu fördern.

Innerhalb dieses Programms bieten wir den Kindern eine sportliche Grundlagenausbildung, um späteren Einseitigkeiten und muskulären Dysbalancen vorzubeugen. Mit einer solchen Ausbildung steigern wir schon in jungen Jahren nachhaltig die körperliche Gesundheit und durch eine breite Sportausbildung wird die motorische Entwicklung der Kinder optimal gefördert. Mit unseren qua-

lifizierten Übungsleitern bieten wir ihnen so Vereinssport auf höchstem Niveau.

Wie Sie dem beiliegenden Sport KIDS Programm entnehmen können, liegt der Schwerpunkt auf dem Mittwochstraining in der Ebnehalle. An diesem Nachmittag haben alle Kinder zeitgleich die Möglichkeit, an unserem Programm teilzunehmen. Für Familien soll dies auch ein logistischer Vorteil sein, da somit Geschwisterkinder am selben Tag und zur selben Uhrzeit am Kindersport teilnehmen können.

Weiter ist es möglich, mit der Vereinsmitgliedschaft an einem zweiten Tag den MTG Kindersport zu besuchen. Hier können die Kinder ein sportartspezifisches Training wie Handball, Turnen oder Leichtathletik besuchen. Die Kombination aus spezifischem und unspezifischem Sport an zwei Tagen in der Woche ist in diesem Alter die optimale Basis für eine gesunde und sportliche Jugend.

Unterstützt die MTG-Sport KIDS



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
		15:00 - 16:00 Ebnehalle Sport KIDS 4 - 8 Jahre	14:30 - 16:00 Berger-Höhe-Halle Leichtathletik KIDS 5 - 7 Jahre
	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2015	16:00 - 17:00 Ebnehalle Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre	16:00 - 17:00 Ebnehalle Sport KIDS 4 - 8 Jahre
17:00 - 18:30 Ebnehalle Turn KIDS Turnschule Zusatzbeitrag ab 4 Jahren	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2016		17:00 - 18:30 Ebnehalle Turn KIDS Turnschule Zusatzbeitrag ab 4 Jahren
	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2017/2018		

Ferienprogramm

Ganztagesbetreuung in den Ferien

Spiel, Sport und Spaß in der Halle und im Freien für Mädchen und Jungs im Alter von 6 bis 11 Jahren. Es können einzelne Tage gebucht werden. Mittagessen, Snacks und Getränke sind im Preis enthalten.

Ferienfreizeit

Unter der fachkundigen Leitung von Markus Hahnel und seinem Betreuungsteam erfahren die Kinder ein reichhaltiges Programm, bestehend aus Spiel, Sport, Baden, Basteln, Besichtigungen, Ausflügen und vielem mehr.

KISS Ferien-Freizeit

Eine Woche lang spielen, basteln und turnen in der Halle, interessante Ausflüge erleben, bewegen im Freien, Inline-Skating, neue Sportarten kennenlernen und vieles mehr.

Wann:
Von 8:00 bis 16:00 Uhr

Kosten/Tag:
25 € (MTG-Mitglieder);
30 € (Nicht-MTG-Mitglieder)

Wann:
1. Woche:
04.08.2025 – 08.08.2025
2. Woche:
11.08.2025 – 15.08.2025
jeweils von 8:30 bis 17:30 Uhr
Kosten pro Kind: 75 €

Wann:
06.09.2025 – 12.09.2025,
jeweils von 8:00 bis 16:00 Uhr

Kosten:
KiSS-Mitglieder: 100 €
MTG-Mitglieder: 120 €
Externe Kinder: 130 €

Anmeldung über: www.mtg-wangen.de/ferienfreizeiten



Die KiSS zeichnet sich durch ihr qualitativ hochwertiges Bewegungsangebot aus. Ein monatlicher Grundbeitrag bietet den Kindern die Möglichkeit, in kleinen Gruppen bestehend aus maximal 15 Kindern unter der Leitung von qualifizierten Trainern und einem Helfer Sport zu treiben. Die Kinder werden hier individuell und sportartenspezifisch gefördert.

Die Inhalte der Kindersportschule gestalten sich nach einem modernen und speziell auf die KiSS zugeschnittenen Rahmenlehrplan, welcher von sieben Fachverbänden in Zusammenarbeit entwickelt wurde. Dieses Konzept bewährt sich seit 30 Jahren. Die MTG-Kindersportschule ist zertifiziert um dauerhaft ein qualitativ hochwertiges Programm zu gewährleisten.

- ☺ Steht für ein qualitativ hochwertiges Bewegungsangebot
- ✳ Bietet die Möglichkeit einer breiten, sportartenübergreifenden, motorischen Grundausbildung
- 👉 Unter dem Motto „früh beginnen, zur richtigen Zeit spezialisieren“
- 🌱 Fördert eine ganzheitliche und gesunde, körperliche Ausbildung
- ☺ Geht dem natürlichen Bewegungsdrang, ohne Leistungsgedanken und mit viel Freude am Sport und an der Bewegung nach
- 👉 Fördert Selbstbewusstsein und
- ✳ Selbsteinschätzung sowie die soziale Handlungsfähigkeit in der Gruppe



Unterstützt durch die
Kreissparkasse Ravensburg



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				MINI 09:30 - 10:30 Uhr GS Deuchelried 1,5 - 4 Jahre Valentin
MINI 15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle 1,5 - 4 Jahre Katharina	CLASSIC 15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Eva	MINI 15:00 - 16:00 Uhr Ebenthalle 1,5 - 4 Jahre Katharina	CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Idefix, 4 - 5 Jahre Katharina	
CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Dennis	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Obelix/Miraculix, 8 - 11 Jahre Eva		CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Asterix, 6 - 7 Jahre Dennis	
CLASSIC 17:30 - 18:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Dennis	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Petra		CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Obelix/Miraculix 8 - 11 Jahre Dennis	

KiSS Mini

Unser Angebot an Ihr Kind sieht wie folgt aus:

- ☺ In Begleitung einer Bezugsperson werden abwechslungsreiche Bewegungserfahrungen gesammelt
- ✳ Motorische, kognitive, konditionelle und koordinative Fähigkeiten werden entwickelt und unterstützt
- ⬇ Erste emotionale & soziale Gruppenerfahrungen
- 👤 Qualifizierte hauptamtliche Sportfachkräfte
- ☹ Kleine Gruppen von maximal 15 Kindern
- ✳ Altersgerechte Gruppen für Kinder von 1,5 - 4 Jahren



KiSS Classic

Unser Angebot an Ihr Kind sieht wie folgt aus:

- ☹ Aufeinander aufbauende Alters- und Ausbildungsstufen zu kindgerechten Trainingszeiten in der Turnhalle
- ✳ Kleine Gruppen mit maximal 15 Kindern
- ⬇ Qualifizierte hauptamtliche Sportfachkräfte
- 👤 Motorische Grundausbildung für Kinder von 4 - 11 Jahren
- ☹ Gezielte Förderung der Stärken des Kindes und Abbau von Defiziten
- ✳ Erlernen aller Sportarten ohne Leistungsdruck und Wettkampforientierung

KiSS FERIENFREIZEIT

- ☹ In der letzten Sommerferienwoche
- ✳ Maximal 45 Kinder
- Ganztagesbetreuung der Kinder
- ⬇ Für alle MTG Kinder, KiSS Kinder haben Vorrang
- 👤 Anmeldung ab Ende Mai möglich
- ☹ Eine Woche lang spielen, basteln und turnen in der Halle, interessante Ausflüge erleben, bewegen im Freien, Inline-Skating, neue Sportarten kennenlernen und vieles mehr

KiSS SCHWIMMEN

- ☹ Kursangebot für Kinder ab 6 Jahren
- ✳ maximal 10 Kinder
- ⬇ Schwimmen im Blockunterricht und in Kleingruppen
- 👤 Wassergewöhnung, Ängste überwinden, mit dem Wasser in Kontakt treten und erste Grundfähigkeiten erlernen
- ☹ Einen sicheren Umgang mit dem Wasser schulen
- ✳ Erlerntes vertiefen und festigen, um nach und nach ohne Hilfsmittel im Wasser zurecht zu kommen
- ⬇ KiSS Kinder haben Vorrang



FROG - Freizeit ohne Grenzen



Valentin Volkwein
valentin.volkwein@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Tanz



Katharina Kracklauer
katharina.kracklauer@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Hier ist Vielseitigkeit gefragt

Viele Kinder im Alter zwischen 9 und 14 Jahren wissen nach dem Kindersport oder der KiSS nicht, welche Sportart sie gerne betreiben möchten oder worauf sie Lust haben.

Frog ist der Freizeitsport für Kinder und Jugendliche.

Die Stundeninhalte sind mit verschiedenen Sportarten gefüllt. Sämtliche Ballsportarten, Rückschlagspiele, Fangspiele, turnerische Elemente sowie kleine Spiele stehen auf dem Programm. Die Kinder dürfen über die Inhalte selbst mitentscheiden.



Wir treffen uns
Berger-Höhe-Halle
9 - 14 Jahre
Donnerstag 17:30 - 18:30 Uhr



Spaß und Bewegung ohne Ende

Du hast Spaß am Tanzen und möchtest deine Leidenschaft vertiefen?

Bei der Tanzgruppe der MTG steht der Spaß am Sport und an der Bewegung im Vordergrund. Wir studieren Choreos zusammen ein und vertiefen zusätzlich tänzerische Grundlagen. Tanzen fördert neben den körperlichen auch die geistigen und sozialen Kompetenzen.

Wir werden Freestyle, HipHop, Späztänze und vieles mehr angehen. Ziel wäre es, die erlernten Choreographien bei Veranstaltungen aufzuführen.

Mädels und Jungs sind herzlich willkommen.

Wir treffen uns
Lothar-Weiß-Halle
9 - 15 Jahre
Dienstag 18:15 - 19:15 Uhr



Bilder: Freepik.com



Gesundheitskurse



Petra Kloos
Leitung Rehasport
petra.kloos@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Die Gesundheitskurse Koronarsport, Diabetikersport, Lungensport, Sport nach Krebs und Reha-Sport für Kinder und Erwachsene (Orthopädie)

sind vom WBRS zertifiziert und können mit einer ärztlichen Verordnung mit der Krankenkasse abgerechnet werden.



Sprechzeiten zum Rehabilitationssport

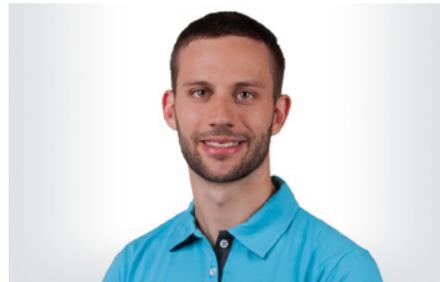
MTG Sportinsel	
Montag	16:30 - 18:00
Dienstag	10:00 - 12:00

Voraussetzung für die Teilnahme:

Die Verordnung und Beantragung erfolgt durch den Arzt mit dem Formular 56. Die Kosten werden zu 100% von den Krankenkassen übernommen. In der Regel werden 50 Sporeinheiten innerhalb von 18 Monaten verschrieben.

Für Maßnahmen direkt nach einer Kur erfolgt die Verordnung durch den Kurarzt.

Long Covid- und Osteoporosekurse auf Anfrage



Kai Herrmann
Ansprechpartner OTT
ott@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Krebsdiagnose?

Was mir jetzt hilft.
Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie®

OTT bedeutet eine deutliche Reduzierung der Nebenwirkungen und Verbesserung der Lebensqualität – vor, während und nach der medizinischen Therapie.

Für wen?

Für Patient*innen aller Krebsarten, Altersgruppen und Leistungslevel geeignet.

Wo?

Die MTG Wangen 1849 e.V. erfüllt die strengen Standards und ist zur Durchführung der OTT qualifiziert und berechtigt.

Reha-Sport für Kinder - Orthopädie



Die MTG bietet Reha-Sport Orthopädie für Kinder zwischen 6 und 14 Jahren (Jugendliche auf Anfrage) mit folgenden Beschwerdebildern an:

- Haltungsschwächen und -schäden
- Haltungsfelder aufgrund von Übergewicht
- Rücken- und Gelenkprobleme
- Koordinationsschwäche
- Wahrnehmungsstörung
- Verlust der „Motorischen Fähigkeiten“

Durch die Teilnahme am Kurs verbessern die Kinder ihre Beweglichkeit, Kraft, Kondition und Koordination. Ein weiteres Ziel ist es mit Funktionstraining der Gelenke das gesamte Bewegungsausmaß wiederherzustellen. Außerdem wird das Selbstbewusstsein gestärkt, Spaß und ein soziales Miteinander gefördert.

Übungszeiten

Kreissporthalle
Termin nach Anamnesegespräch.

Reha-Sport für Erwachsene - Orthopädie



Für Erwachsene mit orthopädischen Problemen werden Kurse mit folgenden Schwerpunkten angeboten:

- Rücken / WS / HWS / BWS / LWS
- Schulter
- Hüfte
- Knie
- Beine / Füße

Damit Sie mit neuem Schwung und frischem Elan das Leben wieder genießen können!

Übungszeiten

Kreissporthalle
Termin nach Anamnesegespräch.

Gesundheitssport

Sport bei Herz- und Gefäßkrankungen



Anton Eller
Abteilungsleiter
anton.eller@gmx.de



Ansprechpartnerin
Petra Kloos
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Gerade für Gefäßkranke lautet die Devise: regelmäßig, aber mäßig. Mehrmals in der Woche leicht zu trainieren ist sinnvoller, als einmal in der Woche über die Belastungsgrenze hinaus zu gehen. Übertriebener Ehrgeiz ist prinzipiell unangebracht, dieser steigert nämlich den Blutdruck und vermindert durch Pressatmung den Blutrückfluss zum Herzen.

Herzsport soll nach einem Herzinfarkt vor allem die Leistungsfähigkeiten des Herzens stabilisieren und verbessern. Auch wenn man nur einmal in der Woche Sport treibt, steigt die körperliche Belastbarkeit merklich. Der Körper lernt, auch mit einem geringeren Sauerstoffangebot körperliche Leistung zu brin-

gen. Es werden durch den Herzsport die Risikofaktoren reduziert: Der Blutzucker sinkt, die Fettpolster schmelzen und Stress wird leichter abgebaut.

Regelmäßige körperliche Bewegung verringert das Risiko für einen erneuten Herzinfarkt, zusätzlich werden Koordination, Gelenkigkeit und Motorik verbessert. Die Gruppe ist eine gute Motivationshilfe bei der Umstellung auf eine gesundheitsbewusste Lebensweise.

Übungszeiten

Kreissporthalle	
Mittwoch	19:00 - 20:30
Kreissporthalle	
Donnerstag	19:00 - 20:30

Gesundheitssport

Sport für Diabetiker



Barbara Erhard
Abteilungsleiterin
barbara-erhard@t-online.de
Tel.: 08380 981179

Herzlich Willkommen

Sie sind Diabetiker*in Typ 1 oder Typ 2 und haben von Ihrem Arzt ei-

nen Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport (Formular 56) – dann sind Sie bei uns richtig!

Wir sind eine gemischte Gruppe und trainieren seit mehr als 16 Jahren regelmäßig jeden Mittwoch.

Bei uns geht es um Ausdauer, Beweglichkeit, Entspannung, Gleichgewicht, Koordination, Kräftigung und Muskelaufbau mit verschiedenen Kleingeräten, um den Blutzucker günstig zu beeinflussen.

Die gegenseitige Motivation, miteinander Spaß haben und die Freude an der gemeinsamen regelmäßigen Bewegung verbindet uns.

Lernen Sie uns und unseren Sport kennen.



Wir freuen uns immer auf neue Gesichter!

Übungszeiten

Kreissporthalle	
Mittwoch	15:30 - 16:45

Lungensport



Stefanie Schneider

Ansprechpartnerin
Petra Kloos
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Eine Kooperation der MTG Wangen mit den Fachkliniken Wangen

Lungensport ist geeignet für Menschen mit

- Asthma bronchiale
- COPD 1-4, mit und ohne LTOT
- Fibrosen
- Lungentransplantationen

Die Art und Weise Ihrer Atmung entscheidet über Wohlbefinden und Entspannung oder Anspannung und Missempfindung. Verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung und damit Ihre Lebensqualität.

Bitte bequeme Kleidung (Sport- oder Gymnastikkleidung) und Turnschuhe mitbringen.



Übungszeiten

Kreissporthalle	
Donnerstag	
Gruppe 1:	17:00 - 17:45
Gruppe 2:	17:45 - 18:30

Sport nach Krebs



Sigrid Müller
Abteilungsleiterin

Ansprechpartnerin
Petra Kloos
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Die positiven Auswirkungen von Bewegung, Spiel und Sport in der Krebsnachsorge sind durch zahlreiche Untersuchungen belegt.

Das Programm „Sport nach Krebs“ versteht sich als Lebenshilfe für die Zeit nach der Reha und trägt dieser Erkenntnis Rechnung.



Übungszeiten

Kreissporthalle	
Mittwoch	17:00 - 18:00

Freizeitsport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Senioren-gymnastik 14:00 – 15:00 Uhr MTG Sportinsel		Hausfrauen-gymnastik 11:30 – 12:30 Uhr ab 25 Jahre Turnhalle Deuchelried			Bogensport 09:30 bis 12:00 Lothar-Weiß-Halle
Freizeitsport Männer 16:00 – 18:00 Uhr ab 60 Jahre Turnhalle Deuchelried	Sportabzeichen 18:30 – 20:00 Uhr Mai bis September Allgäu Stadion	Präventionskurs 16:15 bis 17:00 Kreissporthalle			
Aquaball 17:00 – 18:00 Uhr Fachkliniken Wangen	Ju-Jutsu 19:30 – 21:00 Uhr Berger-Höhe-Halle	Faustball 18:00 – 20:00 Uhr Sommer: Allgäustadion Winter: Dreifach- turnhalle Lindenberg	Badminton Hobby 19:00 – 20:30 Uhr ab 18 Jahre Ebnethalle	Jedermannturnen 18:30 – 20:00 Uhr ab 55 Jahre Ebnethalle	
Laufftreff / Nordic Walking 18:30 – 19:30 Uhr Sommer Hasenwald Winter Argenhalle	Badminton Hobby 20:00 – 22:00 Uhr ab 18 Jahre Ebnethalle	Volleyball Hobby Mixed 19:00 – 21:00 Uhr Ebnethalle		Sport und mehr 20:00 – 22:00 Uhr 35 bis 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	
Freizeitsport Spiele Frauen 19:00 – 20:30 Uhr ab 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	Gerätturnen Senioren 20:30 – 22:00 Uhr 45 bis 80 Jahre Lothar-Weiß-Halle	Indiaca 19:30 – 21:00 Uhr ab 50 Jahre Ebnethalle	Fit & Fun 20:30 – 22:00 Uhr Frauen ab 30 Jahre Lothar-Weiß-Halle		
Rhythmische Gymnastik / Tanz 19:00 – 20:00 Uhr ab 25 Jahre Kreissporthalle		Hobbysport Frauen 20:30 – 21:30 Uhr 50 bis 65 Jahre Berger-Höhe-Halle			
Schwimmen Erwachsene 20:15 – 21:15 Uhr Fachkliniken Wangen					
Freizeitsport Spiele Männer 19:00 – 20:30 Uhr 25 bis 45 Jahre 20:30 – 22:00 ab 35 Jahre Kreissporthalle					
Er & Sie 20:00 – 22:00 Uhr ab 45 Jahre Praftberghalle					

Wir bewegen Wangen!

VIELFALT · QUALITÄT · SPASS · SPORT · GESUNDHEIT · GEMEINSCHAFT

Der gesamte Freizeitsport ist im jährlichen MTG-Beitrag enthalten.

Bei Nutzung des Angebotes ist die Mitgliedschaft im Verein und in der Abteilung Freizeitsport zwingend notwendig.

Freizeitsport

Badminton



Hermann Schoder
Abteilungsleiter
hschoder1@aol.com
Tel.: 07522 3865

Bei der MTG wird schon seit über 30 Jahren dem rasanten Federball hinterhergejagt. Bei den Schülern

und Jugendlichen wird in gemischten Gruppen Mädchen / Jungen trainiert – das Anfänger-Alter beginnt bei etwa 9 Jahren. Auch bei den Erwachsenen trainieren die Damen und Herren gemeinsam. Neben dem Erlernen der richtigen Schlag- und Lauftechnik steht beim Training auch der Spaß bei den Einzel-, Doppel- und Mixed-Spielen im Vordergrund. Anfänger/-innen/Einsteiger/-innen sind jederzeit herzlich willkommen. Die Hobbyspieler/-innen beteiligen sich regelmäßig an Turnieren. und die Abteilung richtet jährlich die Wangener Stadtmeisterschaften für Hobbyspieler/-innen aus. Für die

Schüler/-innen/Jugendlichen bieten wir die Möglichkeit, an den Wettkämpfen des BWBV teilzunehmen. Hier finden Ranglistenturniere von der Bezirks- bis zur Landesebene statt.

Trainingszeiten

Ebnethalle

Schüler

Dienstag 10-13 J 18:15 - 19:45

Jugend

Dienstag 14-18 J 18:30 - 20:00

Aktive/Hobby

Dienstag ab 18 J 20:00 - 22:00
Donnerstag 19:00 - 20:30

Er & Sie



Bruno Baumann
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 4528

Die Er und Sie'ler sind eine Gruppe von Frauen und Männern zwischen 50 und 70 Jahren, die sich immer montags zum Sport treffen.

Unsere Gruppe wärmt sich ohne und mit Kleingeräten (Bälle, Seile etc.) auf. Danach gibt es kleine Spiele (z.B. Zehnerball, Korbball, Hockey), sowie Denkspiele. Anschließend erfolgt eine Gymnastik zur Kräftigung und Dehnung. Darauf beginnt das Volleyballspiel in Kleingruppen (Einspielen), und anschließend in Mannschaften auf dem großen Feld.

Während des Jahres organisieren wir einen gemeinsamen Ausflug, nehmen an externen Hobby-Volleyballturnieren teil und beenden in den Sommerferien. Ein gemeinsames Sommerfest mit Grillen und eine Weihnachtsfeier beenden unser sportliches Jahr.



Trainingszeiten

Praftberghalle

Montag 50-70 J 20:00 - 22:00

Freizeitsport

Faustball



Michael Hitz
komm. Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 20411

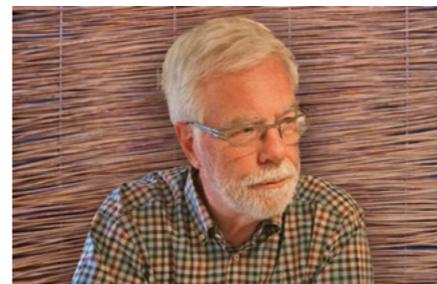
Faustball ist eines der ältesten Turnspiele und wird seit 1922 ununterbrochen in der MTG gespielt. Seit

2008 besteht eine Trainingsgemeinschaft mit dem TSZ Lindenberg. Das Training findet in Lindenberg statt und beginnt stets mit einer Aufwärm- und Gymnastikeinheit, danach wird dann in zwei gemischten Mannschaften gegeneinander gespielt. Das Training ist sowohl für Frauen als auch Männer von Anfänger bis Fortgeschrittene ab ca.12 Jahren geeignet. Nach dem Training geht es stets zur gemeinsamen Einkehr in eine Gaststätte, da die Kameradschaft und der persönliche Kontakt in der kleinen Gruppe schon immer groß geschrieben wird.



Trainingszeiten
Sommer
Mittwoch ab 12 J LIS 18:00 - 20:00
Winter
Mittwoch ab 12 J LI 18:00 - 20:00
LIS = Stadion, Lindenberg
LI = Dreifachturnhalle, Lindenberg

Freizeitsport Männer



Hermann Schall
Abteilungsleiter
h.c.schall@t-online.de
Tel.: 07522 7015545

Unsere Abteilung „Freizeitsport Männer“ (besser bekannt unter „HKD“- Harter Kern Deuchelried) gibt es nun seit über 40 Jahren, be-

stehend aus 40 Mann im Alter von 60 Jahren aufwärts.

Wir treffen uns einmal wöchentlich und werden von unserem Übungsleiter Jürgen Schäfer mit Funktionsgymnastik, Übungen mit Theraband, Redondoball und sonstigen Ballübungen in Schwung gehalten. Zum Abschluss des sportlichen Teils folgt Volleyball, Badminton oder Indiac.

Der Zusammenhalt in unserer Gruppe ist nicht nur durch die abwechselnd gestalteten Übungsabende, sondern auch durch die weiteren über das Jahr verteilten Aktivitäten gegeben.



In den Ferien treffen wir uns ebenfalls montags um 16:00 Uhr an der Radbox zum Radeln.

Trainingszeiten
Turnhalle Deuchelried
Montag 16:00 - 18:00

Fit & Fun



Ingrid Franke/Katrin Schmidt
Ansprechpartnerinnen
katringantner@gmx.de
ingridfra@web.de

Dieses Sportangebot richtet sich an sportbegeisterte Frauen 30+, die Freude und Erfahrung mit Ballsport haben. Wir starten mit einem funkti-

onellen Teil mit verschiedenen Elementen aus den Bereichen Aerobic, Rückenfitness, Pilates, Faszien- und Zirkeltraining. Da sich unsere Gruppe hauptsächlich aus ehemaligen aktiven Ballsportlerinnen zusammensetzt, widmen wir uns im zweiten Teil den unterschiedlichsten kleinen und großen Ballspielen. Die Sportgruppe wird fachkundig angeleitet durch Katrin Schmidt und Ingrid Franke.

Unser wöchentliches Training wird in geselliger Runde durch einen Einkehrschwung in der MTG Sportinsel abgerundet. Gemeinsame Aktivitäten wie Ausflüge, Radausfahrten, Tenniseinheiten, Skiausfahrten, Hüttenaufenthalte, Weihnachtsfeier er-

gänzen unser Programm und sorgen für ein nettes Miteinander.

Der interne Name Schwitz & Schwätz ist somit für unsere Sportgruppe äußerst zutreffend.

Aufgrund der großen Nachfrage können aktuell leider keine neuen Mitglieder aufgenommen werden.

Trainingszeiten
Lothar-Weiß-Halle
Donnerstag 20:30 - 22:00

Freizeitsport Spiele Frauen



Waltraut Köhler
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 3255

Zu Beginn des Übungsabends werden zum Aufwärmen kleine Laufspiele durchgeführt. Anschließend folgt eine intensive altersgemäße Gym-

nastik zur Förderung der Beweglichkeit und Fitness. Zum Abschluss wird in zwei oder drei Gruppen gespielt, wobei Indiac und „Volleyball“ ausgeführt mit einem Wasserball, zu den bevorzugten Spielen gehören.

Die Übungsstunden werden im Wechsel von zwei Sportlehrerinnen mit langjähriger Erfahrung geleitet.

Auch die Geselligkeit im Anschluss an den Sportabend und während des Jahres, z.B. Wanderungen, Grillen, Jahresfeste, Museumsbesuche, ist uns wichtig.



Trainingszeiten
Lothar-Weiß-Halle
Montag 19:00 - 20:30

Freizeitsport

Freizeitsport Spiele Männer



Wolfgang Rombach
Abteilungsleiter
wolfgang.rombach@t-online.de
Tel.: 07522 2412

Die „Montagsportler“ treffen sich einmal pro Woche und beginnen mit Aufwärmübungen und einer Funktionsgymnastik unter der fachkun-

digen Anleitung unseres Übungsleiters.

Hauptthemen sind dann natürlich Volleyball, Badminton, Basketball, Fußball, Hockey und Indica, die im Wechsel (meistens 3 Sportarten) und mit großem Spaß gespielt werden. Interne Volleyball- und Tischtennisturniere sowie wöchentliche Touren- und MTB-Radausfahrten im Sommer ergänzen unser Jahresprogramm.

Sehr wichtig ist uns auch das Miteinander über die Sportabende hinaus, das wir bei Wanderungen, Besichtigungen und anderen geselligen Veranstaltungen pflegen.

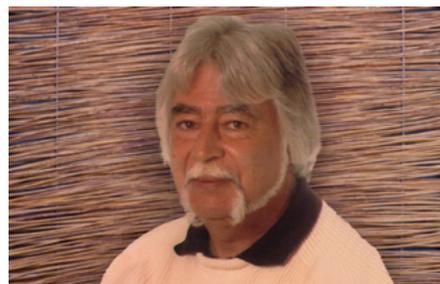


Trainingszeiten

Kreissporthalle

Montag 25 - 45 J 19:00 - 20:30
Montag ab 35 J 20:30 - 22:00

Gerätturnen



Norbert Waniek
Ansprechpartner
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 4385

Die Abteilung besteht aus ehemaligen Gerätturnern zwischen 45 und 80 Jahren. Jede Woche machen wir gemeinsam Gymnastik und Ballspiele. Dazu gehört natürlich die Geselligkeit mit Einkehr in unserem Stammlokal.



Trainingszeiten

Lothar-Weiß-Halle

Dienstag 20:30 - 22:00

Hausfrauengymnastik



Christl Füller
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 3394

Die Stunde besteht aus Aufwärmen, Gymnastik und endet mit Dehnübungen.

Das Jahr über gibt es noch verschiedene Aktivitäten wie Radtouren, Minigolf, Wanderungen, Museumsbesuche oder Stadtführungen.



Trainingszeiten

Turnhalle Deuchelried

Mittwoch ab 25 J 09:30 - 10:30

Hobbysport Frauen



Brunhilde Brandstätter
Abteilungsleiterin
bruniundarnold@googlemail.com
Tel.: 07522 21986

beginnt mit Aufwärmen und Musik. Um uns fit zu halten benutzen wir im Wechsel von Woche zu Woche folgende Kleingeräte: Pad, Theraband, Brazils, Togus, Redondoball oder auch mal kein Gerät, sondern eine frei gestaltete Stunde. Im Anschluss lockern und dehnen wir uns kräftig.

Das Jahr über gibt es noch verschiedene Aktivitäten, wie Ausflug, Radtouren, Wellnesswochenende und gemütliches Zusammensein vor den Sommerferien.

Am Jahresende treffen wir uns zu einer Weihnachtsfeier.

Wöchentliches Einkehren in der MTG-Sportinsel ist freiwillig aber immer schön.



Trainingszeiten

Berger-Höhe-Halle

Mittwoch 20:30 - 21:30

Freizeitsport

Indiaca



Rita Kiedaisch
Abteilungsleiterin
rita.kiedaisch@gmx.de
Tel.: 07528 6609

Der Ball mit den roten Federn!

Die Indiaca-Abteilung ist eine der wenigen gemischten Freizeitsport-Abteilungen in der MTG.

Indiaca ist ein leicht erlernbarer Mannschaftssport, bei dem sich zwei Mannschaften mit jeweils fünf Spielerinnen bzw. Spielern auf einem durch ein Netz geteiltes Spielfeld gegenüberstehen. Ziel des schnellen Spiels ist es, den Indiaca-Federball mit der Handfläche über das Netz auf den Boden des gegnerischen Spielfelds zu spielen.

Neben unseren Trainingsabenden bieten wir natürlich auch ein abwechslungsreiches Freizeitprogramm: Fahrradrallye, Besichtigungen u.v.m. – wir sind immer dabei.



Trainingszeiten

Ebnethalle
Mittwoch ab 50 J 19:30 - 21:00

Jedermannturnen



Wolfgang Bachler
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 771473

Unsere Abteilung besteht aus etwa 11 männlichen Mitgliedern. Diese Abteilung ist auch für ältere, nicht mehr so aktive Mitglieder aus ande-

ren MTG Abteilungen geeignet.

Es werden altersgerechte Übungen angeboten. Diese bestehen aus:

- leichtem Aufwärmtraining
- Dehnübungen
- Bodengymnastik mit Matten
- Übungen mit Kleingeräten

Danach wird Faustball auf kleinem Feld und mit vereinfachten Regeln gespielt.

Nach dem Training wird auch der gesellige Teil der Abteilung gepflegt. Während dem Jahr werden, besonders in den Sommerferien, auch anstelle der Trainingsabende Radausflüge in die Umgebung organisiert.



Trainingszeiten

Ebnethalle
Freitag ab 55 J 18:30 - 20:00

Ju-Jutsu



Norbert Renz
Abteilungsleiter
ju-jutsu-wangen@email.de
Tel.: 07522 2412

Die moderne Selbstverteidigung, aus der Praxis für die Praxis.

Wer Interesse an Selbstverteidigung und Lust auf Kampfsport und Fitness hat, der sollte einfach mal bei uns vorbeischaun.

Ju-Jutsu: „Mit Sicherheit Lebensgefühl“.



Trainingszeiten

Berger-Höhe-Halle
Dienstag 19:30 - 21:00

Laufftreff



Karl Mattes
Ansprechpartner
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 21977

Laufführer ist Uli Stefan. Zur Zeit läuft alles in einer Gruppe, da alle Läufer etwa die gleiche Kondition haben.

Sollten Neueinsteiger kommen, wird die Gruppe geteilt und den Leistungen der Einsteiger angepasst. Laufzeit ist immer etwa eine Stunde rund um Wangen.

Die Nordic Walking Gruppe wird von Karl Mattes geführt.



Trainingszeiten

Sommer: Hasenwald
Winter: Argenhalle
Montag 18:30 - 19:30

Freizeitsport

Freizeitsport

Präventionskurs



Petra Kloos
Ansprechpartnerin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Der Präventionskurs ist eine neue Sportgruppe für alle, die sich fit halten wollen. Dabei steht der Spaßfaktor an

erster Stelle. Unter fachkundiger, gezielter und orthopädischer Anleitung werden Übungseinheiten aus dem Reha-Bereich mit Elementen aus dem Freizeitsport verknüpft.

Zu Beginn in die wöchentliche Einheit gibt es ein kurzes Aufwärmprogramm mit Übungen zur Aktivierung des Herz-Kreislauf-Systems. Währenddessen werden auch alle Muskelgruppen mobilisiert. Anschließend wird mit Hilfe verschiedener Spielformen der Spaßfaktor, die allgemeine Fitness und die Ausdauer gefördert. Kräftigungsübungen sind in jeder Woche mit dabei, um die Muskulatur zu stärken.

Alle Übungen sind so ausgewählt, dass sie spielerisch und einfach einen positiven Effekt auf den Alltag haben und ganz nebenbei fließt immer das Element der Sturzprophylaxe mit ein.

In jeder Stunde wird ein neuer und spannender Themenblock behandelt und verschiedene Muskeln und Gelenke in den Fokus der Einheit gestellt.

Trainingszeiten

Kreissporthalle
Mittwoch 16:15 - 17:00

Rhythmische Gymnastik und Tanz



Monika Hilt
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 912413

Wenn Sie Lust haben,

- sich eine Stunde lang in lockerer Runde auf Musik zu bewegen
- verschiedenste Tanz- und Bewegungsformen kennenzulernen und auszuüben
- vielfältige Schrittfolgen und kleine Tänze zu erarbeiten
- als Ergänzung auch eine Viertelstunde allgemeine Funktionsgymnastik (Dehnen, Kräftigen, Lockern) mitzumachen

dann könnten Sie in unserer Gruppe genau richtig sein und sind herzlich eingeladen, einmal bzw. mehrmals unverbindlich bei uns herein zu schnuppern!

Wir freuen uns auf Sie!



Trainingszeiten

Kreissporthalle
Frauen
Montag ab 40 J 19:00 - 20:00

Freizeitsport

Roll- und Eissport



Markus Dodek
Abteilungsleiter
mdodek@gmx.de
Tel.: 0151 16163168

Die Sportanlage "Eisstadion Stefanshöhe" ist eigentlich ein toller Ort, um ganz unterschiedlichen Freizeitsport für Jung und Alt im Winter und

im Sommer zu betreiben und auszuüben.

Aufgrund von Witterungseinflüssen ist ein regelmäßiger Trainingsbetrieb aber unplanbar und ein sicheres und spaßiges Kindertraining ist leider nicht möglich.

Folgende Angebote und Möglichkeiten für den Freizeitsport gibt es:

- Im Sommer
 - Fiesel- und Feldhockey (Damen)
 - Inlinehockey (Herren)
 - RC-Stadium Cars
- Im Winter
 - Kids on Ice TRAINING
 - Lauschule
 - Eishockey Training für Kinder ab 6 Jahren



- Eiskunstlauf für Kinder ab 6 Jahren

Trainingszeiten

Termine nach Vereinbarung

Schwimmsport



Peter Linse
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 20802

Schwimmen ist „die Lifetime-Sportart“, die in jedem Alter betrieben werden kann. Unsere Angebote richten sich an Kinder, Jugendliche

und Erwachsene, die gerne schwimmen, ihre Technik verbessern oder eine neue Stilart erlernen wollen.

Großer Beliebtheit erfreuen sich unsere Kraulkurse für Erwachsene, die wir im Winterhalbjahr anbieten.

Seit mehreren Jahren spielen wir Aquaball, eine sehr gelenkschonende Sportart, die ideal die körperliche Fitness fördert.

Unser Dauerbrenner sind die Aquajogging- bzw. Aquafitness-Kurse, die wir im Winterhalbjahr erfolgreich in Eglofs durchführen. Der Vorteil beider Angebote besteht darin, individuell und gelenkschonend trainieren zu können.

Trainingszeiten

Schwimmbad Fachkliniken

Montag	Aquaball	17:00 - 18:00
Montag	Erwachsene	20:15 - 21:15
Donnerstag	Kind./Jgd.	17:00 - 18:30
Freitag	Kraulkurs/Erw.	20:15 - 21:15

Senioren-Wassergymnastik
nach Absprache

Aquajogging/Aquafitness

(Oktober bis Mai)

Panoramabad Eglofs

Kurs 1: Montag	17:30 - 18:30
Kurs 2: Montag	18:30 - 19:30

Freizeitsport

Seniorengymnastik



Irene Bodenmüller
 info@mtg-wangen.de
 Tel.: 07522 2412

Die Abteilung Seniorengymnastik besteht aus einer Gruppe mit fidelen, rüstigen Damen und Herren, die re-

gelmäßig jeden Montag trainieren.

Die Stunden beginnen mit einer spielerisch gestalteten Erwärmung, gefolgt von einem Kräftigungs- und Koordinationsteil, abgerundet mit Dehnungen oder einer kleinen Entspannung. Dabei wird mit diversen Kleingeräten den im Alter entstehenden Defiziten entgegengewirkt.

Neben der traditionellen kleinen Weihnachtsfeier in der Sportinsel werden auch sonstige Aktivitäten unternommen, denn die Geselligkeit darf nicht zu kurz kommen.

Wir freuen uns jederzeit über Neuzugänge.



Trainingszeiten

MTG Sportinsel

Montag 14:00 - 15:00

Sport und mehr



Reinhold Meindl
 Abteilungsleiter
 reinholdmeindl@gmx.de
 Tel.: 07522 909224

Übers Jahr verteilt diverse gemeinsame Unternehmungen (Wandern, Klettern, Biken, Besuche von Veranstaltungen, Feste, Hüttenaufenthalt).

Freizeitsport

Wintertraining

2 Stunden funktionales förderndes Ganzkörpertraining mit dem eigenen Körpergewicht und Musik. Im Anschluss Dehnen und Spiel. Anschließend gemeinsamer Einkehrschwung in geselliger Runde.

Sommertraining (ab 19:00 Uhr)

1 Stunde Joggen mit Lauf-ABC und Dehnen in der Gruppe.



Trainingszeiten

Lothar-Weiß-Halle

Freitag ab 30 J 20:00 - 22:00

Sportabzeichen



Michael Traub
 Ansprechpartner
 m.traub@gmx.de
 Tel.: 0172 8338634

In der Sportabzeichengruppe sind Eltern mit Kindern, junge und junggebliebene Erwachsene herzlich willkommen. Hier können Sie sich unter

fachkundiger Anleitung auf das Deutsche Sportabzeichen vorbereiten.

Aufwärmprogramm, Spiele für die ganze Familie, funktionelle Gymnastik und vorbereitende Übungen auf verschiedene Disziplinen sind Bestandteile des Trainingsabends. Der Trainingszeitraum umfasst die Monate Mai und Juni. Trainiert wird im Allgäu-Stadion, jedoch nur an regenfreien Tagen.

In diesen beiden Monaten kann sich jeder selbständig an den verschiedenen Disziplinen ausprobieren und trainieren. Tipps und Unterstützung zur Verbesserung werden angeboten.

Im Monat Juli bieten wir die Abnahmen für das Deutsche Sportabzeichen an.

Im Oktober / November werden alle Sportler zur Verleihung der Sportabzeichen Urkunde eingeladen.

Aktuelle Termine und auch Informationen zum Deutschen Sportabzeichen finden Sie auf der Gruppenseite „Sportabzeichen“ unter www.mtg-wangen.de/leichtathletik/sportabzeichen

Einfach vorbeikommen und reinschnuppern.

Trainingszeiten

Allgäu Stadion

Dienstag Mai/Juni 18:30 - 20:00

Abnahme

Dienstag Juli 18:30 - 20:00

Sportverein funktioniert nur mit Sponsoren!



Wettkampfsport

Basketball



Oliver Wetschorek
Abteilungsleiter
oliver.wetschorek@gmail.com
Tel.: 0176 34540409

Basketball ist seit nun 25 Jahren eine feste Größe im Programm der MTG Wangen. Trainings werden aktuell in den Altersstufen U12 mixed, U14m, U16m und U18m sowie Herren angeboten. In der Saison 2023/24 werden bis auf die U12 alle Mannschaften am aktiven Spielbe-

trieb teilnehmen.

Während die Herren letzte Saison gerade so den Abstieg aus der Bezirksliga verhindern konnten, ist das Ziel für die kommende Saison unter Spielertrainer Oliver Wetschorek die obere Tabellenhälfte, also mindestens Platz 5. Die erfahrene Mannschaft freut sich in der kommenden Saison auf Unterstützung von drei Teenagern, die den Sprung aus der Jugend geschafft haben.

Die Spieler der U18 gehen in ihre dritte gemeinsame Saison und möchten sich weiter individuell als auch als Team verbessern. Selbes gilt für die U16, die nun im zweiten Jahr weitere Fortschritte machen möchte. Der Großteil der U14 darf in der kommenden Saison erste Spielerfahrungen sammeln. Wir sind sehr gespannt.



Bei allen Teams steht der Spaß am gemeinsamen Körbwerfen im Mittelpunkt. Neue Trainingsteilnehmer sowie zahlreiche Rückendeckung bei den Heimspielen in der Praßberghalle sind gern gesehen.

Trainingszeiten			
U 12 mixed			
Dienstag	2013-15 EH	18:00 - 19:30	
U14 m			
Montag	2011/12 EH	18:30 - 20:00	
U16 m			
Mittwoch	2009/10 PH	17:30 - 19:00	
U18 m			
Freitag	2007-08 PH	18:00 - 20:00	
Herren			
Dienstag	ab JG 06 EH	20:00 - 22:00	
Freitag	ab JG 06 PH	20:00 - 22:00	

Wettkampfsport

Bogensport



Edmund Mohr
Abteilungsleiter
edmundmohr@t-online.de
Tel.: 07522 2412

Der Bogensport, eine der ältesten olympischen Disziplinen, erfreut sich in der heutigen Zeit größter Beliebtheit. Beim Bogenschießen werden Konzentration, koordinative Fähigkeiten sowie Gemeinsamkeit durch das Einhalten von Regeln trainiert.

Neben den unterschiedlichen Disziplinen macht auch die Variabilität der Wettkampfformate im Bogenbereich den Reiz aus. Bogenschießen ist ein Ganzjahressport, der sowohl im Freien als auch in der Halle, sowohl auf angelegten Schießbahnen als auch in freier Natur, auf unterschiedliche Entfernungen, Auflagengrößen bzw. Ziele ausgeübt werden kann.

Nach 2 Jahren Freizeitsportabteilung in der MTG ist die Bogensportabteilung nun eine Wettkampfsportabteilung. Mit der Möglichkeit einer Anmeldung der Mitglieder beim WSV (Württemb. Schützenverband) haben diese die Voraussetzung in entsprechenden Bogendisziplinen (Olympischer Recurvebogen, Blankbogen, Langbogen, Compoundbogen, Instinktivbogen) an den Wettbewerben des WSV (Kreis-

meisterschaft über Bezirksmeisterschaft) teilzunehmen. Ausgebildete Übungsleiter bereiten die Wettkämpfer auf die Meisterschaften vor.

Geeignete Trainingsmöglichkeiten werden aber auch für Mitglieder angeboten, die nur zum Spaß Bogenschießen möchten.

Wir bieten Trainingsmöglichkeiten in der Lothar-Weiß-Halle an und im Freien, hinter der LWH (bisher auf max. 18 m) für erfahrene Bogenschützen.

In den Sommermonaten bieten wir im Freien auch Bogenschießen für Gruppen an, die einfach diesen Sport mal ausprobieren wollen. Terminabsprache mit dem Abteilungsleiter.

Das Bogenschießen ist geeignet für Kinder ab ca. 8 Jahren und kann bis ins hohe Alter betrieben werden.

Bogenschießen, ohne gleich eine Ausrüstung beschaffen zu müssen, ist selbstverständlich möglich. Hierfür stellt die MTG Bögen in unterschiedlichen Größen und Stärken mit allem notwendigen Zubehör zur Verfügung.

Einfach vorbeikommen und sich informieren.



Trainingszeiten	
Lothar-Weiß-Halle (Bogenschießanlage)	
Sonntag	09:30 - 12:00
oder nach Vereinbarung unter der Woche	
Anfänger Schnuppertraining, Lothar-Weiß-Halle	
1. Sonntag im Monat 09:30 - 12:00	

Wettkampfsport

Fechten



Barbara Math
Abteilungsleiterin
info@fechten-wangen.com
Tel.: 07522 2412

Seit über 80 Jahren gibt es in der MTG eine Fechtabteilung. Schwerpunktmäßig wird Florett gefochten, Degenfechten kann jedoch auch erlernt werden.

Wir freuen uns immer über neue Gesichter, die sich für unseren Sport interessieren. Das Anfänger-Alter liegt um die 9 Jahre. Sport-Fechten zu erlernen ist ein ganzheitliches Training. Es wird nicht nur körperliche Fitness trainiert, die Koordination geht über das Gesehene zur entsprechenden Ausführung einer Aktion. Eine Augen-, Hand- und Bein-koordination wird gezielt geübt. Anfangs arbeiten wir noch ohne Waffe, diese kommt dann mit dem Übungsleiter zu den entsprechenden Übungen hinzu bis zum Freigefecht. Wir führen die Anfänger innerhalb von 1 1/2 Jahren zur Anfängerprüfung mit Florett-Fechten. Danach dürfen sie auf allen nationalen und internationalen

Turnieren (z. B. Bodenseeregion) offiziell starten. Material, Ausrüstung, Schutzkleidung und Waffen bekommen die Anfänger zunächst vom Verein gestellt, nach der Prüfung kann dann die Kleidung entsprechend sehr günstig gemietet werden. Somit möchten wir es jedem ermöglichen, diese interessante Sportart zu erlernen und auszuüben.



Wir bewegen uns auf regionalen und überregionalen Turnieren in allen Altersklassen, mit viel Freude am Wettkampf und auch mit tollen Erfolgen bis zu den deutschen Meisterschaften.



Trainingszeiten
Lothar-Weiß-Halle

Einsteiger*
Mittwoch ab 9 J 17:00 - 18:30

Fortgeschrittene & Erwachsene
Montag 19:00 - 21:30
Mittwoch 18:30 - 20:30

*Einsteigerkurs immer am Anfang eines Schuljahres

Wettkampfsport

Handball



Maike Reeb
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 7728016

Die Handballabteilung ist die größte Wettkampfabteilung der MTG Wangen. 1921 wurden die ersten Handballversuche von Wangener Turnern gemacht, ehe 1928 die Geburtsstunde der ersten Wangener Handballmannschaft schlug. Damit verbunden war die Gründung der Handballabteilung in der MTG Wangen. Was in den neun Jahrzehnten danach folgte, kann man als beeindruckende Erfolgsgeschichte des Wangener Sports beschreiben. Mit einem Schnitt von 600 Handball-

fans ist die Argensporthalle eine wahre Pilgerstätte geworden. Und auch bei den Jugendmannschaften sind es bei wichtigen Spielen schon mal mehrere hundert Zuschauer*innen. Die MTG-Handballabteilung setzt in ihrer Philosophie fast ausschließlich auf den eigenen Nachwuchs. Das sorgt für Verbundenheit und Loyalität. Unser Motto ist "Zusammen mit Herzblut, Leidenschaft und Emotionen für unseren Verein!". Die Handballer sind wie eine große Familie. Werde auch du Teil dieser Familie, ob als Sportler*in, Übungsleiter*in, Schiedsrichter*in, Offizielle*r, Sponsor*in oder einfach als Fan in der Hölle Süd bei den Spielen unserer Aktiven und Jugendmannschaften. Wir freuen uns auf dich!!

Abteilungsleitung
Seit zwei Jahren ist die neu gewählte Abteilungsleitung nun im Amt. Aktuell besteht das Team aus:

- Maike Reeb - Abteilungsleiterin
- Tobias Werder - Stellvertretender Abteilungsleiter / Finanzen und Controlling

- Thomas Frank - Sponsoring
- Andrea Hartmann - Organisation und Verwaltung
- Martin Rathgeb - Presse und Öffentlichkeitsarbeit



Aktive
Bei den Aktiven liegt erneut eine sehr starke Saison der ersten Herrenmannschaft hinter den Handballern. Die Herren 1 erkämpften sich als Liga-Neuling den zweiten Tabellenplatz und schafften über die Relegation den Aufstieg in die Regionalliga Baden-Württemberg. Die Frauen 1 konnten die Saison mit dem Klassenerhalt beenden und spielen somit in der Oberliga Württemberg, die zweite Herrenmannschaft musste leider den Abstieg in die Bezirksoberliga



antreten. Die Frauen 2 stiegen überraschenderweise als Tabellenzweiter in die Bezirksoberliga auf, die Herren 3 erreichten in der Bezirksklasse den 5. Tabellenplatz und rückten aufgrund der Ligareform in die Bezirksliga auf.

Nach der Saison 2023/2024 legte Sebastian Staudacher nach fünf Jahren sein Amt als Trainer der 1. Herrenmannschaft nieder. Die Handballabteilung ist sehr froh, mit Tobias Müller einen erfahrenen und kompetenten Trainer für die neue Saison in der höheren Liga gefunden zu haben.



Unsere Jugendarbeit

Seit einigen Jahren kann die MTG Wangen Handball mit wachsenden Zahlen im Kinder- und Jugendhandball Bereich aufwarten. Die Hallenplätzen im wahrsten Sinne des Wortes aus allen Nähten. Es hat sich herumgesprochen, dass bei der MTG Handball der Drahtseilakt aus ambitioniertem Leistungssport und sozial-kompetenter Weiterentwicklung von Kindern und Jugendlichen gelingt. Hauptverantwortlich dafür sind die gut 40 Übungsleiter*innen. Eine unfassbare Zahl! Besonders erfolgreich gestaltet sich das Konzept die Übungsleiter*innen aus der Elternschaft, ehemaligen und akti-

ven Handballer*innen zu aktivieren und zusammenzuführen. Insgesamt nimmt die MTG mit 21 Jugendteams am Spielbetrieb teil. In die Ligen des HVW schafften es dieses Jahr die mA1-Jugend (Regionalliga Baden-Württemberg) und die mB2-Jugend (Oberliga Württemberg). Alle weiteren Mannschaften treten im Bezirk an. Zudem spielen viele MTG-Spieler*innen in den Auswahlmannschaften des Bezirks Bodensee-Donau und sogar im Kreis des Handballverbandes Württemberg (HVW). Außerdem nimmt die MTG mit ihren Jugendmannschaften jährlich an vielen Jugend-Handballturnieren teil. Besondere Events sind die Teilnahme der D- und C-Jugend an Turnieren in Hamburg, sowie die Teilnahme an verschiedenen anderen Turnieren z. B. in Schweden und Italien.

Mit dem 2014 ins Leben gerufenen und jährlich durch unsere sportliche Leitung überarbeiteten Jugendkonzept will die MTG die Zukunft des Handballsports in Wangen und der Region sichern und Handballtalente individuell verbessern

Veranstaltungen

Auch neben dem Wettkampfalltag ist bei der MTG-Handballabteilung einiges geboten. Jährlich veranstaltet der Handballjugend-Förderverein mit über 240 Mannschaften eines der größten Handball-Jugendturniere in Deutschland. Der Allgäu-Cup hat mittlerweile unter den jungen Handballer*innen Kultstatus und

steht bei vielen Vereinen traditionell auf dem Turnierplan. Regelmäßig im Mai führt die MTG ein Schulturnier durch. Beim Wangener Schulcup sind alle Wangener und auch umliegende Schulen eingeladen, mitzumachen. Hierzu bietet die Abteilung im Vorfeld eine Handball AG an allen Schulen an. Dieses Jahr war dies leider nicht möglich. Wir hoffen und freuen uns aber, im nächsten Jahr wieder enger mit den Schulen zusammenzuarbeiten.

Zudem bietet die Handballabteilung regelmäßig Gesundheitsvorträge für ihre Spieler*innen an. Und auch sonst ist einiges geboten: Freundschaftsspiele gegen Profiteams, Besuch von Turnieren, Beachvolleyballturnier, Stand beim Altstadtfest, Erste Hilfe Kurs, Selbstverteidigungskurs für Mädchen, Helferfest, ...

Zahlen & Daten

500 Mitglieder
300 Kinder / Jugendliche in 21 Teams
90 Aktive SpielerInnen in 5 Teams
40 ÜbungsleiterInnen und BetreuerInnen
10 SchiedsrichterInnen (wir suchen motivierte NeueinsteigerInnen)

Trainingszeiten

siehe Handball-Homepage
www.mtg-handball.de
Besuchen Sie uns auch auf
www.instagram.com/mtghandball/

Kontakte Handball

Mannschaft	Jahrgang	Trainer/ Ansprechpartner	Kontakt
Aktive - Männer			
Männer 1		Tobias Müller	tobse.mueller@web.de
Männer 2		Lukas Kraft/ Denis Akok	lukaskraft00@gmail.com / denisakok@yahoo.de
Männer 3		Andreas Dendorfer / Roman Adler (Orga)	andreas.dendorfer@gmx.de / roman-adler@web.de
Aktive - Frauen			
Frauen 1		Christoph Hörmann / Zsolt Balogh	ch-hoermann@web.de / z.balogh@web.de
Frauen 2		Josche Natterer / Thomas Walser	josche2@gmx.de / familie.walser@freenet.de
Jugend männlich			
mA	2006/2007	Aaron Mayer / Marc Hommel	aaron.mayer@gmx.de
mA2	2006/2007	Denis Akok	denisakok@yahoo.de
mB1	2008/2009	Elia Mayer / Michel Fischer / Martin Rathgeb	elia.mayer@gmx.de / martinrathgeb@gmx.net
mB2	2008/2009	Moritz Sellschop	moritz.sellschopp@gmail.com
mC1	2010/2011	Daniel Köhler / Max Weber	donefruits@gmx.de / maxweber19.03.03@gmail.com
mC2	2010/2011	Jakob Neidl / Matthias Sellschop / Luis Gapp / Hai Dang Nguyen	jakob.neidl@gmx.de / matthias.sellschopp@t-online.de
Jugend weiblich			
wA	2006/2007	Zdenka Premuzic / Patti Gapp (Orga)	zdenka.premuzic@gmail.com / patti.gapp@gmail.com
wB1	2008/2009	Micha Becker / Carina Zeiske	micbecker@gmx.de / carina.zeiske10@gmail.com
wB2	2008/2009	Harald Büchele / Chantal Ferreiro	chantal.ferreiro14@gmail.com
wC1	2010/2011	Aylin Bok / Laura Schirnik	laura.schirnik@googlemail.com
wC2	2010/2011	Amelie Nerb / Drina Krasniqi / Emma Gapp	ame99nerb@web.de / drinakrasniqi@hotmail.com gappemma@gmail.com
Kinderhandball			
mD1	2012	Thorsten Gapp	thorsten.gapp@gappprint.de
mD2	2013	Daniel Dentler	daniel.dentler@gmx.de
mE1	2014	Albina Qafelschi / Leonie Carayon	
mE2	2015	Timo Feistle / Robin Straub	timofeistle@gmx.de / straubrobin@yahoo.de
wD1	2012	Benne Schneiderhan / Maike Fischer / Selina Sallmeier	benschke.s@gmx.de / maike-fischer@hotmail.de
wD2	2013	Birgit Trautwein / Michi Kübler	birgit.haerle@web.de
wE	2014/2015	Thomas Köhler / Philipp Schmidt	thomas85@gmx.de
F-Jugend gem.	2016	Julia Feistle / Jenny Heer	juliafeistle@gmx.de
Minis	2017	Daniel Köhler / Teresa Straub	donefruits@gmx.de
Bambinis + Minis	2018/2019	Daniel Köhler	donefruits@gmx.de

Wettkampfsport

Judo



Jens Bader
Abteilungsleiter
judowangen@gmail.com
Tel.: 0151 40442014

Übungsstunden sind aufgeteilt in:

- Matte aufbauen
- Aufwärmtraining, eventuell mit einem Spiel
- Fallschule
- Technikübungen im Stand und Boden
- Randori, einem Übungskampf

Judo ist für viele eine probate Selbstverteidigungsmöglichkeit, um sich bei eventuellen Körperangriffen zu wehren. Judo heißt im weitesten Sinne

„Siegen durch nachgeben“.

Wir unterrichten den Judo-Sport für Mädchen und Jungs ab 6 Jahre.

Ums Judo herum machen wir auch noch Grillfeste, Hüttenaufenthalte und Weihnachtsfeiern.



Weitere Informationen unter
www.mtg-judo.de

Trainingszeiten

Berger-Höhe-Halle

Kinder

Dienstag	ab 6 J	17:00 - 18:15
Freitag		17:00 - 18:15

Jugendliche

Dienstag		18:15 - 19:30
Freitag		18:15 - 19:30

Erwachsene

Dienstag		18:15 - 19:30
Freitag		19:30 - 21:00

Wettkampfsport

Leichtathletik



Tobias Schneller
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 01573 494 4689

Wettkampf

Die Leichtathletik Abteilung ist mit ca. 300 Mitgliedern die zweitgrößte Wettkampfabteilung in der MTG. Sieben TrainerInnen kümmern sich wöchentlich ein bis dreimal um Kinder und Jugendliche im Alter zwi-



schen 5 und 21 Jahren. Darüber hinaus gibt es eine Sportabzeichen-gruppe, einen Laufftreff und eine Seniorengruppe, die sich wöchentlich treffen. Jedes Jahr richten wir mit dem West-Allgäu-Meeting (ehe-

mals Lothar-Weiß-Sportfest), dem Altstadtlauf, „Leichtathletik einmal anders“ und dem Kinderleichtathletik-Wettkampf vier Sportveranstaltungen mit insgesamt fast 2.000 Teilnehmern aus.



Wettkampfsport

Altstadtlauf

Der Wangener Altstadtlauf gehört zu den meist besuchten Läufen durch süddeutsche Altstädte.

Mit dem Startschuss der Bambini-Läufe beginnt jährlich das große Sportfestival in der Wangener Innenstadt. Nach den Schülerläufen wartet der Altstadt-Stolperer auf die Sportler und auch Zuschauer. Wenn sich hunderte von Läufern über die Herrenstraße bewegen, ist Gänsehaut garantiert. Gemeinsam im Team Spaß an der Bewegung zu haben, steht hier im Vordergrund.

Aktuelle Termine und auch Informationen zu Veranstaltungen finden Sie auf der Gruppenseite „Leichtathletik“ unter www.mtgwangen.de/leichtathletik.



Trainingszeiten

Kinder U 08

Mittwoch 5-7 J BH 14:30 - 16:00

Kinder U 12

Mittwoch 8-11 J LW 17:00 - 19:00

Freitag AH 17:00 - 18:30

SchülerInnen U 18

Mittwoch 12-17 J KSH 17:00 - 19:00

Freitag AH 17:00 - 19:00

Jugend U 20 - Aktive

Freitag ab 19 AH 17:00 - 19:00

SeniorInnen

Mittwoch ab 30 J AH/AS 19:00 - 20:00

AH = Argenhalle, AS = Allgäu Stadion, BH = Berger-Höhe-Halle, KSH = Kreissporthalle, LW = Lothar-Weiß-Halle

Wettkampfsport

Trampolin



Erwin Lau

Abteilungsleiter

trampolin-wangen@gmx.de

Tel.: 07522 5619

Die Faszination des „Fliegens“...

Für kurze Zeit der Schwerkraft zu entkommen und frei im Raum zu schweben - das macht die Faszination des Trampolinturnens aus. Wer selbst einmal die Möglichkeit hatte, auf einem „richtigen“ Trampolin zu turnen, wird den Reiz dieser Sportart erkannt haben.



Beim Trampolinturnen geht es darum, verschiedene Sprünge zu erlernen. Dies fängt an bei einfachen Grundsprüngen wie Sitzsprüngen, Schrauben, Rücken- und Bauchsprüngen, Hock-, Bück- und Grätschsprüngen, bis hin zu den gewagteren Sprüngen - den Rückwärts- und Vorwärtssaltis. Das Ziel ist es, Übungen mit jeweils 10 Sprüngen zu erlernen, welche Voraussetzungen für die Teilnahme an Trampolinwettkämpfen sind. Geturnt wird auf Großtrampolinen der Marke Eurotramp.

Das Trampolinturnen ist seit dem Jahr 2000 eine olympische Sportart. In diesem Schwierigkeitsbereich werden dann verschiedenste Einfach-, Doppel- und Dreifachsaltos mit und ohne Schrauben geturnt.

In unserer Abteilung fördern wir vor allem den Wettkampfsport. Die Teilnahme an Wettkämpfen liegt uns



daher besonders am Herzen. Bei der zahlenmäßig begrenzten Aufnahme von Neumitgliedern bevorzugen wir daher Interessenten, die nicht nur Spaß an der Sache, sondern auch ein wenig Ehrgeiz mitbringen.

Bei Interesse könnt ihr jederzeit wegen eines Probetrainings anfragen. Die Teilnahme ist ab der 2. Klasse möglich.

Trainingszeiten

Ebnethalle

Anfänger und Fortgeschrittene

Donnerstag 17:00 - 19:00

Freitag 15:00 - 17:00

Wettkampfsport

Turnschule



Robert Teiber
Abteilungsleiter
robert.teiber@t-online.de
Tel.: 07566 678

„Wir sind Bundesliga!“

Das Aushängeschild der Turnschule ist die 1. Männermannschaft, die als TG Wangen/Eisenharz, seit 12 Jahren in der 3. Bundesliga turnt. Mit Elias Ruf stellte die Turnschule in den letzten Jahren den Baden-Württembergischen Meister am Barren. Moritz Mittmann, Pascal Scho-



ber und Manuel Drechsel sind weitere MTG Turner, die regelmäßig bei Meisterschaften in den Finals der Männern turnen.

Die Turnschule bietet allen interessierten Mädchen und Jungs Turnangebote im Gerätturnen an. Geturnt wird in ver-

schiedenen Altersgruppen mit der Ausrichtung:

- Gerätturnen für Anfänger/innen
- Gerätturnen als Wettkampfsport
- Gerätturnen als Freizeitsport

Die Jungs turnen am Boden, Pauschenferd, den Ringen, am Sprung, Barren, Reck, am Mini- und auf dem Großtrampolin. Bei den Mädchen steht zudem der Schwebebalken auf dem Programm.

Eine Besonderheit in der Turnschule ist die Airtrackbahn, eine 15m lange „Luftmatratze“, zum Hüpfen, Toben und Turnen.

Wettkampfturnen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Unsere 1. Männermannschaft in der 3. Bundesliga, eine Liga darunter die TG Wangen/Eisenharz 2 in der Oberliga und in Kürze die Premiere unseres neuen Juniorenteams in der Kreisliga der Männer. Im Nachwuchsbereich haben unsere Turner/innen die Möglichkeit in einer unserer Schülermannschaften in der Nachwuchsliga Oberschwaben an den Start zu gehen.

Bei den Frauen turnen inzwischen drei Mannschaften als TG Wangen/Eisenharz. In der Bezirksliga Team 1 und die beiden anderen jungen Mannschaften in der Kreisliga B. Unsere MTG-Turnschule-Juniorinnen-Mannschaft geht in der Gauliga der Frauen an die Geräte. Auch Vielseitigkeitswettkämpfe mit Gerätturnen und Leichtathletik bis zu den Deutschen Meisterschaften stehen im Wettkampfkalender der Jungs und Mädchen der Turnschule. Das Wettkampfturnen

ist ab sechs Jahren möglich. Voraussetzung zum Wettkampfturnen ist ein zweimaliges Training pro Woche.



Freizeitturnen, Grundlagentraining, gemeinsames Turnen

Neben dem Wettkampftraining bietet die Turnschule Turnangebote im Freizeitsport für Kinder und Jugendliche an. Kinder im Alter ab vier Jahren haben die Möglichkeit im Grundlagentraining die „Basics“ des Turnens zu lernen, bevor in eine Wettkampfgruppe oder zu den älteren Freizeitturner/innen gewechselt wird.

Trainingszeiten

Ebnehalle		
Kinder		
Montag	5-12 J	17:00 - 18:30
Donnerstag		17:00 - 18:30
Fortgeschrittene		
Montag	ab 12 J	18:30 - 20:30
Donnerstag		18:30 - 20:30
Ligaturner/innen		
Montag		20:30 - 22:00
Donnerstag		18:30 - 20:30

Volleyball



Elisabeth „Lilli“ Bader
Abteilungsleiterin
mtgvolleyball1965@gmail.com
Tel.: 0176 5689 5841 (nur sms / Whats-App)

Volleyball ist die schönste Mannschaftssportart - das behaupten zumindest alle Volleyballer*innen der MTG Wangen. Am Mittwoch- und Freitagabend gehört die Ebnetal ganz dem Volleyball. Kommt zum Schnuppern vorbei, wir suchen im-



mer neue Spieler*innen mit Erfahrung! Volleyball-Training bieten wir für Mädchen und Jungs ab ca. 10 Jahren an. Bei der weiblichen Jugend starten diese Saison eine U16 und eine U18 Leistungsstaffel Mannschaft. Die männliche Jugend wird voraussichtlich an den Midi-Spielrunden Anfang 2025 teilnehmen. Für die MTG starten in der Saison 24/25 außerdem eine Damenmannschaft in der Bezirksklasse und eine Herrenmannschaft die in der letzten Saison den Aufstieg in die Bezirksliga geschafft hat. Wir sind weiterhin auf der Suche nach Damen mit Spielerfahrung. Zusätzlich runden zwei Hobby Mixed-Gruppen, bestehend aus erfahrenen Spielern, dass Volleyballprogramm ab. Beide Hobbygruppen sind leider voll besetzt und können keine neuen Spieler aufnehmen.



Trainingszeiten

Anfänger ab 10 J weiblich		
Mittwoch	EH	17:00 - 18:30
Freitag	EH	17:00 - 18:30
Anfänger ab 10 J männlich		
Freitag	EH	17:00 - 18:30
Jugend U16 weiblich		
Mittwoch	EH	17:00 - 19:00
Freitag	EH	18:30 - 20:00
Jugend U17 männlich		
Freitag	EH	17:00 - 18:30
Jugend U18 weiblich		
Mittwoch	EH	17:00 - 19:00
Freitag	EH	20:00 - 22:00
Damen 1		
Mittwoch	EH	18:30 - 20:30
Freitag	EH	20:00 - 22:00
Herren 1 (Fortgeschrittene)		
Mittwoch	EH	19:00 - 21:30
Freitag	EH	18:30 - 20:30
Hobby Aktiv (Aufnahmestopp)		
Freitag	EH	20:00 - 22:00
Hobby Mixed (Aufnahmestopp)		
Mittwoch	EH	19:00 - 21:00

Wettkampfsport

Allgemeines

Geschäftsstelle

Argeninsel 2
88239 Wangen
Tel.: 07522 2412
Fax: 07522 912520
E-Mail: info@mtg-wangen.de
www.mtg-wangen.de
Öffnungszeiten
Montag bis Freitag
9:00 - 12:30 Uhr
Montag bis Donnerstag
15:00 - 18:30 Uhr

Bankverbindungen

Spendenkonto
IBAN: DE11650501100000157702
BIC: SOLADES1RVB
Kreissparkasse Ravensburg

Hauptverein
IBAN: DE20650501100000202451
BIC: SOLADES1RVB
Kreissparkasse Ravensburg

Turngau Oberschwaben e.V.

Geschäftsstelle
Argeninsel 2
88239 Wangen
Tel.: 07522 9155665
Fax: 07522 912520
geschaeftsstelle
@turngau-oberschwaben.de
Öffnungszeiten
Montag und Donnerstag
15:30 - 18:30 Uhr
Mittwoch 7:30 - 12:00 Uhr

Mitgliedsbeiträge

Erwachsene (ab 19 Jahre)	90,00 €
Fördermitglieder	39,00 €
Jugendliche (15-18 Jahre)	66,00 €
Kinder (6-14 Jahre)	54,00 €
Kleinkinder (bis 5 Jahre)	33,00 €
Familienbeitrag	165,00 €
Eltern-KIDS	66,00 €
Schüler/Stud/Azubi	66,00 €
Schwerbehinderte/Sozialpass	66,00 €

Monatliche Zahlung

Erwachsene/monatl.	8,25 €
Jugendliche/monatl.	6,00 €
Kinder/monatl.	4,95 €
Familienbeitrag/monatl.	15,10 €
Reha-Gruppen-Teilnehmer (nur für TN mit ärztlicher Verordnung)	3,75 €

Zusatzbeiträge

Fechten	25,00 € / Jahr
Judo	24,00 € / Jahr
Ju-Jutsu	19,00 € / Jahr
KiSS	12,00 € – 27,00 € / Monat
Schwimmsport	21,00 € - 30,00 € / Halbjahr
Trampolin	20,00 € / Jahr
Turnschule	15,00 € / 23,00 € pro Monat



Impressum

MTG Info
Erscheinungsweise 1 x jährlich
Auflage: 1.000 Exemplare
Herausgeber
Männer-Turn-Gemeinde 1849 e.V.

Argeninsel 2, 88239 Wangen im Allgäu
Tel. 07522 2412
e-mail: info@mtg-wangen.de

Redaktionsteam
Sabine Braunmiller, Wolfgang Rosenwirth
Layout & grafische Gestaltung
Wolfgang Rosenwirth

Fotos
Adobe Stock, Fotolia, MTG, Privat, Moritz Hübner, Sascha Riethbaum, Thorsten Schneider

Druck
Gapp Print, Wangen

**PHYSIO
INSEL**

Aktuelle Wellnessangebote
finden Sie auf der Homepage



Kommen Sie zu uns in die Sportinsel:

Neben vielen medizinisch-therapeutischen Angeboten, können Sie bei uns auch Ihren ganz persönlichen Kurzurlaub im Herzen Wangens buchen!

Auf Rezept aller Kassen:

-  Krankengymnastik
-  Krankengymnastik am Gerät
-  manuelle Therapie
-  Krankengymnastik nach Bobath
-  Massagen
-  Wärmeanwendungen
-  EMS Elektrotherapie
-  Lymphdrainage
-  Fango

Private Leistungen | Gutscheine:

-  Kinesiotape
-  Tape
-  Wellness
-  Sauna

MTG Wangen e.V.

Physiotherapie

Argeninsel 2

88239 Wangen

Telefon 07522 2412

Fax 07522 912520

E-Mail: physio@mtg-wangen.de

www.mtg-wangen.de

Sprechen Sie uns gerne auch zu Betriebssport-, Rückenschul- und sonstigen Gesundheitskursen an.