



Die MTG

Die MTG Wangen wurde 1849 gegründet und zählt heute mit rund 4.000 Mitgliedern zu den größten und modernsten Sportvereinen der Region.

Ob Kinder- oder Seniorensport, Wettkampf- oder Freizeitsport, Gruppen- oder Individualsport, präventiv oder rehabilitativ, Sie können sicher sein, dass Sie in der MTG Ihren Sport finden.



Seit nunmehr 15 Jahren besitzt die MTG Wangen zudem ein vereins-eigenes Fitnessstudio, „Die Sportinsel“. Dort werden Ihnen neben einer eigenen Physiotherapie auch Wellness und Fitness-Angebote auf hohem Niveau geboten. Die MTG Sportinsel stellt für den Verein mit seiner sich dort befindenden Geschäftsstelle auch ein Zuhause dar und sorgt mit dem eigenem Bistro für gesellige Stunden.

Mit der im Jahr 2011 gegründeten Kindersportschule (KiSS) hat die MTG ihr Angebot um eine professionelle und sportartunabhängige Grundausbildung für alle Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren erweitert. Früh beginnen, spät spezialisieren und ein Leben lang Spaß an Sport und Bewegung – diese Leitgedanken können Sie gemeinsam mit und in der MTG erreichen!

Ihre MTG

- Kindersport • Gesundheitssport • Freizeitsport • Wettkampfsport •

Unsere Sponsoren:



Daten - Events - Veranstaltungen

Inhalt

Die MTG	2
Daten-Events-Veranstaltungen	3
Grußwort	4
Das ist uns wichtig	5
Vorstand	6
Geschäftsstelle	7
Kooperationen	48
MTG Beitrittserklärung	49
Allgemeines	50
Impressum	51

MTG Sportinsel	8
Physioinsel	10
Ernährungsberatung	10
Betriebliche Gesundheitsförderung	11
Bistro	12
Vermietungen	13
Kegelkeller	13

Kindersport	14
Sport KIDS	15
KiSS	16
FROG	18
Cheerleading	18
Ferienbetreuung, -freizeiten	19

Gesundheitssport	20
Reha-Sport Kinder - Orthopädie	21
Reha-Sport Erwachsene - Orthopädie	21
Sport f. Herz- u. Gefäßkrankungen	22
Lungensport	22
Sport für Diabetiker	23
Sport nach Krebs	23

Aktuelle Vereinsnachrichten auf:
www.facebook.com/mtgwangen



Freizeitsport	24
Er & Sie	25
Freizeitsport Männer	25
Freizeitsport Spiele Frauen	26
Freizeitsport Spiele Männer	26
Gerätturnen	27
Hausfrauengymnastik	27
Hobbysport Frauen	28
Indiaca	28
Jedermannturnen	29
Ju-Jutsu	29
Lauffreff	30
Nordic Walking	30
Roll- und Eissport	31
Rhythmische Gymnastik und Tanz	31
Schwimmsport	32
Seniorengymnastik	32
Sportabzeichen	33
Sport und mehr	33

Wettkampfsport	34
Badminton	34
Basketball	35
Bogensport	36
Faustball	37
Fechten	38
Judo	39
Handball	40
Leichtathletik	42
Sportkegeln	44
Trampolin	45
Turnschule	46
Volleyball	47



Ehrungsabend	Termin offen
MTG Ball	entfällt
Skiausfahrt	entfällt
Generalversammlung	24.06.2021
Altstadtlauf	19.06.2021
Allgäu Cup	9.-11.07.2021
Ferienfreizeit	02.08. - 06.08.2021
	09.08. - 13.08.2021
KiSS Freizeit	06.09. - 10.09.2021



Foto: Oliver Hofmann

Liebe MTG-Mitglieder,

wir leben in herausfordernden Zeiten: Corona hat alle Lebensbereiche in den vergangenen Monaten erfasst – auch den Sport. Sämtliche Abteilungen waren von der Schließung betroffen. Es gab kein Training in den Hallen und lange Zeit auch nicht im Freien. Dann durfte nach und nach der Übungsbetrieb auf Basis strenger Hygienevorschriften wieder aufgenommen werden. Für Alle keine leichte Aufgabe!

Auch die MTG Sportinsel stand vor völlig neuen Herausforderungen. Keine Frage: Wo Monatsbeiträge fließen, um eine Einrichtung aufrechtzuerhalten, sind die Folgen eines solchen kompletten Stillstands, wie

wir ihn erlebt haben, schnell spürbar. Denn die Bezahlung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter läuft ebenso weiter wie der technische Betrieb.

Ich habe großen Respekt davor, wie der MTG-Vorstand und Geschäftsführer Andreas Schröder-Quist in dieser schwierigen Zeit agiert haben und noch agieren. Eigentlich sollte im Sommer 2020 der Beschluss über den MTG Erweiterungsbau fallen. Doch völlig verständlich wurde diese Entscheidung zurückgestellt. Denn noch ist nicht absehbar, wie sich die Situation durch und mit Corona weiterentwickeln wird. Und dennoch wurde auch in die Zukunft investiert, indem neue Kraftgeräte für die Trainingsfläche angeschafft wurden.

Doch in der Krise gibt es auch gute Nachrichten. So läuft die Baustelle in der Ebnet-Turnhalle sehr gut. Mit großzügiger Unterstützung des Landes geht die Sanierung und Weiterentwicklung der Realschule voran, mit der wir auch die Erneuerung des Sanitärtrakts in der Sporthalle verknüpft haben. So entstehen dort derzeit neue Umkleieräume und Duschen. Wir freuen uns, wenn im Frühjahr kommenden Jahres die Arbeiten fertig sind und die neuen Räumlichkeiten von den Schulen und den Vereinen genutzt werden können.

Die MTG ist in Wangen ein angesehener Partner, wenn es um Angebote im Betriebssport geht. Auch die Stadt Wangen arbeitet in diesem Be-

reich seit Jahren unter anderem mit dem größten Sportverein in der Region zusammen. Viele unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nutzen gern die Angebote und halten sich auf diese Weise fit. Auch die Stadt als Arbeitgeber hat davon einen Gewinn.

Vieles, von dem was einen Sportverein ausmacht, musste 2020 wegen des Gesundheitsschutzes ausfallen: die Feste, der Altstadtlauf, der Hock im Anschluss, Ehrungsabend, viele andere Turniere und Wettbewerbe. Das hieß: Kein Messen im sportlichen Wettstreit und keine Begegnungen mit anderen Sportlerinnen und Sportlern. Das alles haben wir schmerzlich vermisst und hoffen, dass es bald wieder möglich sein kann.

Mein Dank gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in der Geschäftsstelle und allen Ehrenamtlichen, die in dieser Zeit eine große Belastung annehmen und sehr gut meistern.

Allen Sportlerinnen und Sportlern danke ich dafür, dass sie dranbleiben und weitertrainieren, auch wenn es manchmal schwierig war und ist.

Bleiben Sie gesund!

Herzlich

Ihr Michael Lang
Oberbürgermeister

Leitbild

M-Modern **T**-Tolerant **G**-Gemeinschaftlich

- Unsere Mitglieder sind die wichtigsten Personen in unserem Verein.
- Wir sind ein gemeinnütziger, solidarischer und unabhängiger Sportgroßverein.
- Wir nehmen jede geäußerte Idee, Anregung und Beschwerde ernst.
- Wir sind unverzichtbarer Kooperationspartner für den Wangener Sport und die Kommune mit sozialpolitischer Verantwortung.
- Wir setzen uns ein für das ganzheitliche Wohlbefinden unserer Mitglieder und die Persönlichkeitsentwicklung unserer Kinder und Jugendlichen.
- Wir unterstützen die ehrenamtliche Führung unseres Vereins unter konstruktiver Zusammenarbeit von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern.
- Wir setzen uns täglich für die kontinuierliche Weiterentwicklung unserer Arbeit ein.
- Wir unterstützen die Gleichwertigkeit aller Motive Sport zu treiben, wie Freizeit-, Wettkampf- und Gesundheitssport.
- Wir fördern die Eigenverantwortung der Mitglieder für das Wohl des Vereins.

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: Regelmäßige Kommunikation

Der Verein führt regelmäßig Informationsveranstaltungen zum Thema „Kinder- und Jugendschutz“ mit qualifizierten Referenten durch. Zu den Veranstaltungen werden Eltern, Mitarbeiter, Übungsleiter und Vereinsmitglieder eingeladen. Bei Trainingslagern und Reisen zu Turnieren mit Übernachtungssituationen, werden alle Trainer, Übungsleiter und Betreuer auf die Präventionsmaßnahmen und die gesamte Thematik hingewiesen.

Modul 3: Polizeiliches Führungszeugnis

Von allen Mitarbeitern des Vereins, welche hauptberuflich, freiberuflich oder im Rahmen eines Minijobs mit Kindern und Jugendlichen (U18) arbeiten, muss ein erweitertes Führungszeugnis zur Einsicht vorgelegt, und alle fünf Jahre erneuert werden. Alle ehrenamtlichen Mitarbeiter, 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.

Modul 4: Schutzbeauftragter

Levin Leonhardt ist Schutzbeauftragter der MTG Wangen. Mit ihm können betroffene Personen oder Beobachter in Erstkontakt treten. Er kann dann ggf. Kontakt zu professionellen Beratungsstellen herstellen und den weiteren Prozess begleiten.



levin.leonhardt@mtg-wangen.de, Tel.: 07522 2412

Vorstand / Geschäftsstelle

Geschäftsstelle

Der Vorstand



Christoph Bühler
Vorstandssprecher



Marc Hansmann
Marketing und Sponsoring



Uwe Schenkemeyer
Sportinsel



Michael Pfister
Finanzen



Markus Hahnel
Kinder-, Jugend- und Freizeitsport



Sabine Braunmiller
Leitung Geschäftsstelle Turngau
Mitarbeiterin der Verwaltung



Sylvia Rohrbacher
Leitung Sportinsel



Kai Herrmann
Flächenleitung und
Finanzbuchhaltung



Levin Leonhardt
Kindersportschule KiSS
Leitung Kindersport



Jessica Stickel
Betriebliche Gesundheitsförderung



Toni Dietz
BA-Studentin

Ansprechpartner

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



Andreas Schröder-Quist
Geschäftsführer



Claudia Frühauf
Verwaltung Hauptverein



Ulla Fischer
Verwaltung Sportinsel



Dennis Mihaljevic
BA-Student



Lea Wiedemann
BA-Studentin



Franziska Weiland
BA-Studentin

Fitness-Studio

Fitness- und Cardiotraining

Unser Fitness- und Cardioreich, ausgestattet mit modernen computergestützten Geräten von Technogym, finden Sie im oberen Stock. Er erstreckt sich über eine ca. 400 qm große, moderne, freundliche und offene Fläche.

Während der gesamten Öffnungszeiten (ausgenommen einiger Mittagszeiten) steht Ihnen für die Trainingsbetreuung ein ausgebildeter Trainer zur Verfügung, auch am Wochenende. Sollten Sie orthopädische Probleme haben, so betreut Sie bei uns ein Physiotherapeut. Falls Sie Interesse an unserer Einrichtung haben, so machen Sie einmalig ein kostenloses Probetraining aus. Ein Trainer nimmt sich dann eine Stunde Zeit für Sie. Dazu ist eine Terminvereinbarung (Tel: 07522 2412) nötig.



FIVE

Die dritte Säule zu Kraft und Ausdauer ist die Beweglichkeit. Diese Säulen können Sie in der Sportinsel in den direkt hierfür konzipierten five Geräten trainieren. Die zu Verspannungen und Verkürzungen neigende Muskulatur und Faszien systeme werden gestreckt und gedehnt.

Mit Rückwärtsbewegungen arbeitet five der gebeugten Alltagshaltung entgegen und richtet den Menschen wieder auf.



Gymnastik- und Gesundheitskurse

Wir bieten Ihnen zwei unterschiedliche Kurspläne im Jahr. Der umfangreichere Winterkursplan ist von Oktober bis Ende April gültig. Von Mai bis Ende September gibt es einen Sommerkursplan. Neu im Winterplan 2020/21 – Jumping Fitness und Line Dance. Zudem gibt es ab Herbst neue Indoor Cycling Bikes. Kommt vorbei und probiert es aus! Für alle unsere Kurse ist eine Anmeldung nötig. Diese ist über die App MyWellness möglich und wird immer am Vortag ab 12:00 Uhr freigeschaltet.



Wellness & Sauna

Entspannung und Erholung sollen in der MTG Sportinsel nicht zu kurz kommen. So können Sie nach dem Training oder unabhängig vom Training unseren Saunabereich nutzen. Erleben Sie eine Oase der Ruhe für Ihre Seele in unserer Saunalandschaft. Hier finden Sie alles, was zu Ihrem Wohlbefinden beiträgt: Sauna, Fußbecken, Liegeraum, gemütliche Sitzecke, Infrarotkabine eine Sonnenterrasse und Lesecke. Sollte es noch ein bisschen mehr sein, so gönnen Sie sich bei unserem qualifizierten Physiotherapie-Team nach vorangegangener Terminvereinbarung eine entspannende medizinische Wellnessmassage.

Denn bei uns ist jeder Besuch ein kleiner Erholungsurlaub...



Kinderbetreuung

Jeden Montagvormittag von 9:00-11:00 Uhr und Donnerstagvormittag von 8:45-11:30 Uhr bieten wir eine Betreuung Ihrer Babys und Kinder an. In dieser Zeit können Sie sehr gerne Ihre Kleinsten im Baby Safe bei unserem Fachpersonal im oberen Gymnastikraum vorbei bringen. Die Größeren spielen unter fachlicher Betreuung und die Mütter können währenddessen unser vielfältiges Angebot genießen: Trainingsfläche, Kurse, Physiotherapie oder Bistro. Gerne erweitern wir unser Betreuungsangebot bei Bedarf.



Sonderevents

Die Sportinsel veranstaltet für Ihre Mitglieder eine Reihe von Sonderevents. Dazu gehören das Mitgliederfrühstück, die Mitgliederbrunche, Spin-Marathons, das Sommerspiel, das Sommergrillfest, das Winteropening und vieles mehr. Auch bieten wir jeden Sommer ein umfangreiches Outdoor-Programm an. Dieses beinhaltet Mountainbike- und Rennradausfahrten in unterschiedlichen Leistungsgruppen, Nordic Walking, Bootcamp und geführte Wanderungen. Durch diese Events wird den Mitgliedern zu dem bereits umfangreichen Programm noch mehr Abwechslung, vor allem in den Sommermonaten und an den Wochenenden geboten. Der Vereinsgedanke wird dadurch gestärkt.

Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag:	6:00 - 22:00 Uhr
Dienstag, Donnerstag:	8.30 - 22:00 Uhr
Samstag / Sonntag (Sept. - April):	9:00 - 18:00 Uhr
Samstag (Mai - August):	13:00 - 18:00 Uhr
Sonntag (Mai - August):	9:00 - 14:00 Uhr
Feiertag:	9:00 - 14:00 Uhr

Physioinsel



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

Folgende physiotherapeutische Leistungen bieten wir Ihnen an:

- **KG ZNS Bobath***
- **Krankengymnastik am Gerät**
- **Manuelle Therapie**
- **Krankengymnastik**
- **Lymphdrainage**
- **Fango**
- **Kinesiotape**
- **Eisbehandlungen**
- **Wirbelsäulentherapie nach Dorn und Breuß-Massage**

*Krankengymnastik Zentrales Nervensystem nach Bobath

**PHYSIO
INSEL**

Neben diesen physiotherapeutischen Leistungen bieten wir auch Wellnessangebote in der MTG Sportinsel an. So können Sie bei uns Ihren ganz persönlichen Kurzurlaub im Herzen Wangens buchen. Eine Massage bei uns ist etwas Besonderes, denn wir wollen nur eines:

Dass Sie sich auf jeden Fall besser fühlen...

Kopf- Nacken- Spezial

ca. 45 min - 38,00 €

Sportmassage

ca. 30 min - 28,00 €

Relaxbehandlung

ca. 60 min (ca. 40 min Behandlung + 20 min Fango) - 42,00 €

Kurzurlaub

ca. 30 min Behandlung + Saunatageskarte 32,00 €

Wirbelsäulentherapie nach „Dorn“

ca. 40 min - 35,00 €



Terminvereinbarung
Tel.: 07522 2412

Ernährungsberatung



Veronika Negro-Dillmann
vnd@mtg-wangen.de

Die Sportinsel bietet für Mitglieder und externe Interessenten Einzelernährungsberatung und Gruppenseminare an.

Wir beraten Sie bei gesundheitlichen Problemen und zur Vorbeugung von Zivilisationserkrankungen, ebenso bei Ihrem Wunsch, gesund abzunehmen.

Einzelberatung:

50,00 € (Mitglieder)

60,00 € (Externe)



Qualitätssicherung

Für Ihr Training in der Sportinsel steht Ihnen ein sehr gut ausgebildetes Trainerteam zur Verfügung. Wir stellen uns individuell auf Ihre jeweiligen Wünsche und Ziele ein, um Ihr Training so effektiv wie nur möglich gestalten zu können. Dies gilt für die Trainingsfläche, das Kurssystem, sowie für die Physiotherapie. Ein Großteil unseres Kurssystems hat das Pluspunktzertifikat und unser Studio ist durch den Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) mit dem Qualitätssiegel „Sport Pro Fitness“ ausgezeichnet. Das Firmenkursprogramm „FitMix-Kraft“ ist durch die Zentrale Prüfstelle Prävention zertifiziert. Somit bieten wir Training auf höchstem Niveau.

Auf diesen Lorbeeren ruhen wir uns nicht aus, sondern bilden uns kontinuierlich weiter und halten für Sie unsere Augen und Ohren nach den neuesten Trends offen, die integriert werden können.



Betriebliches Gesundheitsmanagement & Gesundheitsförderung



Johanna Elsner
Gesundheitsmanagement und Gesundheitsseminare



Jessica Stickel
jessica.stickel@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Die Gesundheit zu fördern bevor gesundheitliche Probleme auftreten ist uns ein besonderes Anliegen. Neben dem privaten Bereich spielt dabei die Arbeit eine große Rolle. Hierzu bietet die MTG im Rahmen eines Betrieblichen Gesundheitsmanagements Beratung für Unternehmen aus der Region an, wie sie sich beim Thema Gesundheit aufstellen

und weiterentwickeln können. Gemeinsam können wir herausfinden wo Bedarf besteht und welche Ressourcen gefördert werden sollen.

Zur Betrieblichen Gesundheitsförderung bietet die MTG Sport- und Entspannungskurse, Ernährungs- und Gesundheitsseminare für Auszubildende an, in der MTG Sportinsel oder bei Ihnen vor Ort. Gerne



erstellen wir individuelle und bedarfsorientierte Angebote, die von unseren qualifizierten Trainerinnen und Trainern durchgeführt werden.

Aktuelle Firmenkurse und Angebote:

- Rückenfitness
- Coretraining
- Indoor Cycling
- Langhantel Training
- Functional Fitness
- Yoga
- Pilates
- Entspannungskurse
- Gerätetraining
- Ernährung
- Stressbewältigung durch Entspannungskurse



Sie haben die Möglichkeit die Kurse bei uns in der MTG Sportinsel oder in Ihren eigenen Räumlichkeiten durchzuführen. Wir sind flexibel und kommen gerne auch zu Ihnen in die Firma. Kontaktieren Sie mich gerne direkt zu einem individuellen Beratungsgespräch.

Bistro



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

Für einen gemütlichen und geselligen Abschluss ist in unserer MTG Sportinsel auch gesorgt: An unserer Theke, an verschiedenen Sitzmöglichkeiten oder auf den Loungemöbeln auf 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 Bistro-

bereich zur Verfügung, unser Sportinsel-Team heißt jeden Besucher herzlich willkommen.

Medienraum mit Sonnenterrasse

Der Medienraum mitsamt ruhiger Sonnenterrasse wird nicht nur für Sportinsel-Events genutzt, sondern kann auch von MTG Mitgliedern, Externen oder Firmen gemietet werden.



Außerdem können bei uns gemeinsam Bundesliga-, Championsleague-spiele, Europa-, Weltmeisterschaften und Olympiaden (Free TV) im rauchfreien Medienraum angesehen und gefeiert werden.

Vermietungen



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

Vermietung

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



MTG Mitglieder und Externe können den Medienraum für Seminare, Veranstaltungen oder Feiern mieten. Je nach Veranstaltung und Bestuhlung finden 25 bis 30 Personen Platz. Der Raum kann Montag bis Donnerstag ab 17:30 Uhr, Freitag



ab 14:00 Uhr und an den Wochenenden zu unseren Öffnungszeiten angemietet werden. Alle anderen Wunschtermine auf Anfrage. Wir erfüllen nahezu alle Ihre Veranstaltungswünsche und freuen uns, Ihnen ein individuelles Angebot erstellen zu dürfen.

Formular download unter www.mtg-sportinsel.de



Gymnastikräume

Die MTG Sportinsel hat zwei freundliche, moderne Gymnastikräume, die für Sportstunden gemietet werden können. 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. Zu näheren Informationen und Terminanfragen wenden Sie sich bitte an info@mtg-wangen.de.

MTG-Bus

Zu günstigen Konditionen haben sowohl Mitglieder als auch Nichtmitglieder die Möglichkeit, unseren MTG-Bus zu mieten. Gerne geben Ihnen die Mitarbeiter der Geschäftsstelle detaillierte Informationen.

Sport KIDS - Der vielfältigste Vereinssport für Kinder



Levin Leonhardt
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 entschieden, unser Angebot neu zu strukturieren und den Schwerpunkt auf ein sportartenspezifisches 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 fördern wir schon in jungen Jahren nachhaltig die körperliche Gesundheit. Mit unseren qualifizierten Übungsleiterinnen und

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 sportartenspezifisches Training wie Handball, Turnen, Tanz oder Hockey 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.



MTG Sport KIDS

Unterstützt die MTG-Sport KIDS



Montag	Dienstag	Mittwoch - Sport KIDS Tag				Donnerstag	Freitag
15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre							9:30 - 10:30 Uhr GS Deuchelried Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre
	17:00 - 18:00 Uhr Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2012	15:00 - 16:00 Uhr Ebnehalle Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre	15:00 - 16:00 Uhr Ebnehalle Sport KIDS Stufe 2 4 - 6 Jahre	15:00 - 16:00 Uhr Ebnehalle Sport KIDS Stufe 3 6 - 8 Jahre	14:30 - 16:00 Uhr Berger-Höhe-Halle Leichtathletik KIDS 5 - 7 Jahre		
17:00 - 18:30 Uhr Ebnehalle Turn KIDS Turnschule mit Zusatzbeitrag ab 4 Jahren	17:00 - 18:00 Uhr Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2013	16:00 - 17:00 Uhr Ebnehalle Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr Ebnehalle Sport KIDS Stufe 2 4 - 6 Jahre	16:00 - 17:00 Uhr Ebnehalle Sport KIDS Stufe 3 6 - 8 Jahre		17:00 - 18:30 Uhr Ebnehalle Turn KIDS Turnschule mit Zusatzbeitrag ab 4 Jahren	
	17:00 - 18:00 Uhr Ebnehalle Handball KIDS Jgg. 2014/2015						

Kindersport

KiSS - Die Kindersportschule



Levin Leonhardt

Leitung Kindersportschule
levin.leonhardt@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

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 aus einem ausgearbeiteten Lehrplan, 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.

KiSS CLASSIC

- Aufeinander aufbauende Alters- und Ausbildungsstufen zu kindgerechten Trainingszeiten
- Kleine Gruppen von maximal 15 Kindern
- Qualifizierte hauptamtliche Sportfachkräfte
- Motorische Grundausbildung für Kinder von 4-10 Jahren
- Gezielte Förderung der Stärken des Kindes und Abbau von Defiziten
- Erlernen aller Sportarten ohne Leistungsdruck und Wettkampforientierung



Schnuppertermine nach telefonischer Absprache möglich

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
WUNDERTÜTE 14:30 - 15:15 Uhr MTG Sportinsel 4 - 6 Jahre Levin	CLASSIC 15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Levin		CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Idefix, 4 - 5 Jahre Levin	
	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Obelix/Miraculix, 8 - 11 Jahre Astrid		CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Asterix, 6 - 7 Jahre Astrid	
CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Levin	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Levin		CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Obelix/Miraculix 8 - 11 Jahre Dennis	
CLASSIC 17:30 - 18:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Levin	SCHWIMMEN 17:15 - 18:00 Uhr Fachklinik Wangen ab 6 Jahren		WUNDERTÜTE 16:30 - 17:15 Uhr Kindergarten St. Monika 4 - 6 Jahre Claudia	

Kindersport

KiSS WUNDERTÜTE

- Förderung der gesamten Persönlichkeitsentwicklung durch Bewegung
- Kleine Gruppen von maximal 7 Kindern
- Altersgerechte Gruppen für Kinder von 4-6 Jahren
- Sportfachkräfte mit psychomotorischer Ausbildung
- Durch Spiel und Spaß, persönliche Möglichkeiten entdecken, an Aufgaben wachsen, den Moment genießen
- Eintauchen in eine faszinierende Welt voller Kreativität mit Hilfe von verschiedenen Materialien
- Durch Sinnes- und Körpererfahrungen Handlungskompetenzen erlangen und das Selbstbewusstsein stärken



KiSS SCHWIMMEN

- Angebot für Kinder ab 6 Jahren Schwimmkurse unterteilt in 2 verschiedene Niveaustufen
- 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 FERIEFREIZEIT

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



FROG - Freizeit ohne Grenzen



Levin Leonhardt
levin.leonhardt@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Hier ist Vielseitigkeit gefragt

Viele Kinder im Alter zwischen 9 und 12 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 - 12 Jahre Donnerstag 17:30 - 19:00 Uhr



Cheerleading



Cäcilia Schropa
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 2412

Cheerleading ist eine Sportart, die aus Elementen des Turnens, der Akrobatik, des Tanzes sowie aus Anfeuerungsrufen besteht.



Bei den Cheerleadern der MTG soll der Spaß am Sport und an der Bewegung im Vordergrund stehen. Ziel ist es, die erlernten Choreographien bei Veranstaltungen aufzuführen.

Seit dem Jahr 2020 haben wir eine Kooperation mit dem TSZ Lindenberg mit den erfahrenen Übungsleiterinnen Alexandra und Tina Schipke.

Trainingszeiten

Ebnethalle
Dienstag 9 - 15 J 18:30 - 19:30
Lindenberg
Mittwoch 19:00 - 20:30

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.

Wann:

Von 9:00 - 16:00 Uhr (auf Anfrage auch ab 8:00 Uhr möglich)
Kosten/Tag:
20 € (MTG-Mitglieder);
25 € (Nicht-MTG-Mitglieder)

Ferienfreizeit

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

Anmeldung ab 19.04.2021

Wann:

1. Woche:
02.08.2021 – 06.08.2021
2. Woche:
09.08.2021 – 13.08.2021
jeweils von 8:30 – 17:30 Uhr
Kosten pro Kind: 65 €

KiSS Ferien-Freizeit

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

Wann:

06.09.2021 – 10.09.2021,
jeweils von 8:00 bis 16:00 Uhr
Kosten:
KiSS-Mitglieder: 100 €
MTG-Mitglieder: 115 €
Externe Kinder: 130 €



Gesundheitskurse

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.



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 Sporteinheiten innerhalb von 18 Monaten verschrieben.

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



Württembergischer
Behinderten- und
Rehabilitationssportverband e.V.



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

Sprechzeiten zum Rehabilitationssport

MTG Sportinsel
Mittwoch 17:30 - 18:30
Freitag 10:45 - 12:30
oder bei den jeweiligen
Abteilungsleitern

Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport

56

Antrag des Versicherten

Ich beantrage die Übernahme der Kosten für die Teilnahme am Rehabilitationssport

Hinweis

Rehabilitationssport wird von den Krankenkassen insbesondere mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt und kann daher grundsätzlich nur für einen begrenzten Zeitraum bewilligt werden

anerkannten Leistungsanbieter durchgeführt werden

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

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

MTG Sportinsel

Montag	16:00 - 16:45
Donnerstag	16:00 - 16:45

Weitere Termine nach Bedarf

Reha-Sport für Erwachsene - Orthopädie



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

- Hüfte / Knie
- Rücken (Schulter, WS, HWS, BWS, LWS)

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

Übungszeiten

MTG Sportinsel

Hüfte / Knie

Montag	15:00 - 15:45
Donnerstag	16:45 - 17:30

Rücken

Dienstag	11:00 - 11:45
Dienstag	12:00 - 12:45
Freitag	08:30 - 09:15
Freitag	09:30 - 10:15

Weitere Termine nach Bedarf

Sport für Herz- und Gefäßerkrankungen



Frank Knappe
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 1091

Nach einem akuten Herzereignis, nach Klinik und Reha, hat der Patient den „Schuss vor den Bug“ noch lange nicht verarbeitet. Mit der Teilnah-

meempfehlung seines Arztes schließt er sich einer Herzsportgruppe an, um mit Gleichgesinnten zu üben und die Belastungsgrenzen neu zu definieren. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt, das Training macht Körper und Seele wieder leistungsfähiger. Nachweislich beeinflusst Herzsport die Risikofaktoren positiv. Dazu ist es jedoch notwendig, dass der Patient möglichst regelmäßig an den Übungsstunden teilnimmt und das oft über viele Jahre.

Der Übungsleiter ist schon lange engagiert dabei, drückt die Schulbank für Fortbildung und Lizenzverlängerung, kennt die Probleme und Anliegen der Gruppenteilnehmer, freut sich über die Erfolge seiner Sportler. Zur Motivation

der Herzsportgruppe lassen sich die Übungsleiter und Betreuer vieles einfallen, z.B. freiwillige, zusätzliche Angebote wie gesellige Abende, Wettbewerbsveranstaltungen, Vorführungen, Vorträge und Wanderungen. Und es funktioniert.

Viele gut motivierte, in Gruppen zusammengeschweißte Mitglieder, welche die Übungsstunden und Zusammenkünfte geradezu herbeisehnen, sind der Beweis.

Übungszeiten	
Argenhalle	
Mittwoch	19:00 - 20:30
Berger-Höhe Halle	
Donnerstag	19:00 - 20:30

Sport für Diabetiker



Barbara Erhard
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 08380 981179

Das geht!!!

Für Diabetiker ist regelmäßige Bewegung ein zentraler Therapiebaustein – insbesondere bei Typ-2-Diabetes.

Doch für viele ist es schwierig, den passenden Weg zu einem moderaten Bewegungsplus zu finden. Da haben wir etwas für Sie – hier in Wangen!

Bei uns geht es um Beweglichkeit, Ausdauer, Muskelaufbau, Gleichgewicht und Entspannung.

Die gegenseitige Motivierung in der Gruppe, miteinander Spaß haben und die Freude an der regelmäßigen Bewegung, verbindet uns.



Übungszeiten	
MTG Sportinsel	
Mittwoch	15:30 - 16:45

Lungensport



Stefanie Schneider
Ansprechpartnerin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 7971915

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 im Gegenzug über Anspannung und Missempfindung. Verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung und damit Ihre Lebensqualität.

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



Übungszeiten	
Fachklinik	
Donnerstag	
Gruppe 1:	17:00 - 17:45
Gruppe 2:	17:45 - 18:30

Sport nach Krebs



Sigrid Müller
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 21350

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	
Berger-Höhe-Halle	
Mittwoch	16:00 - 17:00
Mittwoch	17:00 - 18:00

Freizeitsport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Senioren-gymnastik 15:30 – 16:30 Uhr MTG Sportinsel	Freies Schwimmen 17:00 – 18:30 Termine auf der Homepage Fachkliniken Wangen	Hausfrauen-gymnastik 10:10 – 11:10 Uhr ab 25 Jahre Turnhalle Deuchelried	Schwimmen 15:30 – 16:00 Uhr Senioren Gymnastik Fachkliniken Wangen Therapieraum 1	Hausfrauen-gymnastik 15:45 – 16:45 Uhr ab 25 Jahre Berger-Höhe-Halle	Bogensport 9:30 bis 12:00 Lothar-Weiß-Halle
Aquaball 17:00 – 18:00 Uhr Fachkliniken Wangen	Sportabzeichen 18:30 – 20:00 Uhr Mai bis September Allgäu Stadion	Offenes Kegeln 19:00 – 20:30 Uhr MTG-Kegelkeller Waltersbühl	Schwimmen 16:00 – 17:00 Uhr Senioren Fachkliniken Wangen	Jedermannturnen 19:00 – 20:30 Uhr ab 55 Jahre Ebnehalle	
Lauffreff 18:30 – 19:30 Uhr Sommer Hasenwald Winter Argenhalle	Nordic Walking 19:00 – 20:30 Uhr ab 18 Jahre Praßberghalle 1. Dienstag im Monat Sportinsel	Volleyball Hobby Mixed 19:00 – 21:00 Uhr Ebnehalle	Badminton Hobby 19:00 – 20:30 Uhr ab 18 Jahre Ebnehalle	Freizeitsport Männer 20:00 – 22:00 Uhr ab 60 Jahre Turnhalle Deuchelried	
Freizeitsport Spiele Frauen 19:00 – 20:30 Uhr ab 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	Ju-Jutsu 19:30 – 21:00 Uhr Berger-Höhe-Halle	Hobbysport Frauen 20:30 – 22:00 Uhr 50 bis 65 Jahre Berger-Höhe-Halle	Fit & Fun 20:30 – 22:00 Uhr Frauen ab 30 Jahre Lothar-Weiß-Halle	Sport und mehr 20:00 – 22:00 Uhr 35 bis 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	
Rhythmische Gymnastik / Tanz 19:30 – 20:30 Uhr ab 25 Jahre Ebnehalle	Badminton Hobby 20:00 – 22:00 Uhr ab 18 Jahre Ebnehalle	Indiaca 20:30 – 22:00 Uhr ab 50 Jahre Ebnehalle		Kegeln für Gruppen ab 19:00 Uhr MTG-Kegelkeller Waltersbühl	
Schwimmen Erwachsene 20:15 – 21:15 Uhr Fachkliniken Wangen	Geräteturnen Senioren 20:30 – 22:00 Uhr 45 bis 80 Jahre Lothar-Weiß-Halle				
Freizeitsport Spiele Männer 20:30 – 22:00 Uhr 30 bis 70 Jahre Argenhalle					
Er & Sie 20:30 – 22:00 Uhr ab 45 Jahre Praßberghalle					

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

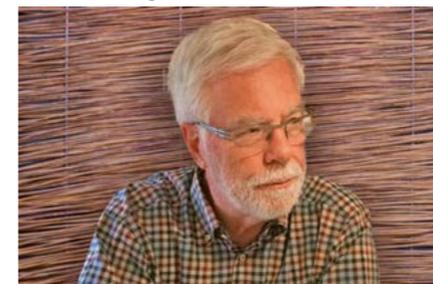
Er & Sie



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

Die Er und Sie'ler sind eine gemischte Gruppe von Frauen und Männern ab 45, die sich immer montags treffen.

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-

Zuerst haben wir ein abwechslungsreiches Aufwärmen mit gymnastischen- und Dehnübungen, Zirkeltraining und Laufspielen, die sogar Gehirnjogging miteinbeziehen. Im Ausgleich spielen wir inzwischen hauptsächlich und sehr gern Volleyball.

Außerhalb der wöchentlichen Sportabende organisieren wir einen gemeinsamen Ausflug, nehmen an externen Hobby-Volleyballturnieren teil und beachen in den Sommerferien.

Ein gemeinsames Sommerfest sowie eine Weihnachtsfeier beenden jeweils das sportliche Halbjahr.



Trainingszeiten

Praßberghalle
Montag ab 50 J 20:30 - 22:00

stehend aus 40 Mann im Alter von 60 Jahren aufwärts.

Wir treffen uns einmal wöchentlich und werden von unseren zwei Übungsleitern Jürgen Schäfer und Alfons Burkert abwechselnd mit Funktionsgymnastik, Übungen mit Theraband, Redondoball und sonstigen Ballübungen in Schwung gehalten. Zum Abschluss des sportlichen Teils folgt Volleyball, Badminton oder Indiaca.

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



Trainingszeiten

Turnhalle Deuchelried
Freitag 20:00 - 22:00

Freizeitsport

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 Indiacca und „Volleyball“ ausgeführt mit einem Wasserball, zu den bevorzugten Spielen gehören.

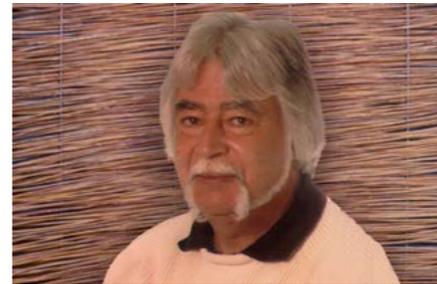
Die Übungsstunden werden im Wechsel von zwei Sportlehrerinnen mit langjähriger Erfahrung geleitet.

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



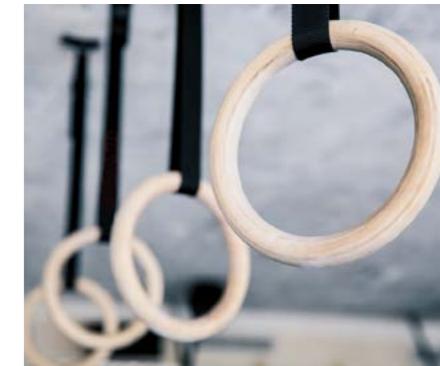
Trainingszeiten
Lothar-Weiß-Halle
Montag 19:00 - 20:30

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

Freizeitsport Spiele Männer



Peter Fischer
Abteilungsleiter
peter@mackfischer.de
Tel.: 07522 3664

Die „Montagsportler“ (Mitte 30 bis Anfang 70) treffen sich einmal pro Woche und beginnen mit Aufwärmübungen und einer Funktionsgym-

nastik unter der fachkundigen Anleitung unseres Übungsleiters.

Hauptthemen sind dann natürlich Volleyball, Badminton, Basketball, Fußball, Hockey und Indiacca, 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
Argenhalle
Montag 20:30 - 22:00

Hausfrauengymnastik



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

Unsere Übungsstunde findet wöchentlich an zwei verschiedenen Terminen unter der Leitung von Alfons Burkert statt.

Die Stunde besteht aus einem Aufwärmen mit Geräten wie Ball, Stab, Seil oder Theraband. Im Anschluss folgt eine Gymnastik. Zwischendurch gibt es ein auflockerndes Mannschaftsspiel, bis die Stunde mit Dehnübungen endet.

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



Trainingszeiten
Turnhalle Deuchelried
Mittwoch ab 25 J 10:10 - 11:10
Berger-Höhe-Halle
Freitag ab 25 J 15:45 - 16:45

Freizeitsport

Hobbysport Frauen



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

Wir sind eine Gruppe Frauen zwischen 55 und 70 Jahren, die wöchentlich (außer in den Ferien) in der Berger-Höhe-Turnhalle mittwochs

trainiert.

Die Stunde beginnt mit Aufwärmern verschiedener Art, z.B. Laufzirkel, Ball, Stab, Reifen sowie ohne Kleingeräte. Ganzkörpertraining mit Musik ist angesagt.

Nach einem kleinen Spiel geht es mit Funktionsgymnastik und Dehnen weiter. Das geschieht mit Kleingeräten wie (Togu) Brasil, Theraband, Pad und Redondoball.

Das Jahr über gibt es noch verschiedene Aktivitäten z.B. einen gemeinsamen Ausflug, ein Wellnesswochenende und ein Sommerabschlussfest. Zu guter Letzt und als Abschluss eine Weihnachtsfeier.



Trainingszeiten

Berger-Höhe-Halle
Mittwoch 20:30 - 22:00

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: Ob Skiwochenende, Fahrradralleye, Besichtigungen u.v.m. – wir sind immer dabei.



Trainingszeiten

Ebnethalle
Mittwoch ab 50 J 20:30 - 22:00

Freizeitsport

Jedermannturnen



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

Unsere Abteilung besteht aus etwa 13 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 19:00 - 20:30

Ju-Jutsu



Norbert Renz
Ansprechpartner
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

Freizeitsport

Laufftreff



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

Laufftreffeiter ist Karl Mattes. 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.



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

Nordic Walking



Isabella Sieber
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 5555

Nordic Walker, treffen uns einmal wöchentlich bei fast jedem Wetter. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen walken wir je nach Fitness in zwei Gruppen auf unterschiedlichen Strecken rund um Wangen. Mit Dehnübungen endet das Training.

Haben Sie Lust bekommen in unserer Gruppe mitzumachen, dann schauen Sie doch einfach bei uns vorbei. Nordic Walking-Stöcke können ausgeliehen werden. Bitte melden Sie sich vorher bei den Ansprechpartnern.

Treffpunkt an der Praßberghalle, ausser jeden ersten Dienstag im Monat Treffpunkt an der Sportinsel.

Vogelgezwitscher und viel frische Luft, was gibt es Schöneres als Ausdauertraining in der freien Natur. Wir, das sind ca. 10 bis 20 begeisterte



Trainingszeiten
Praßberghalle
Dienstag ab 18 J 19:00 - 20:30
Sportinsel
1. Dienstag im Monat 19:00 - 20:30

Freizeitsport

Roll- und Eissport



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

und regelmäßig auszuüben.

Aktuelle Trainings- und Veranstaltungstermine finden Sie immer auf der MTG Website unter www.mtg-wangen.de/Abteilungen/Freizeitsport/Roll- und Eissport.

- Im Sommer
- Roll- und Inliner Laufschiule
 - Inline-Hockey
 - Stockschießen

- Im Winter
- Eislaufschule (Kooperation mit Eissportverein Ravensburg e. V.)
 - Eishockey (Kooperation mit Förderverein Eisstadion e.V.)
 - Eisstockschießen

Die Sportanlage "Stefanshöhe" ist ein toller Ort, um ganz unterschiedlichen Freizeitsport für Jung und Alt im Winter und im Sommer zu betreiben



Trainingszeiten
Termine nach Vereinbarung

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
Ebnehalle
Frauen
Montag ab 25 J 19:30 - 20:30

Wettkampfsport

Badminton



Werner Uttikal
Abteilungsleiter
werner.uttikal@web.de
Tel.: 07522 1548
Mobil: 0157 87450099

Bei der MTG wird schon seit über 30 Jahren dem rasanten Federball hinterhergejagt. Die Badmintonabteilung der MTG Wangen hat aktuell eine Wettkampfmannschaft, die in der Bezirksliga Donau/Oberschwaben antritt. Darüber hinaus haben wir einen regen Hobbyspielerbereich, der sich an vielen Turnieren beteiligt und die Wangener Stadtmeisterschaften für Hobbyspieler ausrichtet, zu der jedes Jahr über 50

Badmintonspieler aus den Vereinen der ganzen Region nach Wangen kommen.

Auch bei den Jugendlichen werden regelmäßig die Ranglistenturniere des BWBV mitgespielt, bei denen bereits gute Platzierungen erreicht werden konnten.



Trainingszeiten

Ebnethalle

Schüler

Dienstag 10-14 J 18:15 - 19:45

Jugend

Dienstag 15-18 J 18:30 - 20:00

Aktive/Hobby

Dienstag ab 18 J 20:00 - 22:00

Donnerstag 19:00 - 20:30

Wettkampfsport

Basketball



Raphael Spiekermann
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 01522 4113853

Basketball ist seit vielen Jahren eine feste Größe im Programm der MTG Wangen. Trainings werden aktuell in den Altersstufen U14 mixed, U18m, U18w/Damen und Herren angeboten. Scheinbare Lücken im Angebot sollten Interessierte nicht abschrecken beim Training reinzu-

schnuppern um die passende Trainingsgruppe zu finden.

Neben den Herren werden in der Saison 2020/21 sowohl die Mädchen als auch die Jungs der U18 am Ligaspielbetrieb teilnehmen. Die Jungs des U18-Teams gehen in ihre zweite Saison im aktiven Wettkampfsport, die erste in der Altersstufe U18. Während es bei ihnen an erster Stelle darum geht weitere Erfahrungen im Spielbetrieb zu sammeln, rechnen die Damen in ihrer zweiten Saison in der Landesliga auch mit dem ein oder anderen sportlichen Erfolg. Die Herren peilen nach dem direkten Wiederaufstieg in die Bezirksliga auch hier eine Spitzenplatzierung an und setzen dabei stark auf mehrere Rückkehrer. Bei allen drei Teams steht der Spaß am Sport im Mittelpunkt und sie freuen sich über neue



Trainingsteilnehmer und zahlreiche Rückendeckung bei ihren Heimspielen in der Praßberghalle.



Trainingszeiten

U14 mixed

Montag 10-14 J EH 18:00 - 19:30

U14/U18 m

Mittwoch 12-18 J PH 18:00 - 19:30

U18 m

Montag 14-18 J EH 19:30 - 21:30

U18 w

Dienstag ab 14 J EH 18:00 - 20:00

Freitag PH 18:00 - 20:00

Herren

Dienstag EH 20:00 - 22:00

Freitag PH 20:00 - 22:00

Gemischte Gruppe

Mittwoch PH* 19:30 - 21:30

* = Frühling/Sommer

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 Bogensport 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, Auflagenhöhen 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 (Kreismeisterschaft 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

Sonntag 9:30 - 12:00
Mittwoch hint. LWH 17:30 - 19:30

Anfänger Schnupperkurs

1. Sonntag im Monat 09:30 - 12:00



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. Jeweils mittwochs trifft man sich im Sommer im Freien und im Winter in der Halle zum Training.

Seit dem Jahr 2008 besteht eine Trainingsgemeinschaft mit dem TSV Lindenberg. Trainiert wird im Wechsel in Wangen und Lindenberg. Das Training beginnt stets mit einer Aufwärm- und Gymnastikeinheit. Danach spielen zwei gemischte Mannschaften (max. fünf Spieler pro Mannschaft) unter Wettkampfbedingungen gegeneinander. Das Training ist sowohl für Anfänger, wie auch für Fortgeschrittene im Alter ab ca. 12 Jahren geeignet.

Seit mehreren Jahren wird der Sport auch von Mädchen und Frauen betrieben. 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 wurde.

Neben der Teilnahme an den Spieldagen der Bezirksliga und verschiedenen Einladungsturnieren, gibt es jährlich einen gemeinsamen Kegelabend, ein Grillfest, sowie eine Weihnachtsfeier, bei dem die jeweiligen Partner mit Kindern ebenfalls eingeladen werden.

Daneben unterstützt die Gruppe noch den Hauptverein mit Arbeitseinsätzen beim MTG Ball sowie der Altstadt-Hockete.

Trainingszeiten

Sommer

Mittwoch ab 12 J AS 18:00 - 20:00

Winter

Mittwoch ab 12 J LI 18:00 - 20:00

AS = Allgäu-Stadion, LI = Dreifachturnhalle, Lindenberg

Wettkampfsport

Fechten



Barbara Math
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
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 (z.B. Bodenseeregion) Turnieren 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

Montag ab 13 J 19:00 - 21:30

Mittwoch ab 16 J 18:30 - 20:30

*Einsteigerkurs immer am Anfang eines Schuljahres

Wettkampfsport

Judo



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

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

Die 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“.



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

Weitere Informationen unter
www.mtg-judo.de

Trainingszeiten

Berger-Höhe-Halle

Anfänger

Dienstag ab 6 J 17:00 - 18:30

Freitag 17:00 - 18:15

Fortgeschrittene

Freitag bis 14 J 18:15 - 19:30

Aktive

Dienstag 18:15 - 19:30

Freitag 19:30 - 21:00



Handball



Matthias Vetter
komm. Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522 7079111

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 war. 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 Zuschauern ist die Argensporthalle eine wahre Pilgerstätte für die Wangener Sportfans. Und auch bei den Jugendmannschaften sind es bei wichtigen Spielen schon mal mehrere Hundert Zuschauer. Die MTG Handballabteilung setzt in ihrer Philosophie fast ausschließlich auf den eigenen Nachwuchs – das sorgt für Verbundenheit und Loyalität.

Führungsteam

Die Abteilungsleitung der Handballer bildet kommissarisch Matthias Vetter. Ihm zur Seite stehen Ulrich Bader als Stellvertreter und Leiter Organisation und Verwaltung, Tobias Werder als Finanzcontroller, sowie Thomas Frank für den Bereich Sponsoring und Markus Weber für den Bereich Öffentlichkeitsarbeit. Seit Anfang des Jahres ist die sportliche Leitung unter Führung von Reinhard Geyer, der als Vorstand Sport agieren wird, neu besetzt. Weiteres Mitglied des Gremiums wird Timo Feistle, welcher als Leiter des Männerbereichs die Verantwortung für die erste und zweite Mannschaft tragen wird. Bei den Frauen übernimmt diese Rolle Ruth Spieler. Evelyn Sachs leitet weiterhin den Bereich der weiblichen C bis A-Jugend. Für den männlichen Jugendbereich übernimmt dies Thomas Köhler. Daniel Köhler übernimmt die wichtige Position des Leiter Kinderhandballs. Dazu gesellt sich noch Robin Straub, welcher für die Fort und Weiterbildungen verantwortlich zeichnet.

Aktive

Bei den Aktiven liegt eine sehr erfolgreiche Saison hinter der MTG. Die Herren 1 konnten das Ziel Quali zur eingleisigen Württembergliga nicht erreichen. Nach einer etwas holprigen Saison musste man den Gang



in die Verbandsliga Süd antreten. Die Frauen 1 schafften den Aufstieg in die Verbandsliga. Die Frauen 1b stiegen in die Bezirksliga auf. Die Herren 3 spielen kommende Saison in der Bezirksstaffel. Den größten Coup erzielte die Herren 1b mit dem Aufstieg in die Landesliga. Das gelang noch keine zweiten Herrenmannschaft. Somit spielt die MTG mit gleich zwei Herrenteams auf Verbandsebene.



Jugendarbeit

Wohl noch nie gab es in Wangen Zeiten, in denen so viele Kinder mit dem Handball begonnen haben. Hauptverantwortlich dafür sind die

gut 40 Übungsleiter/innen. Besonders erfolgreich gestaltet sich das Konzept die Übungsleiter aus der Elternschaft, ehemaligen Handballern und aktiven Handballern zu aktivieren und zusammenzuführen. Insgesamt nimmt die MTG mit rekordverdächtigen 20 Jugendteams am Spielbetrieb teil. In die Ligen des Handball-Verbandes-Württemberg (HVV) schafften es dieses Jahr alle männlichen Jugendmannschaften.



Eine weibliche A-Jugend konnte aufgrund Spielerinnenmangels nicht gemeldet werden. Der weiblichen B-Jugend gelang noch der Sprung in die Württembergliga. Alle anderen Teams ab den D-Jugenden nehmen überwiegend in der höchsten Liga des Bezirks teil. Zudem spielen viele MTG Spieler in den Auswahlmannschaften des Bezirks Bodensee-Donau und sogar im Kreis des HVV. Besondere Events sind die Teilnahme der D und C-Jugenden am Turnier in Hamburg, sowie die Teilnahme mit allen Mannschaften und damit nahezu 200 Handballerinnen und Handballern beim Turnier in Weilstetten.



Mit dem 2014 ins Leben gerufenen Jugendkonzept will die MTG die Zukunft des Handballsports in Wangen und der Region sichern.

Veranstaltungen

Auch neben dem Wettkampfalltag ist bei der MTG Handballabteilung einiges geboten. Jährlich veranstaltet der Handballjugend Förderverein mit über 230 Mannschaften eines der größten Handballjugendturniere in Deutschland. Der Allgäu-Cup hat mittlerweile unter den jungen Handballern Kultstatus. Jedes Jahr im Mai führt die MTG ein Schulturnier durch. Beim Wangener Schulcup sind alle Wangener und auch umliegenden Schulen eingeladen, mitzumachen. Hierzu bietet die Abteilung eine Handball AG an allen Schulen an. Zudem bietet die Abteilung regelmäßig Gesundheitsvorträge für ihre Spieler und Spielerinnen an. Und auch sonst ist einiges geboten: Freundschaftsspiele gegen Profiteams, Helferfest, Aktiven Beachvolleyballturnier, Zelt bei der Freinacht, Stand beim Altstadtfest.

Werde auch Du Teil dieser Familie: Als aktiver Sportler, Übungsleiter, Schiedsrichter, Offizieller, Sponsor oder einfach als Fan in der Hölle Süd.

Wir freuen uns auf Dich!



Zahlen & Daten

500 Mitglieder
300 Kinder und Jugendliche in
20 Mannschaften
70 Aktive Spieler in 5 Mannschaften
40 Übungsleiter und Betreuer
8 Schiedsrichter

Trainingszeiten

Die Trainingszeiten entnehmen Sie bitte der Handball-Homepage
www.mtg-handball.de
oder auf Facebook
www.facebook.com/mtghandball
Besuchen Sie uns auch auf www.instagram.com/mtghandball/
Informationen zum Jugendtraining bei Evelyn Sachs
E-Mail: evelyn.sachs@web.de

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 und Trainer kümmern sich wöchentlich ein- bis dreimal um Kinder und Jugend-



liche im Alter zwischen fünf und 21 Jahren. Darüber hinaus gibt es eine Sportabzeichengruppe, einen Lauffreund und eine Seniorengruppe, die sich wöchentlich treffen. Jedes Jahr richten wir mit dem Lothar-

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



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.



Trainingszeiten

Kinder U 08

Mittwoch 5-7 J BH 14:00 - 15:00

Kinder U 12

Mittwoch 8-11 J LW 17:00 - 19:00
Freitag AH 17:00 - 18:30

Schüler/innen U 16

Mittwoch 12-15 J AH 17:00 - 19:00
Freitag AH 17:00 - 19:00

Jugend U 18 - Aktive

Montag 16-30 J AH 18:00 - 20:00
Mittwoch AS 17:00 - 19:00
Freitag AH 18:00 - 20:00

Senior/innen

Mittwoch ab 30 J AH/AS 18:00 - 20:00
AH = Argenhalle, AS = Allgäu Stadion, BH = Berger-Höhe-Halle, LW = Lothar-Weiß-Halle

Wettkampfsport

Sportkegeln



Ralf Krämer
Abteilungsleiter
sportkegeln-wangen@gmx.de
Tel.: 07522 91180

Kegeln zählt zu den ältesten Sportarten und ist als Freizeitsport sehr beliebt.

Sportkegeln unterscheidet sich maßgeblich vom Freizeitkegeln. Wo beim Freizeitkegeln der Fokus auf Spaß und Geselligkeit gestellt ist, steht beim Sportkegeln der Wettkampf gegen einen direkten Gegner im Vordergrund.



Das Sportkegeln stellt eine azyklische und technische Ausdauerdisziplin dar und vereint die Elemente Kondition, Konzentration, Bewegungstechnik und Spieltaktik in besonderer Weise. Dabei dient die Kondition als Grundlage zum Ausspielen von Konzentration, Technik und Taktik.

Das Sportkegeln können Kinder ab ca. 9 Jahren und Erwachsene in jedem Lebensalter erlernen. Das Sportkegeln kann bis ins hohe Alter betrieben werden.

Als Leistungs- und Hochleistungssport jedoch ist das Kegeln weitge-

hend unbekannt, obwohl es Bundesligen, Deutsche Meisterschaften sowie Europa- und Weltmeisterschaften für Sportkegeln gibt

Trainingszeiten	
MTG-Kegelkeller Waltersbühl	
Training	
Mittwoch	10-16 J 17:00 - 20:00
Offenes Kegeln	
Mittwoch	19:00 - 20:30
Kegeln für Gruppen	
Freitag	ab 19:00

Wettkampfsport

Trampolin



Erwin Lau
Abteilungsleiter
carmen.lau-trampolin@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. Zudem stellen wir freitags ein Trampolin für unsere Behinderten-Sportgruppe zur Verfügung.

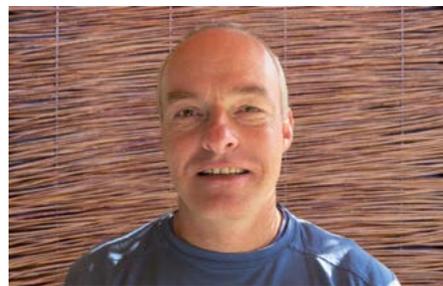
Bei Interesse könnt ihr jederzeit wegen eines Probetrainings anfragen.

Trainingszeiten	
Ebnehalle	
Anfänger und Fortgeschrittene	
Donnerstag	17:00 - 19:00
Freitag	15:00 - 17:00
Behinderte	
Freitag	15:00 - 17:00



Wettkampfsport

Turnschule



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

Die Turnangebote der Turnschule beinhalten

- Gerätturnen für Mädchen und Jungs
- Gerätturnen als Wettkampf- und Freizeitsport
- Turnen am Gerät als Grundlagentraining
- das gemeinsame Turnen von Eltern mit ihren Kindern

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

Wettkampfturnen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene – „Wir sind Bundesliga!“

Aushängeschild ist die 1. Männermannschaft, welche als Turngemeinschaft MTG Wangen/TV Eisenharz in der 3. Bundesliga turnt. Auch die Junioren turnen bereits bei den Männern in der Landes- bzw. in der Bezirksliga. Im Nachwuchsbereich stehen die MTG Mannschaften und Turner mit an der Spitze in Oberschwaben. Auch im weiblichen Bereich wird erfolgreich geturnt. Bei den Frauen turnt eine junge MTG Mannschaft in der Gauliga. Bei den Nachwuchsturnerinnen stellt die Turnschule in jeder Altersklasse eine Mannschaft. Das Wettkampfturnen ist ab sechs Jahre möglich.



Freizeitturnen, Grundlagentraining, gemeinsames Turnen

Neben dem Wettkampftraining bietet die Turnschule Turnangebote im Freizeitsport für Kinder und Jugendliche an. Kinder im Alter ab 4 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

Ebnethalle		
Anfänger		
Montag	ab 4 J	17:00 - 18:30
Donnerstag		17:00 - 18:30
Fortgeschrittene		
Montag	ab 12 J	18:30 - 20:30
Donnerstag		18:30 - 20:30
Aktive		
Montag		20:30 - 22:00

Wettkampfsport

Volleyball



Elisabeth Bader
Abteilungsleiterin
mtgvolleyball1965@gmail.com
Tel.: 0176 5689 5841

Volleyball ist die schönste Mannschaftssportart - das behaupten zumindest alle Volleyballerinnen und Volleyballer der MTG Wangen. Im

September 2020 können wir mit Stolz das 55jährige Bestehen unserer Abteilung verkünden.

Am Mittwoch- und Freitagabend gehört die Ebnethalle den Volleyballerinnen und Volleyballern: **Kommt einfach zum Schnuppern vorbei, wir suchen immer neue Spielerinnen und Spieler!**

Volleyball-Training bieten wir für Mädchen und Jungs ab ca. 9 Jahren an. Eine weibliche Jugendmannschaft (U20) nimmt am Rundenbetrieb teil. Die Spielrunden der Midi-Mannschaften männlich und weiblich (4er-Teams) beginnen Anfang 2021. Die Damenmannschaft spielt in der A-Klasse, Trainer ist Karl Brilisauer.



Die Herrenmannschaft stellt, aus Spielermangel, in der kommenden Saison leider keine Mannschaft, der Trainingsbetrieb findet jedoch statt.

Zwei Hobby-Mixed-Gruppen runden das Volleyballprogramm ab.



Trainingszeiten

Ebnethalle		
Anfänger weibl.		
Mittwoch	ab 9 J	17:00 - 18:30
Anfänger männl.		
Freitag	ab 9 J	17:00 - 18:30
U17 / U20 weibl.		
Mittwoch		17:00 - 18:30
Freitag		17:00 - 18:30
Damen /Herren		
Mittwoch		18:30 - 20:30
Freitag		18:30 - 20:30
Hobby Mixed Aktiv		
Mittwoch		19:00 - 21:00
Hobby Mixed		
Freitag		20:00 - 22:00

Kooperationen

Als moderner Verein nehmen wir auch die Außenverantwortung im Sport aktiv an und bieten in Wangen in verschiedenen Bereichen Kooperationen an. Wir freuen uns auf weiterhin gute Zusammenarbeit mit unseren Kooperationspartnern.

Kooperationen mit Wangener Schulen

- Berger Höhe Schule
- Berufliches Schulzentrum
- Gemeinschaftsschule
- Heinrich-Brügger-Schule
- Johann-Andreas-Rauch-Realschule
- Martinstorschule

Kooperationen mit Wangener Kindergärten

- St. Monika



Die MTG als Kooperationspartner im Adipositaszentrum Wangen

Seit einigen Jahren ist die MTG Kooperationspartner im Adipositaszentrum Wangen und unterstützt das Abnehmprogramm „Leicht in Form“ mit vielseitigen Bewegungseinheiten. Woche für Woche finden sich die Teilnehmer dienstags und donnerstags mit zwei Sporttherapeuten der MTG zusammen und führen in der Gruppe sowohl Beweglichkeits- Koordinations-, Kraft- und Ausdauertraining durch. Der Gruppenzusammenhalt und das ganzheitliche Konzept aus Ernährungsberatung, Sporttherapie und verhaltenstherapeutische Gespräche spornen an, um den inneren Schweinehund dauerhaft zu überlisten.

Informationen erhalten Sie in der MTG Geschäftsstelle, Tel.: 07522 2412, E-Mail: theresa.hege@mtg-wangen.de oder in der OSK bei Frau Metzger, Tel.: 07522 96 1241 und bei Frau Blatter, Tel.: 07522 96 1109.



Kooperation mit der VHS Wangen



MTG - Beitrittserklärung

Ich bzw. nachstehend genanntes Familienmitglied möchte Mitglied der MTG Wangen 1849 e.V. werden. Ich erkenne die Vereinssatzung an und willige in die Verarbeitung der personenbezogenen Daten gemäß Bundesdatenschutzgesetz ein.

Herr Frau

Name, Vorname:

Geburtsdatum:

Straße:

PLZ/Wohnort:

Telefon: Mobil:

Eintrittsdatum:

E-Mail:

Beitrag: Jährlich Monatlich

IBAN:

Bank:

BIC:

Kontoinhaber:

Ich ermächtige Sie hiermit, die Beiträge vom oben genannten Konto abzubuchen.

SEPA-Basis-Lastschrift-Mandat (ab 01.12.2013)

Gläubige-ID:DE55ZZZ00000172221- Die Mandatsreferenz entnehmen Sie bitte der Aufnahmebestätigung.

Ich ermächtige die MTG Wangen 1849 e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der MTG Wangen auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

.....
Datum, Unterschrift Kontoinhaber

Abteilungen bei Beitritt im Verein

Sport für Kinder und Jugendliche:

- | | |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Cheerleading | <input type="checkbox"/> KiSS * |
| <input type="checkbox"/> Eltern und KIDS | <input type="checkbox"/> Sport-KIDS |
| <input type="checkbox"/> Eishockey-KIDS | <input type="checkbox"/> Tanz-KIDS |
| <input type="checkbox"/> FROG | <input type="checkbox"/> Turnschule * |
| <input type="checkbox"/> Handball-KIDS | |

Wettkampf- und Freizeitsport

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Badminton | <input type="checkbox"/> Indiacas |
| <input type="checkbox"/> Basketball | <input type="checkbox"/> Jedermannturnen |
| <input type="checkbox"/> Bogensport | <input type="checkbox"/> Judo * |
| <input type="checkbox"/> Eissport | <input type="checkbox"/> Ju-Jitsu |
| <input type="checkbox"/> Er- und Sie-Sport | <input type="checkbox"/> Lauffreff |
| <input type="checkbox"/> Faustball | <input type="checkbox"/> Leichtathletik |
| <input type="checkbox"/> Fechten | <input type="checkbox"/> Nordic Walking |
| <input type="checkbox"/> Fit & Fun | <input type="checkbox"/> Rhythmische Gym./ Tanz |
| <input type="checkbox"/> Freizeitsport Männer | <input type="checkbox"/> Schwimmsport * |
| <input type="checkbox"/> Freizeitsport Spiele Frauen | <input type="checkbox"/> Seniorengymnastik |
| <input type="checkbox"/> Freizeitsport Spiele Männer | <input type="checkbox"/> Sport und mehr |
| <input type="checkbox"/> Gerätturnen | <input type="checkbox"/> Sportinsel |
| <input type="checkbox"/> Handball | <input type="checkbox"/> Sportkegeln * |
| <input type="checkbox"/> Hausfrauengymnastik | <input type="checkbox"/> Trampolin * |
| <input type="checkbox"/> Hobbysport Frauen | <input type="checkbox"/> Volleyball |

Präventions- und Rehabilitationssport

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Sport für Herz- und Gefäßkrankungen * | <input type="checkbox"/> Sport für Diabetiker |
| <input type="checkbox"/> Lungensport | <input type="checkbox"/> Sport nach Krebs |

* Zusatzbeitrag (Details auf Seite 50)

Vereinszeitung Guckloch (Im Beitrag erhalten)

- Ja Nein

Ich erkläre mich mit den auf der Homepage der MTG Wangen veröffentlichten Mitgliedschaftsbedingungen sowie der Vereinssatzung einverstanden.

.....
Datum, Unterschrift (evtl. Erziehungsberechtigter)



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 - 12:00 Uhr
Montag bis Donnerstag
15:00 - 18:30 Uhr

Mitgliedsbeiträge

(ab 1. Jan. 2016)

Erwachsene (ab 19 Jahre)	80,00 €
Fördermitglieder	35,00 €
Jugendliche (15-18 Jahre)	60,00 €
Kinder (6-14 Jahre)	50,00 €
Kleinkinder (bis 5 Jahre)	30,00 €
Familienbeitrag	150,00 €
Schüler/Stud/Azubi	60,00 €
Schwerbehinderte	60,00 €
Eltern-KIDS	60,00 €

Mit Wangen-Karte ermäßigte
Beiträge.

Monatliche Zahlung

Erwachsene/monatl.	7,35 €
Jugendliche/monatl.	5,40 €
Kinder/monatl.	4,60 €
Familienbeitrag/monatl.	13,75 €

Bankverbindungen der MTG Wangen e.V.

Spendenkonto

Nach einer Spende erhalten Sie
umgehend eine Spenden-
bescheinigung.

IBAN: DE11650501100000157702
BIC: SOLADES1RVB
Kreissparkasse Ravensburg

Konto des Hauptvereines

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

Zusatzbeiträge

Fechten	25,00 € / Jahr
Judo	20,00 € / Jahr
KiSS	10,00 EUR – 25,00 € / Monat
Sport für Herz- und Gefäßerkrankungen	Ohne Verordnung: 20,00 € / Monat
Schwimmsport	21,00 EUR - 30,00 € / Halbjahr
Sportkegeln	14,00 EUR - 38,35 € / Quartal
Trampolin	20,00 € / Jahr
Turnschule	12,00 / 18,00 € pro Monat



Impressum

MTG Info
Erscheinungsweise 1 x jährlich
Auflage: 1.200 Exemplare

Herausgeber
MTG Wangen 1849 e. V.

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

Redaktionsteam
S. Braunmiller, W. Rosenwirth
Layout & grafische Gestaltung
Wolfgang Rosenwirth

Fotos
Adobe Stock, Fotolia, MTG, Privat,
Sascha Riethbaum, Wolfgang Rosenwirth,
Susi Weber

Druck
Werbehaus 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: tobias.bartsch@mtg-wangen.de
www.mtg-wangen.de

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