MTG

Männer-Turn-Gemeinde 1849 e.V.
Wangen im Allgäu

*Der Verein auf einen Blick*

# bewegt alle

**Sportjahr 2019/2020**

Die MTG Wangen wurde 1849 gegründet und zählt heute mit rund 4.000 Mitgliedern zu den größten und mordernsten 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 vereinseigenes Fitnessstudio, „Die Sportinsel“. Dort werden Ihnen neben einer eigenen Physiotherapie auch Wellness und Fitness-Angebote auf hohem Niveau geboten. Die 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:

Kreissparkasse Ravensburg

WALDNER

FARNY Allgäuer Lebensfreude

Bolz Apparatebau GmbH

EDEL Tank GmbH

Tanks und Behälter aus Edelstahl www.bolz-edel.de





## 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**
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. Gefäßerkrankungen . . . 22
Lungensport . . . . . 22
Sport für Diabetiker . . . . . 23
Sport nach Krebs . . . . . 23

**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
Lauftreff . . . . . 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

**Aktuelle Vereinsnachrichten auf:**
**www.facebook.com/mtgwangen**

| | |
|---|---|
| Ehrungsabend | 18.10.2019 |
| MTG Ball | 22.02.2020 |
| Skiausfahrt | 29.02.2020 |
| Generalversammlung | 29.06.2020 |
| Altstadtlauf | 20.06.2020 |
| Allgäu Cup | 10. - 12.07.2020 |
| Ferienfreizeit | 03.08. - 07.08.2020 |
| | 10.08. - 14.08.2020 |
| KiSS Freizeit | 07.09. - 11.09.2020 |

# Grußwort

Liebe MTG-Mitglieder,

Sportvereine leisten einen sehr wertvollen Beitrag zum positiven Lebensgefühl vieler Menschen. Das gilt auch für die MTG Wangen. Sehr gerne treten wir in den Dialog mit den Sportvereinen, wie man die Sportstätten gut gestalten kann. Zu bedenken ist die Tatsache, dass die Hallen sehr intensiv genutzt werden – von den Schülerinnen und Schülern den Tag über und von den Vereinen am späten Nachmittag und Abend. Deshalb müssen wir auch einen Ausgleich finden, wie wir die Sportstätten für ihren eigentlichen Zweck – den Schulsport – erhalten.

Schulen wie Vereine werden von der Sanierung der Ebnet-Sporthalle profitieren. Im Rahmen der Sanierung und des teilweisen Neubaus an der Johann-Andreas-Rauch-Realschule werden auch die Umkleiden und Sanitärräume erneuert. Das Land steuert zum Gesamtprojekt der Schulsanierung rund 3,5 Millionen Euro bei, worüber wir uns sehr freuen. Wenn alles nach Plan läuft, können wir 2020 starten – und in diesem Zug auch die von den Sportlern genutzten Räume modernisieren.

Vor der neuen Sportsaison 2019/20 plant auch die MTG Wangen nicht nur für den aktuellen Sportbetrieb, sondern auch für die bauliche Zukunft ihrer Sportinsel. Die Stadt Wangen sieht es sehr positiv, dass sich der größte Sportverein in Wangen und im Landkreis Ravensburg nun aufmachen will, für den eigenen Zuwachs und darüber hinaus Räume für den Sport zu bauen. Sehr wahrscheinlich steigt der Bedarf in Zukunft noch weiter an. Gerne sage ich zu, dass die Stadt den weiteren Prozess in der Planung und Umsetzung wohlwollend begleiten wird.

Die anstehende Baustelle wird mitten im Schulzentrum liegen, weswegen sich eine Reihe von Berührungspunkten mit der Stadt ergeben. Denn die Argeninsel gehört auch zum Gebiet, das im Vorfeld der Landesgartenschau 2024 entwickelt wird. So möchten wir erreichen, dass die Argen in diesem Bereich von der Insel aus zugänglich wird. Heute schon lieben vor allem junge Leute den „Ausflug“ ans Wasser. Mit einer neuen Zuwegung wird der Fluss noch besser erreichbar sein. Mit dem geplanten Abschluss beider Baustellen vor 2024 wird sich die Argeninsel im Landesgartenschaujahr sicher als ein Schmuckstück zeigen.

Dass der Verein in der Lage ist, eine solche Großbaustelle wie den Anbau überhaupt in Angriff zu nehmen, liegt auch am hohen ehrenamtlichen Engagement innerhalb der MTG Wangen. Das Engagement im Ehrenamt ist an vielen Punkten offensichtlich und Motor für Veranstaltungen unterschiedlichster Art. Eine Reihe davon hinterlassen jedes Jahr einen Abdruck im Wangener Veranstaltungskalender.

Allen voran der Altstadtlauf, der mit Kinder- und Jugendläufen, dem sportlichen Hauptlauf sowie dem Altstadtstolperer Menschen unterschiedlichster Läufernatur auf die Beine bringt. Manche sind schon Läufer, manche bekommen über dieses große Laufereignis den Anstoß zum Läufer oder zur Läuferin zu werden. Denn es ist schon eine besondere Erfahrung, in so einem großen Feld wie beim Altstadtstolperer mehrere Runden durch die Altstadt zu drehen. Nicht nur weil sich dann viele hundert Menschen laufend durch die Straßen bewegen, sondern auch weil an der Strecke viele Zuschauer stehen und die Sportler anfeuern. Und nicht zu vergessen der Hock am Ende, bei dem sich Läufer, Publikum und Helfer gemütlich zusammenfinden.

Darüber hinaus ist die MTG Wangen Partner bei vielen städtischen Angeboten und Aktionen. So sind viele Gesundheitskurse für die Mitarbeiter der Stadtverwaltung möglich. Und das Kinderferienprogramm zu Beginn der Sommerferien wird schon über viele Jahre gemeinsam organisiert.

Dem Verein und seinen Abteilungen wünsche ich eine erfolgreiche Saison 2019/2020!

Ihr
Michael Lang
Oberbürgermeister



# Das ist uns wichtig

## 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

## Der Vorstand

**Christoph Bührer**
Vorstandsvorsitzender

**Marc Hansmann**
Marketing

**Uwe Schenkemeyer**
Sportinsel

**Michael Pfister**
Finanzen

**Markus Hahnel**
Kinder-, Jugend- und Freizeitsport

MTG
Männer-Turn-Gemeinde 1849 e.V.
Wangen im Allgäu

## Ansprechpartner

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

**Andreas Schröder-Quist**
Geschäftsführer

**Claudia Frühauf**
Verwaltung MTG Hauptverein

**Ulla Fischer**
Verwaltung Sportinsel

**Sabine Braunmiller**
Leitung Geschäftsstelle Turngau
Mitarbeiterin der MTG Verwaltung

**Miriam Maigler**
Co-Leitung Sportinsel
Kindersportschule

**Sylvia Rohrbacher**
Co-Leitung Sportinsel
Kindersportschule

**Nils Stahl**
Trainingsfläche, Sponsoring
und Marketing

**Levin Leonhardt**
Hauptverein-Abteilungen
und Hauptvereinsangebote

**Kai Herrmann**
Gesundheitssport
und Finanzbuchhaltung

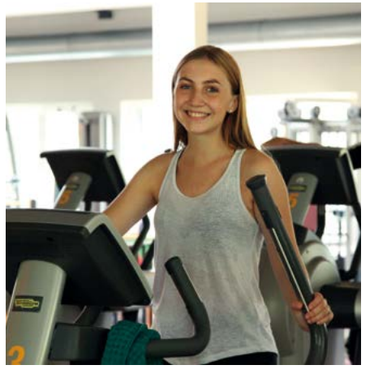
**Jessica Stickel**
BA-Studentin

**Toni Dietz**
BA-Studentin

**Marius Möbius**
Bundesfreiwilligendienst

## Fitness-Studio
## Fitness- und Cardiotraining

Unser Fitness- und Cardiobereich, 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 Fasziensysteme 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 bei uns von Oktober bis Ende April gültig. Von Mai bis Ende September tritt der Sommerkursplan in Kraft. Neu im Winterplan 2019/20 - Kaha. Kommt vorbei und probiert es aus!
Für alle Power Pump-, Intervall- und Indoor Cycling-Kurse ist eine Anmeldung über das Internet nötig. Die Anmeldung wird immer sonntags ab 19:00 Uhr für die aktuelle Woche unter www.mygympoint.com freigeschaltet. Alle anderen Kurse können ohne Voranmeldung besucht werden.

MTG Sportinsel

## Wellness & Sauna

Entspannung und Erholung sollen in unserer 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 Leseecke.
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** (Mai-Sept.): | 13:00 - 18:00 Uhr |
| **Samstag** (Okt.-Apr.): | 10:00 - 18:00 Uhr |
| **Sonntag** (Mai-Sept.): | 9:00 - 14:00 Uhr |
| **Sonntag** (Okt.-Apr.): | 9:00 - 20:00 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

Neben diesen physiotherapeutischen Leistungen bieten wir auch Wellnessangebote in der 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,- Euro

**Sportmassage**
ca. 30 min - 24,- Euro

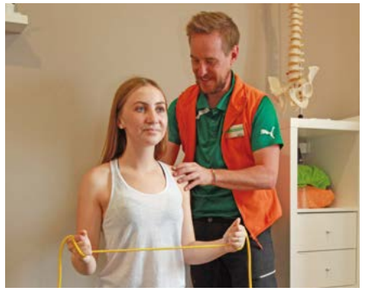
**Aloe-Vera-Massage**
ca. 30 min - 28,- Euro

**Cleopatra-Massage**
ca. 30 min - 28,- Euro

**Relaxbehandlung**
ca. 60 min (ca. 40 min Behandlung + 20 min Fango) - 42,- Euro

**Kurzurlaub**
ca. 30 min Behandlung
+ Saunatageskarte 32,- Euro

**Zulassung für alle Krankenkassen**



**Terminvereinbarung**
**Tel.: 07522-2412**

## Ernährungsberatung

**Veronika Negro-Dillmann**
Physiotherapeutin und Ernährungsberaterin
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:**
40,- oder 60,- Euro (Mitglieder)
50,- oder 70,- Euro (Externe)

**FIT & LEICHT**
**Gruppenseminar (6 Termine):**
90,- Euro (Mitglieder)
100,- Euro (Externe)

## Betriebliche Gesundheitsförderung

**Sylvia Rohrbacher**
sylvia.rohrbacher@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-2412

Nicht jeder hat den Vorteil in einem Beruf zu arbeiten in dem der Körper täglich ausreichend Bewegung bekommt. Vor allem unser Rücken leidet oft durch zu viel sitzen am Schreibtisch oder einseitigen Tätigkeiten denen er nicht gewachsen ist. Es ist unser Anliegen Ihnen und Ihren Mitarbeitern den nötigen Ausgleich sowohl körperlich als auch geistig zu bieten.
Wir stellen für Sie ein geeignetes Programm nach Ihren Wünschen und Vorstellungen zusammen.

**Unser Angebot umfasst:**

- 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 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.

## Qualitätssicherung

Für Ihr Training steht Ihnen in der Sportinsel ein in vielen Fachrichtungen sehr gut ausgebildetes Trainerteam zur Seite. 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, wie auch 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.

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 für neueste Trends offen, die integriert werden können.

Deutscher Olympischer Sportbund
Fitness- und Gesundheitsstudio
SPORT PRO FITNESS
im Sportverein
Geprüft & empfohlen
Deutscher Turner-Bund
Bundesverband Deutscher Gewichtheber

Pluspunkt Gesundheit
Deutscher Turner-Bund

SPORT INSEL
PHYSIO INSEL

## Bistro

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

Für einen gemütlichen und geselligen Abschluss ist in unserer 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 Sportinsel-Besucher steht unser Bistrobereich 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 im rauchfreien Medienraum angesehen und gefeiert werden (Free TV).

## 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.

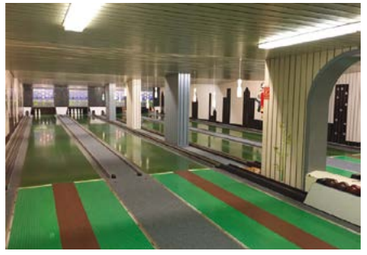
MTG Mitglieder und Externe können den Medienraum für Seminare, Veranstaltungen oder Feiern mieten. Je nach Veranstaltung und Bestuhlung finden 25 bis 30 Personen Platz. Der Raum kann Montag bis Donnerstag ab 17:30 Uhr, Freitag ab 14:00 Uhr und an den Wochenenden zu unseren Öffnungszeiten angemietet werden. 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 120 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-Kegelkeller**



Sie sind auf der Suche nach der perfekten Location für einen Kindergeburtstag, ein Firmenevent oder einfach einen lustigen Abend mit deinen Freunden? Dann ist der MTG-Kegelkeller für Sie genau das Richtige. Für jedes Event haben wir Ihnen das perfekte Angebot zu bieten.

Auf unseren Kegelbahnen können Sie vom Hobbykegeln über Schülerfeiern bis hin zur Firmenmeisterschaft ein paar schöne Stunden mit sportlicher Betätigung verbringen.

Weitere Informationen zu unseren Angeboten und zur Bahnvermietung bekommen Sie auf unserer Homepage und auf der MTG-Geschäftsstelle Tel. 2412 oder direkt von unserem Wirt, Elmar Zitterbart, unter 0176-27948602.

**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 sportartunspezifisches 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 Ebnethalle. 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, 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.



Kindersport

# MTG Sport KIDS

Unterstützt die MTG-Sport KIDS

| Montag | Dienstag | Mittwoch - Sport KIDS Tag | | | | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 15:30 - 16:30 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Eltern und KIDS<br>2 - 4 Jahre | | | | | | | 9:30 - 10:30 Uhr<br>GS Deuchelried<br>Eltern und KIDS<br>2 - 4 Jahre |
| | 17:00 - 18:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Handball KIDS<br>Jg. 2011 | 15:30 - 16:15 Uhr<br>Ebnethalle<br>Eltern und KIDS<br>Stufe 1<br>2 - 4 Jahre | 15:30 - 16:15 Uhr<br>Ebnethalle<br>Sport KIDS<br>Stufe 2<br>4 - 6 Jahre | 15:30 - 16:15 Uhr<br>Ebnethalle<br>Sport KIDS<br>Stufe 3<br>6 - 8 Jahre | 14:30 - 16:00 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Leichtathletik<br>KIDS<br>5 - 8 Jahre | | |
| 17:00 - 18:30 Uhr<br>Ebnethalle<br>Turn KIDS<br>Turnschule<br>mit Zusatzbeitrag<br>ab 4 Jahren | 17:00 - 18:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Handball KIDS<br>Jg. 2012 | 16:15 - 17:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Eltern und KIDS<br>Stufe 1<br>2 - 4 Jahre | 16:15 - 17:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Sport KIDS<br>Stufe 2<br>4 - 6 Jahre | 16:15 - 17:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Sport KIDS<br>Stufe 3<br>6 - 8 Jahre | | 17:00 - 18:30 Uhr<br>Ebnethalle<br>Turn KIDS<br>Turnschule<br>mit Zusatzbeitrag<br>ab 4 Jahren | |
| | 17:00 - 18:00 Uhr<br>Ebnethalle<br>Handball KIDS<br>Jgg. 2013/2014 | | | | | | |

## KiSS - Die Kindersportschule

**Miriam Maigler**
Leitung Kindersportschule
miriam.maigler@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.

### 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<br>14:30 - 15:15 Uhr<br>Sportinsel<br>4 - 6 Jahre<br>Miriam | CLASSIC<br>15:30 - 16:30 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Idefix,<br>4 - 5 Jahre<br>Miriam | | CLASSIC<br>15:00 - 16:00 Uhr<br>Waldorfhalle<br>Idefix,<br>4 - 5 Jahre<br>Miriam | |
| CLASSIC<br>15:00 - 16:00 Uhr<br>GS Deuchelried<br>Idefix,<br>4 - 5 Jahre<br>Levin | CLASSIC<br>17:00 - 18:00 Uhr<br>Lothar-Weiß-Halle<br>Obelix/Miraculix,<br>8 - 11 Jahre<br>Levin | | CLASSIC<br>15:00 - 16:00 Uhr<br>Waldorfhalle<br>Asterix,<br>6 - 7 Jahre<br>Levin | |
| CLASSIC<br>16:30 - 17:30 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Idefix,<br>4 - 5 Jahre<br>Levin | CLASSIC<br>17:00 - 18:00 Uhr<br>Lothar-Weiß-Halle<br>Asterix,<br>6 - 7 Jahre<br>Miriam | | CLASSIC<br>16:30 - 17:30 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Obelix/Miraculix<br>8 - 11 Jahre<br>Levin | |
| CLASSIC<br>17:30 - 18:30 Uhr<br>Berger-Höhe-Halle<br>Asterix,<br>6 - 7 Jahre<br>Levin | SCHWIMMEN<br>17:15 - 18:00 Uhr<br>Fachklinik Wangen<br>ab 6 Jahren | | WUNDERTÜTE<br>16:30 - 17:15 Uhr<br>Kindergarten<br>St. Monika<br>4 - 6 Jahre<br>Claudia | |





### 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 FERIENFREIZEIT

- 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**
Abteilungsleiter
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.

### Trainingszeiten

**Lothar-Weiß-Halle**
Dienstag 9 - 15 J 18:30 - 20:00





## Ferienprogramm

**Ganztagesbetreuung in den Ferien**

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

**Wann:**
Von 9:00 - 17:00 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 Betreuerteam erfahren die Kinder ein reichhaltiges Programm, bestehend aus Spiel, Sport, Baden, Basteln, Besichtigungen, Ausflügen und vielem mehr.

**Anmeldung ab 21.04.2020**

**Wann:**
1. Woche:
03.08.2020 – 07.08.2020
2. Woche:
10.08.2020 – 14.08.2020
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:**
07.09.2020 – 11.09.2020,
jeweils von 8:00 bis 16:00 Uhr
Kosten:
KiSS-Mitglieder: 85 €
MTG-Mitglieder: 95 €
Externe Kinder: 100 €

## 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.

REHA INSEL

**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.

wbrs
Württembergischer Behinderten- und Rehabilitationssportverband e.V.

**Petra Kloos**
Ansprechpartnerin
petra.kloos@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-2412

### Sprechzeiten zum Rehabilitationssport

**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
- Haltungsfehler 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

**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

**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 Teilnahmempfehlung 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.

### Trainingszeiten

**Argenhalle**
Mittwoch 19:00 - 20:30

**Berger-Höhe Halle**
Donnerstag 19:00 - 20:30

## 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 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

**Sportinsel**
Mittwoch 15:30 - 16:45

## Sport nach Krebs

**Sigrid Müller**
Abteilunsleiterin
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

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





## 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.

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

## Freizeitsport Männer

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

Unsere Abteilung „Freizeitsport Männer“ (besser bekannt unter „HKD“- Harter Kern Deuchelried) gibt es nun seit über 40 Jahren, bestehend 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 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 Gymnastik zur Förderung der Beweglichkeit und Fitness. Zum Abschluss wird in zwei oder drei Gruppen gespielt, wobei Indiaca 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 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 Funktionsgymnastik unter der fachkundigen Anleitung unseres Übungsleiters.

Hauptthemen sind dann natürlich Volleyball, Badminton, Basketball, Fußball, Hockey und Indiaca, 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.

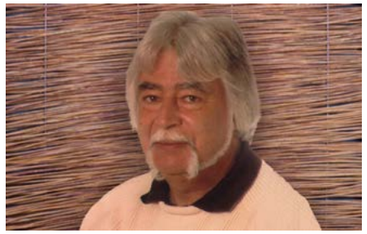
Sehr wichtig ist uns auch das Miteinander über die Sportabende hinaus, das wir bei Wanderungen, Besichtigungen und anderen geselligen Veranstaltungen pflegen.

**Trainingszeiten**
**Argenhalle**
Montag 20:30 - 22:00





## 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

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

## Hobbysport Frauen

**Brunhilde Brandstätter**
Abteilungsleiterin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-21986

Wir sind eine Gruppe Frauen zwischen 50 und 65 Jahre, welche in der Berger-Höhe-Turnhalle jeden Mittwoch Uhr trainiert.

Die Stunde beginnt mit Aufwärmen verschiedener Art z.B. Tanz, Laufzirkel, Ball, Stab, Reifen, Tücher etc. sowie ohne Kleingeräte.

Nach einem kleinen Spiel geht es mit der Funktionsgymnastik und Dehnen, ohne oder mit Kleingeräten (TOGU Brasil, Theraband, Redondoball etc.), weiter.

Das Jahr über gibt es noch verschiedene Aktivitäten z.B. einen gemeinsamen Ausflug, ein Wellness-Wochenende und ein Sommer-Abschlussfest sowie Radfahren in den Ferien und als Abschluss des

Jahres 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, Fahrradrallye, Besichtigungen u.v.m. – wir sind immer dabei.

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





## 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 anderen 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 vorbeischauen.

Ju-Jutsu: „Mit Sicherheit Lebensgefühl“.

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

## Lauftreff

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

Lauftreffleiter 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

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

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





## Roll- und Eissport

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

Die Sportanlage “Stefanshöhe“ ist ein toller Ort, um ganz unterschiedlichen Freizeitsport für Jung und Alt im Winter und im Sommer zu betreiben 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 Laufschule
- Inline-Hockey
- Stockschießen

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

**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**
**Ebnethalle**
***Frauen***
Montag ab 25 J 19:30 - 20:30

## 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 drei 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.

**Weitere Infos auf der Homepage.**

**NEU:**
**Schwimmen für Seniorinnen und Senioren**
**(ehemals Sport für Behinderte)**

### Trainingszeiten

| | | |
|---|---|---|
| Montag | Aquaball | 17:00 Uhr |
| Montag | Erwachsene | 20:15 Uhr |
| Dienstag | KiSS | 17:00 Uhr |
| Donnerstag | Kind./Jgd. | 17:30 Uhr |
| Freitag | Kraulkurs/Erw. | 20:15 Uhr |

**Senioren**

| | |
|---|---|
| Donnerstag | |
| Herren * | 15:15 - 15:45 Uhr |
| | 16:00 - 16:45 Uhr |
| Damen | 16:45 - 17:30 Uhr |

* Gymnastik im Therapierraum

## Seniorengymnastik

**Carlotta Koss**
Ansprechpartnerin
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-2412

Die Abteilung Seniorengymnastik besteht aus einer Gruppe mit fidelen, rüstigen Damen und Herren, die regelmäßig jeden Montag trainieren.

Die Stunden beginnen stets mit einer spielerisch gestalteten Erwärmung, gefolgt von einem Kräftigungs- und Koordinationsteil, abgerundet mit Dehnungen oder einer kleinen Entspannung. Dabei wird mit diversen Kleingeräten gezielt den im Alter entstehenden Defiziten entgegengewirkt. Die Übungsleiterin Carlotta Koss gestaltet die Stunden so, damit es den Teilnehmern sehr viel Spaß macht.

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

**Sportinsel**

| | |
|---|---|
| Montag | 15:30 - 16:30 |





## 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 immer dienstags 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 / Abteilungen / Freizeitsport / Sportabzeichen

**Einfach vorbeikommen und reinschnuppern.**

### Trainingszeiten

**Allgäu Stadion**

| | |
|---|---|
| Dienstag | 18:30 - 20:00 |

## Sport und mehr

**Reinhold Meindl**
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-909224

**Wintertraining**

Zwei Stunden funktionales förderndes Ganzkörpertraining mit eigenem Körpergewicht und Musik. Im Anschluss Spiel und Einkehrschwung in geselliger Runde.

**Sommertraining**

Joggen / Radfahren: eine Stunde Bewegung in der Gruppe mit anschließender Gymnastik / Dehnen.

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

### Trainingszeiten

**Lothar-Weiß-Halle**

| | | |
|---|---|---|
| Freitag | 35-60 J | 20:00 - 22:00 |

## 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 |





## 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, U16m, U18m, U18w/Damen und Herren angeboten. Scheinbare Lücken im Angebot sollten Interessierte nicht abschrecken beim Training reinzuschnuppern um die passende Trainingsgruppe zu finden.

Neben den Herren werden in der Saison 2019/20 sowohl die Mädchen als auch die Jungs der U16 am Ligaspielbetrieb teilnehmen. Für die meisten Jungs des U16-Teams geht es in ihre erste Saison im aktiven Wettkampfsport. Während es bei ihnen an erster Stelle darum gehen wird erste Erfahrungen im offiziellen Spielbetrieb zu sammeln, rechnen die Damen, in ihrer nun dritten Saison, auch schon mit dem ein oder anderen sportlichen Erfolg und die Herren peilen den direkten Wiederaufstieg in die Bezirksliga an. Bei allen drei Teams steht der Spaß am Sport im Mittelpunkt und sie freuen ch über zahlreiche Rückendeckung bei ihren Heimspielen in der Praßberghalle.

### Trainingszeiten

| | | | |
|---|---|---|---|
| ***U14 mixed*** | | | |
| Montag | 10-14 J | EH | 18:00 - 19:30 |
| ***U14/U16 m*** | | | |
| Mittwoch | 12-16 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 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 Vorraussetzung 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 TSZ 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 Spieltagen 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 Altstadthockete.

### Trainingszeiten

***Sommer***

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

***Winter***

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

AS = Allgäustadion, LI = Dreifachturnhalle, Lindenberg

## 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 Beinkoordination 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





## 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 Handball-Abteilung 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 Handball-Abteilung 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 Handball-Abteilung setzt in ihrer Philosophie fast ausschließlich auf den eigenen Nachwuchs.

## Aktive

Unter der neuen sportlichen Führung um Trainer Gabriel Senciuc, Co-Trainer Sebastian Staudacher, der praktisch auf dem Parkett der Argensporthalle groß geworden ist und Teammanager Arno Uttenweiler wurden auch vergangene Saison wieder mehrere A-Jugendliche bei den Herren 1 integriert. Mit einem beachtlichen 5. Platz wurden alle Erwartungen an das Team und die Leitung übertroffen. Die junge Mannschaft um Kapitän und Ausnahmespieler Aaron Mayer konnte sich mental, körperlich und spieltaktisch weiterentwickeln und es entstanden neue Hierarchien. Die MTG ist mit ihrem Flaggschiff Herren 1 wieder bestens aufgestellt und für die Zukunft gerüstet.

Auch die Herren 1b schafften vergangene Saison das Ziel den Aufstieg in die Bezirksliga. Im Pokal zog man sogar in das Final Four ein. In der kommenden Saison will man auch in der Bezirksliga eine gute Rolle spielen.

Bei den Herren 1c steht traditionell die Freude am Sport im Vordergrund ohne hierbei die handballerische Klasse zu vernachlässigen. Vergangene Saison konnte man den Titel in der Kreisklasse verteidigen.

Bei den Damen 1 steigt ein neuer Trainer in den Ring: Mit Zsolt Balogh konnte die MTG einen jungen, aber doch schon erfahrenen Handballtrainer von Isny nach Wangen lotsen.

Nach Platz 3 in der Bezirksklasse, gehen die Damen 1b in diese Saison als einer der Favoriten in die Bezirksklasse.





## Jugendarbeit

Wohl noch nie gab es in Wangen Zeiten, in denen so viele Kinder mit dem Handball begonnen haben. Die Hallen platzen im wahrsten Sinne des Wortes aus allen Nähten. 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 (HVW) schafften es dieses Jahr alle männlichen Jugendmannschaften (männliche A-Jugend/Württemberg Oberliga, männliche B-Jugend/Württembergliga, männliche C-Jugend/Württemberg-Oberliga).

Die weiblichen Jugendmannschaften stehen momentan leider etwas hinten. Eine A-Jugend konnte aufgrund Spielerinnenmangels nicht gemeldet werden. Allerdings schaffte die weibliche B-Jugend noch den 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 HVW. 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 und jährlich 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 230 Mannschaften eines der größten Handball-Jugendturniere in Deutschland. Der Allgäu-Cup hat mittlerweile unter den jungen Handballern Kultstatus und steht bei vielen Vereinen traditionell auf dem Turnierplan. Jedes Jahr im Mai führt die MTG ein Schulturnier durch. Hierzu bietet die Abteilung im Vorfeld eine Handball AG an allen Schulen an. Zudem bietet die Handballabteilung regelmäßig Gesundheitsvorträge für ihre Spieler und Spielerinnen an. Und auch sonst ist einiges geboten: Freundschaftsspiele gegen Profiteams (2019 Frisch-Auf Göppingen), Helferfest, Aktiven-Beachvolleyballtunier, Zelt bei der Freinacht, Stand beim Altstadtfest…

Werde auch Du Teil dieser Handball-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
280 Kinder und Jugendliche in
17 Mannschaften
70 Aktive Spieler in 4 Mannschaften
35 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**
Informationen zum Jugendtraining bei Evelyn Sachs
E-Mail: evelyn.sachs@web.de

## Leichtathletik

**Tobias Schneller**
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.de
Tel.: 07522-771046

### Wettkampf

Die Leichtathletik-Abteilung ist mit ca. 300 Mitgliedern die zweitgrößte Wettkampfabteilung in der MTG. Sechs Trainer kümmern sich wöchentlich zwei- bis dreimal um Kinder und Jugendliche im Alter zwischen acht und 21 Jahren. Darüber hinaus gibt es eine Sportabzeichengruppe, einen Lauftreff 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 2000 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 tausende von Läufern über die Herrenstraße bewegen, ist Gänsehaut garantiert. Gemeinsam im Team Spaß an der Bewegung zu haben, steht hier im Vordergrund.

### Trainingszeiten

***Schüler/innen C/D***

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

***Schüler/innen A/B***

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

***Jugend/Aktive***

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

***Talentfördergruppe***

| | | | |
|---|---|---|---|
| Montag | 12-15 J | AS | n.V. |

***Senior/innen***

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mittwoch | ab 30 J | AH/AS | 18:00 - 20:00 |

AH = Argenhalle, AS = Allgäu Stadion, .....
LW = Lothar-Weiß-Halle

## 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 Focus 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 vereinigt 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 weitgehend 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 |

Miete des MTG-Kegelkellers bei Elmar Zitterbart 0176-27948602.





## Trampolin

**Erwin Lau**
Abteilungsleiter
info@mtg-wangen.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

**Ebnethalle**

***Anfänger und Fortgeschrittene***

| | |
|---|---|
| Donnerstag | 17:00 - 19:00 |
| Freitag | 15:00 - 17:00 |

***Behinderte***

| | |
|---|---|
| Freitag | 15:00 - 17:00 |

## 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 |





## Volleyball

**Elisabeth Bader**
Abteilungsleiterin
elisabeth.bader88@gmail.com
Tel.: 07522-2412

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

Am Mittwoch- und Freitagabend gehört die Ebnethalle den Volleyballerinnen und Volleyballern:

**Kommt einfach zum Schnuppern vorbei!**

Volleyball-Training bieten wir für Mädchen und Jungs ab ca. 9 Jahren an. Eine weibliche Jugendmannschaft (U18) nimmt am Rundenbetrieb teil. Die Spielrunde der Midi-Mannschaften beginnt Anfang 2020.

Die Damenmannschaft spielt in der A-Klasse, Trainer ist Karl Brilisauer. Die Herrenmannschaft spielt in der A-Klasse mit Trainer Markus Wahl.

Zwei Hobby-Mixed-Gruppen runden das Volleyballprogramm ab.

### Trainingszeiten

**Ebnethalle**

| | | |
|---|---|---|
| ***Anfänger männl./weibl.*** | | |
| Freitag | ab 9 J | 17:00 - 18:30 |
| ***U18 weibl.*** | | |
| Mittwoch | ab 14 J | 17:00 - 18:30 |
| Freitag | | 17:00 - 18:30 |
| ***Damen /Herren*** | | |
| Mittwoch | | 18:30 - 20:30 |
| Freitag | | 18:30 - 21:00 |
| ***Aktiv Mixed*** | | |
| Freitag | | 20:00 - 22:00 |
| ***Hobby Mixed*** | | |
| Mittwoch | | 19:00 - 21:00 |

# 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**

Vor vier Jahren gab es die erste Adipositasgruppe der Oberschwabenklinik Wangen. Seither bewegen sich die Teilnehmer Woche für Woche an jeweils zwei Terminen mit zwei Sporttherapeuten der MTG mit großem Erfolg. Der Gruppenzusammenhalt und das ganzheitliche Konzept aus Ernährungsberatung, Sporttherapie und Verhaltenstherapie spornen an, um den inneren Schweinehund dauerhaft zu überlisten. Die Trainingstage sind immer Dienstag und Donnerstagabend. Informationen erhalten Sie in der MTG Geschäftsstelle, Tel.: 07522-2412, E-Mail: ulrike.mueller@mtg-wangen.de oder bei Frau Metzger von der OSK, Tel.: 07522-961241

OSK OBERSCHWABENKLINIK

**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:**

- ☐ Cheerleading
- ☐ Eltern und KIDS
- ☐ Eishockey-KIDS
- ☐ FROG
- ☐ Handball-KIDS
- ☐ KiSS *
- ☐ Sport-KIDS
- ☐ Tanz-KIDS
- ☐ Turnschule *

**Wettkampf- und Freizeitsport**

- ☐ Badminton
- ☐ Basketball
- ☐ Bogensport
- ☐ Eissport
- ☐ Er- und Sie-Sport
- ☐ Faustball
- ☐ Fechten
- ☐ Fit & Fun
- ☐ Freizeitsport Männer
- ☐ Freizeitsport Spiele Frauen
- ☐ Freizeitsport Spiele Männer
- ☐ Gerätturnen
- ☐ Handball
- ☐ Hausfrauengymnastik
- ☐ Hobbysport Frauen
- ☐ Indiaca
- ☐ Jedermannturnen
- ☐ Judo *
- ☐ Ju-Jutsu
- ☐ Lauftreff
- ☐ Leichtathletik
- ☐ Nordic Walking
- ☐ Rhythmische Gym./ Tanz
- ☐ Schwimmsport *
- ☐ Seniorengymnastik
- ☐ Sport und mehr
- ☐ Sportinsel
- ☐ Sportkegeln *
- ☐ Trampolin *
- ☐ Volleyball

**Präventions- und Rehabilitationssport**

- ☐ Sport für Herz- und Gefäßerkrankungen *
- ☐ Lungensport
- ☐ Sport für Diabetiker
- ☐ 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)

## 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 Spendenbescheinigung.

IBAN: DE11650501100000157702
BIC: SOLADES1RVB
Kreissparkasse Ravensburg

**Konto des Hauptvereines**

IBAN: DE20650501100000202451
BIC: SOLADES1RVB
Kreissparkasse Ravensburg

## Turngau Oberschwaben

**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** | **20,00 € / Jahr** |
| **Judo** | **20,00 € / Jahr** |
| **KiSS** | **10,00 € – 25,00 € / Monat** |
| **Sport für Herz- und Gefäßerkrankungen** | **Ohne Verordnung: 20,00 € / Monat** |
| **Schwimmsport** | **21,00 € - 30,00 € / Halbjahr** |
| **Sportkegeln** | **14,00 € - 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**
Fotolia, Katrin Greiner, MTG, Privat, Sascha Riethbaum, Wolfgang Rosenwirth, Susi Weber, Jürgen Wunderle

**Druck**
Werbehaus Wangen

# PHYSIO INSEL

**Aktuelle Wellnessangebote finden Sie auf der Homepage**

MTG
Männer-Turn-Gemeinde 1849 e.V.
Wangen im Allgäu

**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.