



# 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 18 Jahren besitzt die MTG Wangen zudem ein vereinseigenes Fitnessstudio, die MTG 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

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

<b>MTG Sportinsel</b> .....	<b>8</b>
Physioinsel .....	10
Ernährungsberatung.....	10
Betriebliche Gesundheitsförderung .....	11
Bistro .....	12
Vermietungen .....	13

<b>Kindersport</b> .....	<b>14</b>
Sport KIDS .....	14
Ferienbetreuung, -freizeiten .....	15
KISS .....	16
Cheerleading .....	19
FROG .....	19

<b>Gesundheitssport</b> .....	<b>20</b>
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](http://www.facebook.com/mtgwangen)



<b>Freizeitsport</b> .....	<b>24</b>
Er & Sie .....	25
Faustball .....	25
Fit & Fun .....	26
Freizeitsport Männer .....	26
Freizeitsport Spiele Frauen .....	27
Freizeitsport Spiele Männer .....	27
Gerätturnen .....	28
Hausfrauengymnastik .....	28
Hobbysport Frauen .....	29
Indiaca .....	29
Jedermannturnen .....	30
Ju-Jutsu .....	30
Lauffreff .....	31
Präventionskurs .....	31
Rhythmische Gymnastik und Tanz .....	32
Roll- und Eissport .....	32
Schwimmsport .....	33
Seniorengymnastik .....	33
Sportabzeichen .....	34
Sport und mehr .....	34



<b>Wettkampfsport</b> .....	<b>35</b>
Badminton .....	36
Basketball .....	36
Bogensport .....	37
Fechten .....	38
Judo .....	39
Handball .....	40
Leichtathletik .....	42
Sportkegeln .....	44
Trampolin .....	45
Turnschule .....	46
Volleyball .....	47



Ehrungsabend	28.10.2022
MTG Ball	18.02.2023
Generalversammlung	Juni 2023
Altstadtlauf	17.06.2023
Allgäu Cup	07. - 09.07.2023
Ferienfreizeit	31.07. - 04.08.2023
	07.08. - 11.08.2023
KISS Freizeit	04.09. - 08.09.2023



Foto: Susanne Müller

## Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

Sportvereine wie die MTG Wangen leisten einen wertvollen Beitrag zum positiven Lebensgefühl vieler Menschen. Wer sich sportlich bewegt, tut viel für sein Wohlbefinden, denn Sport unterstützt die Gesundheit und trägt zur Lebensfreude in jedem Alter bei. Wer gerne Sport treibt, findet in Abteilungen und Gruppen, aber auch auf der Sportfläche in der MTG Sportinsel ein breites Angebot.

Das gilt auch für die Kinder und Jugendlichen. Das beginnt bei der Kin-

derbetreuung, während die Eltern in den Sportkursen der MTG Sportinsel trainieren, und es geht weiter bei den vielen sportlichen Angeboten für die Jüngsten und Jugendlichen. Gern denke ich in diesem Zusammenhang auch an die Kinderferienfreizeit, bei der Kinder aus der gesamten Stadt eine schöne Zeit zu Beginn der Sommerferien verbringen oder an die KiSS Ferien-Freizeit gegen Ende der Sommerferien, wenn die Kinder sich bei Spiel und Sport austoben können. Solche Begegnungen außerhalb der Schule dienen nicht nur dem sportlichen Training, sondern auch der Persönlichkeitsbildung.

Derzeit erlebt die MTG Wangen viele Baustellen rund um ihre Vereinszentrale auf der Argeninsel. Zu sehen ist aber auch, dass mit den Vorbereitungen zur Landesgartenschau 2024 auch der Sportverein in der unmittelbaren Nachbarschaft Vorteile von den Veränderungen haben wird. Die Argen wird viel einfacher erreichbar als bisher. Zu erleben war das jetzt schon, als der Handball-Jugend Förderverein den Allgäu-Cup ausrichtete. In nächster Zukunft wird auch der übrige Sportpark am Gehrenberg so umgestaltet, dass sich draußen noch viel mehr Spiel- und Sportmöglichkeiten ergeben werden als zuvor.

Die MTG ist gerade auch wegen ihres großen Sportangebots einer der

stärksten Nutzer unserer städtischen Sporthallen. Zuletzt wurde die Sanierung des Sanitärtrakts der Turnhalle im Ebnet-Schulzentrum 2021 fertiggestellt. In Sichtweite von der Argeninsel baut der Landkreis Ravensburg eine neue Landkreissporthalle, die außerhalb der Schulzeit von Wangener Vereinen genutzt werden kann. Sie wird das gesamte Umfeld auch optisch prägen und aufwerten.

Während diese Zeilen geschrieben werden, müssen wir uns mit Fragen der Energieknappheit in Herbst und Winter befassen. Wir hoffen, dass wir mit möglichst geringen Einschränkungen – auch für die Nutzer der Sporthallen – durch die Zeit kommen.

Der ganzen Sportgemeinde wünsche ich eine bewegte Zeit und viel Freude an Training und Wettkampf.

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

Dennis Mihaljevic 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.

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

# Vorstand / Geschäftsstelle

# MTG Sportinsel

## Der Vorstand



**Markus Hahnel**



**Sandra Jaeschke**



**Achim Luge**



**Sylvia Dengler**  
Leitung MTG Sportinsel



**Ulla Fischer**  
Verwaltung MTG Sportinsel



**Ulrike Dufner**  
Buchhaltung



**Ulrike Müller**



**Michael Pfister**



**Uwe Schenkemeyer**



**Kai Herrmann**  
Flächenleitung MTG Sportinsel  
Sportliche Leitung Hauptverein



**Jessica Stickel**  
Betriebliche Gesundheitsförderung  
Master-Studentin



**Dennis Mihaljevic**  
Kindersportschule KiSS  
Leitung Kindersport  
BA-Student

## Ansprechpartner

**Kontakt: [info@mtg-wangen.de](mailto:info@mtg-wangen.de) • Tel.: 07522 2412**



**Andreas Schröder-Quist**  
Geschäftsführer



**Claudia Frühauf**  
Verwaltung Hauptverein



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



**Toni Dietz**  
BA-Studentin



**Franziska Weiland**  
BA-Studentin



**Jannik Späth**  
BA-Student

## Fitness-Studio

### Fitness- und Cardiotraining

Unser Fitness- und Cardioreich, ausgestattet mit modernen computergestützten Geräten von Technogym, finden Sie im oberen Stock. Der Bereich erstreckt sich über eine ca. 400 qm große, moderne und offene Fläche. Im Sommer 2022 wurden im Cardioreich die gesamten Ausdauergeräte ausgetauscht und mit neuen Geräten erweitert.

Fast während der gesamten Öffnungszeiten steht Ihnen für die Trainingsbetreuung ein ausgebildeter Trainer zur Verfügung, auch am Wochenende. Sollten Sie orthopädische Beschwerden haben, so betreut Sie ein Physiotherapeut bei uns.

Falls Sie Interesse an unserer Einrichtung haben, so können Sie gerne einmalig ein kostenloses Probetraining bei uns machen. Ein Trainer nimmt sich dann eine Stunde für Sie Zeit. Hierzu ist eine Terminvereinbarung (07522 2412) notwendig.



### FIVE

Neben der Kraft und der Ausdauer gehört auch die Beweglichkeit zu einem ganzheitlichen Fitness- und Gesundheitstraining. Durch das Muskellängentraining mit den Five Geräten können Sie in der MTG Sportinsel Bewegungseinschränkungen minimieren und die zu Verkürzung neigende Muskulatur wieder auf seine ursprüngliche Länge bringen. Durch Verspannungen und Verklebungen von Muskeln und Faszien ausgelöste Schmerzen und Beschwerden können durch das Five Training gelindert und reduziert werden. Mit Rückwärtsbewegungen arbeitet Five der gebeugten Alltagshaltung entgegen und richtet den Menschen wieder auf. Die Muskel- und Faszienketten werden gedehnt, die Spannung reduziert und die Mobilität und Beweglichkeit einzelner Strukturen wieder hergestellt.



### Gymnastik- und Gesundheitskurse

Wir bieten unseren Mitgliedern zwei unterschiedliche Kurspläne im Jahr. Der umfangreichere Winterkursplan ist von Oktober bis Ende April gültig, von Mai bis Ende September gibt es einen Sommerkursplan. Kommt vorbei und probiert es aus!

Für alle unsere Kurse ist eine Anmeldung nötig. Diese ist über die App MyWellness möglich und immer am Vortag ab 12 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, 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 Montag- und Donnerstagvormittag bieten wir von 8:45 – 11:30 Uhr eine Betreuung Ihrer Babys und Kinder an. In dieser Zeit können Sie gerne Ihre Kleinsten bei unserem Fachpersonal im oberen Gymnastikraum vorbeibringen. Während die Kleinen spielen, können die Mütter währenddessen unser vielfältiges Angebot auf der Trainingsfläche, im Kursbereich oder in der Physiotherapie nutzen.

Gerne erweitern wir unser Betreuungsangebot bei Bedarf.



### Sonderevents

Die MTG Sportinsel veranstaltet für ihre Mitglieder eine Reihe von Sonderevents. Dazu gehören unter anderem Spin-Marathons, das Sommerspiel, ein Sommergrillfest, das Winteropening und viele mehr. Auch bieten wir im Sommer ein Outdoor-Programm an. Dieses beinhaltet zum Beispiel Mountainbike- und Rennradausfahrten in unterschiedlichen Leistungsgruppen, um den Mitgliedern zu dem bereits bestehenden Programm noch mehr Abwechslung anzubieten. Zudem soll der Vereinsgedanke dadurch gestärkt werden.



### Öffnungszeiten

Montag, Mittwoch, Freitag	06:00 - 22:00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	08.30 - 22:00 Uhr
Samstag / Sonntag (Sept. - April)	08:00 - 18:00 Uhr
Samstag / Sonntag (Mai - August)	08:00 - 14:00 Uhr
Feiertag	08:00 - 14:00 Uhr

## Physioinsel



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



**Wolfgang Wetzels**  
Physiotherapeut



**Martin Ortmann**  
Physiotherapeut

# PHYSIO INSEL

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 Leistungen bieten wir auch Wellnessangebote in der MTG Sportinsel an. So können Sie bei uns Ihren 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 - 45,00 €

### Relaxbehandlung

ca. 60 min (ca. 40 min Behandlung + 20 min Fango) - 50,00 €

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

### Sportmassage

ca. 30 min - 35,00 €

### Kurzurlaub

ca. 30 min Behandlung  
+ Saunatageskarte 40,00 €

### Terminvereinbarung

Tel.: 07522 2412  
tobias.bartsch@mtg-wangen.de

## Ernährungsberatung



**Veronika Negro-Dillmann**  
info@mtg-wangen.de

Die MTG 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 MTG 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 die Physiotherapie. Das Firmenkursprogramm „FitMix-Kraft“ ist durch die Zentrale Prüfstelle 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.



## Betriebliche Gesundheitsförderung



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

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



## Unser Angebot:

### Bewegungsangebote:

- Gerätetraining: Individuelles Angebot für das Training an Kraftgeräten  
Gruppenfitness:
- Rückenfitness
  - Coretraining
  - Indoor Cycling
  - Power Pump
  - Functional Fitness
  - Yoga
  - Pilates
  - Entspannungskurse
  - Individuell zusammengestellte Kursblöcke

### Gesundheitsvorträge/Beratungen für MitarbeiterInnen/Auszubildende:

- Rumpf & Rücken, Ergonomie am Arbeitsplatz
- Herz-Kreislauf
- Ernährung
- Stress & Entspannung
- Gesundheit allgemein
- Beweglichkeit
- Suchtmittelkonsum
- Schichtarbeit
- Work-Life-Balance

### Vorteile:

Unsere Gruppenfitness Angebote für Firmen sind von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert. Das bedeutet, dass sie den Kriterien des § 20 SGB V entsprechen und somit von Krankenkassen unterstützt und bezuschusst werden. Außerdem ist dadurch gewährleistet, dass sie

einen qualitativ hohen Standard aufweisen, wodurch Sie für den Arbeitgeber nach § 3 Nr. 34 EStG steuerfrei sind. Dieser Paragraph besagt, dass ein Arbeitgeber bis zu 600€ pro Mitarbeiter pro Jahr zusätzlich zum ohnehin geschuldeten Arbeitslohn zur Verminderung von Krankheitsrisiken und zur Förderung der Gesundheit erbringen kann. Auch Gesundheitsseminare und Vorträge fallen unter § 3 Nr. 34 EStG, da sie dem Handlungsfeld „Gesundheitsförderlicher Arbeits- und Lebensstil“ zuzuordnen sind.



Bei weiteren Fragen dürfen Sie sich sehr gerne direkt an uns wenden. Wir stehen Ihnen für sämtliche Fragen und Anliegen zum Thema betrieblicher Gesundheitsförderung zur Verfügung. Nach einer Bedarfsanalyse erstellen wir Ihnen gerne ein individuelles Bewegungskonzept oder ein individuelles Gesundheitsseminar und lassen Ihnen ein konkretes Angebot zukommen.

## 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.



## 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 Tischen und Stühlen sowie Flipchart, Stellwänden, Stereoanlage, LAN-Anschluss, WLAN und HD-Beamer ausgestattet.



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 Wochen-



### Gymnastikräume

enden 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.

Formulare unter  
[www.mtg-sportinsel.de](http://www.mtg-sportinsel.de)



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. Seit Sommer 2021 verfügen die Kursräume über eine UV-C Filteranlage.

Zu näheren Informationen und Terminanfragen wenden Sie sich bitte an [info@mtg-wangen.de](mailto: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



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

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

Wir haben uns dazu entschlossen, unser Angebot neu zu strukturieren und den Schwerpunkt auf ein 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 steigern wir schon in jungen Jahren nachhaltig die körperliche Gesundheit und durch eine breite Sportausbildung wird die motorische Entwicklung der Kinder optimal gefördert. Mit unseren qua-

lifizierten Übungsleitern bieten wir ihnen so Vereinssport auf höchstem Niveau.

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

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

### Unterstützt die MTG-Sport KIDS



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
		15:00 - 16:00 Ebnehalle Sport KIDS 4 - 8 Jahre	14:30 - 16:00 Berger-Höhe-Halle Leichtathletik KIDS 5 - 7 Jahre
	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2013	16:00 - 17:00 Ebnehalle Eltern und KIDS Stufe 1 2 - 4 Jahre	
17:00 - 18:30 Ebnehalle Turn KIDS Turnschule Zusatzbeitrag ab 4 Jahren	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jg. 2014		17:00 - 18:30 Ebnehalle Turn KIDS Turnschule Zusatzbeitrag ab 4 Jahren
	17:00 - 18:00 Ebnehalle Handball KIDS Jgg. 2015/2016		

## 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 bis 16:00 Uhr  
(auf Anfrage  
auch ab 8:00 Uhr möglich)  
Kosten/Tag:  
25 € (MTG-Mitglieder);  
30 € (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.

#### Wann:

1. Woche:  
31.07.2023 – 04.08.2023  
2. Woche:  
07.08.2023 – 11.08.2023  
jeweils von 8:30 bis 17:30 Uhr  
Kosten pro Kind: 65 €

### KISS Ferien-Freizeit

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

#### Wann:

04.09.2023 – 08.09.2023,  
jeweils von 8:00 bis 16:00 Uhr  
Kosten:  
KiSS-Mitglieder: 100 €  
MTG-Mitglieder: 120 €  
Externe Kinder: 130 €

Anmeldung über: [www.mtg-wangen.de/ferienfreizeiten](http://www.mtg-wangen.de/ferienfreizeiten)



# Kindersport

## KiSS - Die Kindersportschule



**Dennis Mihaljevic**

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

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



Schnupper-  
termine nach  
telefonischer  
Absprache  
möglich



# Kindersport

## KiSS Mini

Unser Angebot an Ihr Kind sieht wie folgt aus:

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



## KiSS Classic

Unser Angebot an Ihr Kind sieht wie folgt aus:

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



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			WUNDERTÜTE 09:00 - 09:45 Uhr Kindergarten St. Monika 4 - 6 Jahre Claudia	MINI 10:30 - 11:30 Uhr GS Deuchelried 1,5 - 4 Jahre Toni
MINI 15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle 1,5 - 4 Jahre Toni	CLASSIC 15:30 - 16:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Toni	MINI 15:00 - 16:00 Uhr Ebnetalle 1,5 - 4 Jahre Toni	CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Idefix, 4 - 5 Jahre Andreas	
CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Idefix, 4 - 5 Jahre Dennis	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Obelix/Miraculix, 8 - 11 Jahre Toni		CLASSIC 15:00 - 16:00 Uhr Waldorfhalle Asterix, 6 - 7 Jahre Dennis	
CLASSIC 17:30 - 18:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Dennis	CLASSIC 17:00 - 18:00 Uhr Lothar-Weiß-Halle Asterix, 6 - 7 Jahre Petra		CLASSIC 16:30 - 17:30 Uhr Berger-Höhe-Halle Obelix/Miraculix 8 - 11 Jahre Dennis	



# 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 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, interessante Ausflüge erleben, bewegen im Freien, Inline-Skating, neue Sportarten kennenlernen und vieles mehr



# Kindersport

## Cheerleading



**Alexandra Schipke**  
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

#### Lothar-Weiß-Halle

Dienstag 9 - 15 J 18:30 - 19:30

#### Lindenberg

Mittwoch 19:00 - 20:30

## FROG - Freizeit ohne Grenzen



**Dennis Mihaljevic**  
dennis.mihaljevic@mtg-wangen.de  
Tel.: 07522 2412

### Hier ist Vielseitigkeit gefragt

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

### Frog ist der Freizeitsport für Kinder und Jugendliche.

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

### Wir treffen uns

Berger-Höhe-Halle

9 - 14 Jahre Donnerstag 17:30 - 19:00 Uhr



## Gesundheitskurse



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



**Ulrike Thanner**  
Übungsleiterin



**Kai Herrmann**  
Übungsleiter



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.



## 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

## Sprechzeiten zum Rehabilitationssport

MTG Sportinsel  
Mittwoch 15:00 - 17:00  
Freitag 12:00 - 14:00

### Voraussetzung für die Teilnahme:

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

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

### Long Covid- und Osteoporosekurse auf Anfrage

## 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
- Haltungfehler aufgrund von Übergewicht
- Rücken- und Gelenkprobleme
- Koordinationsschwäche
- Wahrnehmungsstörung
- Verlust der „Motorischen Fähigkeiten“

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

## Übungszeiten

MTG Sportinsel

Montag bis Freitag  
Termin nach Anamnesegespräch.

## Reha-Sport für Erwachsene - Orthopädie



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

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

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

## Übungszeiten

MTG Sportinsel

Montag bis Freitag  
Termin nach Anamnesegespräch.

# Gesundheitssport

## Sport für Herz- und Gefäßkrankungen



**Anton Eller**  
Abteilungsleiter  
anton.eller@gmx.de



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

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

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

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

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

### Übungszeiten

<b>Praßberghalle</b>	
Mittwoch	19:00 - 20:30
<b>Berger-Höhe Halle</b>	
Donnerstag	19:00 - 20:30

# Gesundheitssport

## Sport für Diabetiker



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

### Herzlich Willkommen

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

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

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

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

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

Lernen Sie uns und unseren Sport kennen.



Wir freuen uns immer auf neue Gesichter!

### Übungszeiten

<b>MTG Sportinsel</b>	
Mittwoch	15:30 - 16:45

## Lungensport



**Stefanie Schneider**  
Ansprechpartnerin  
info@mtg-wangen.de  
Tel.: 07522 7971642

**Eine Kooperation der MTG Wangen mit den Fachkliniken Wangen**

Lungensport ist geeignet für Menschen mit

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

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

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



### Übungszeiten

<b>Fachklinik</b>	
Donnerstag	
Gruppe 1:	17:00 - 17:45
Gruppe 2:	17:45 - 18:30

## Sport nach Krebs



**Sigrid Müller**  
Abteilungsleiterin

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

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

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



### Übungszeiten

<b>Berger-Höhe-Halle</b>	
Mittwoch	16:00 - 17:00
Mittwoch	17:00 - 18:00

# Freizeitsport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
<b>Senioren-gymnastik</b> 14:00 – 15:00 Uhr MTG Sportinsel		<b>Hausfrauen-gymnastik</b> 11:30 – 12:30 Uhr ab 25 Jahre Turnhalle Deuchelried			<b>Bogensport</b> 09:30 bis 12:00 Lothar-Weiß-Halle
<b>Freizeitsport Männer</b> 16:00 – 18:00 Uhr ab 60 Jahre Turnhalle Deuchelried	<b>Sportabzeichen</b> 18:30 – 20:00 Uhr Mai bis September Allgäu Stadion	<b>Faustball</b> 18:00 – 20:00Uhr Sommer: Allgäustadion Winter: Dreifachturnhalle Lindenberg		<b>Präventionskurs</b> 15:00 bis 16:00 Argenhalle	
<b>Aquaball</b> 17:00 – 18:00 Uhr Fachkliniken Wangen	<b>Ju-Jutsu</b> 19:30 – 21:00 Uhr Berger-Höhe-Halle	<b>Volleyball Hobby Mixed</b> 19:00 – 21:00 Uhr Ebnehalle	<b>Badminton Hobby</b> 19:00 – 20:30 Uhr ab 18 Jahre Ebnehalle	<b>Jedermannturnen</b> 19:00 – 20:30 Uhr ab 55 Jahre Ebnehalle	
<b>Lauftreff / Nordic Walking</b> 18:30 – 19:30 Uhr Sommer Hasenwald Winter Argenhalle	<b>Badminton Hobby</b> 20:00 – 22:00 Uhr ab 18 Jahre Ebnehalle	<b>Indiaca</b> 19:30 – 21:00 Uhr ab 50 Jahre Ebnehalle		<b>Sport und mehr</b> 20:00 – 22:00 Uhr 35 bis 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	
<b>Freizeitsport Spiele Frauen</b> 19:00 – 20:30 Uhr ab 60 Jahre Lothar-Weiß-Halle	<b>Gerätturnen Senioren</b> 20:30 – 22:00 Uhr 45 bis 80 Jahre Lothar-Weiß-Halle	<b>Hobbysport Frauen</b> 20:30 – 22:00 Uhr 50 bis 65 Jahre Berger-Höhe-Halle	<b>Fit &amp; Fun</b> 20:30 – 22:00 Uhr Frauen ab 30 Jahre Lothar-Weiß-Halle		
<b>Rhythmische Gymnastik / Tanz</b> 19:30 – 20:30 Uhr ab 25 Jahre Ebnehalle	<p style="text-align: center;"><b>Wir bewegen Wangen!</b></p> <p style="text-align: center;"><b>VIELFALT · QUALITÄT · SPASS · SPORT · GESUNDHEIT · GEMEINSCHAFT</b></p> <p style="text-align: center;">Der gesamte Freizeitsport ist im jährlichen MTG-Beitrag enthalten.</p> <p style="text-align: center;">Bei Nutzung des Angebotes ist die Mitgliedschaft im Verein und in der Abteilung Freizeitsport zwingend notwendig.</p>				
<b>Schwimmen Erwachsene</b> 20:15 – 21:15 Uhr Fachkliniken Wangen					
<b>Freizeitsport Spiele Männer</b> 19:00 – 20:30 Uhr 30 bis 70 Jahre Waldorfsporthalle					
<b>Er &amp; Sie</b> 20:00 – 22:00 Uhr ab 45 Jahre Praßberghalle					

# 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 50, die sich immer montags zum Sport treffen.

## Faustball



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

Faustball ist eines der ältesten Turnspiele und wird seit 1922 ununterbrochen in der MTG gespielt. Seit 2008 besteht eine Trainingsge-

Begonnen wird mit einem abwechslungsreichen Aufwärmtraining unter Begleitmusik. Unsere Übungsleiterinnen Bruni Brandstätter und Birgit Herz sorgen für unsere Fitness und überraschen uns immer wieder mit neuen Übungen, Zirkeltraining und Laufspielen. Nach einer halben Stunde ausgiebiger Gymnastik ist dann zur Freude aller Volleyball angesagt.

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

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



## Trainingszeiten

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

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



## Trainingszeiten

**Sommer**  
Mittwoch ab 12 J AS 18:00 - 20:00  
**Winter**  
Mittwoch ab 12 J LI 18:00 - 20:00  
AS = Allgäustadion,  
LI = Dreifachturnhalle, Lindenberg

# Freizeitsport

## Fit & Fun



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

Dieses Sportangebot gibt es seit nunmehr vier Jahren und richtet sich an sportbegeisterte Frauen 30+, die Freude und Erfahrung mit Ballsport

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

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

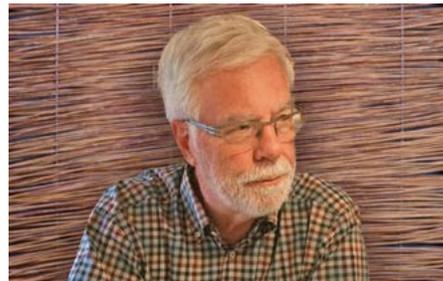
tenaufenthalte, Weihnachtsfeier ergänzen unser Programm und sorgen für ein nettes Miteinander.

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

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

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

## Freizeitsport Männer



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

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

stehend aus 40 Mann im Alter von 60 Jahren aufwärts.

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

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



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

**Trainingszeiten**  
**Turnhalle Deuchelried**  
Montag 16:00 - 18:00

# 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

## 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.

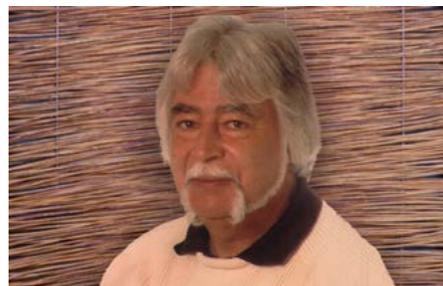
Sehr wichtig ist uns auch das Miteinander über die Sportabende hinaus, das wir bei Wanderungen, Besichtigungen und anderen geselligen Veranstaltungen pflegen.



**Trainingszeiten**  
**Waldorfsportthalle (Fred-Lauer-Halle)**  
Montag 19:00 - 20:30

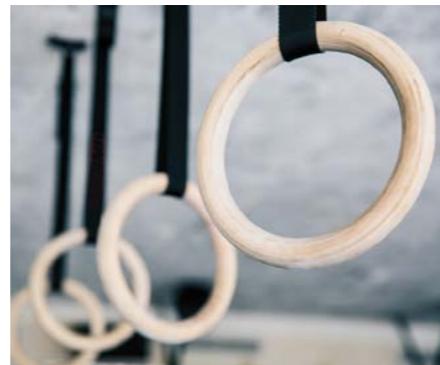
## Freizeitsport

### 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

### 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

## Freizeitsport

trainiert.

Die Stunde beginnt mit Aufwärmen 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

### Hausfrauengymnastik



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

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

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



#### Trainingszeiten

**Turnhalle Deuchelried**  
Mittwoch ab 25 J 10:15 - 11:15

### Indiaca



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

#### Der Ball mit den roten Federn!

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

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

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



#### Trainingszeiten

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

## Freizeitsport

### Jedermannturnen



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

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

ren MTG Abteilungen geeignet.

Es werden altersgerechte Übungen angeboten. Diese bestehen aus:

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

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

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



### Trainingszeiten

**Ebnethalle**  
Freitag ab 55 J 19:00 - 20:30

### 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.

Seit 2022 hat sich die Nordic Walking Gruppe dem Laufftreff angeschlossen.



### Trainingszeiten

**Sommer: Hasenwald**  
**Winter: Argenhalle**

Montag 18:30 - 19:30

### Ju-Jutsu



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

Die moderne Selbstverteidigung, aus der Praxis für die Praxis.

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

Ju-Jutsu: „Mit Sicherheit Lebensgefühl“.



### Trainingszeiten

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

### Präventionskurs



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

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

gezielter und orthopädischer Anleitung werden Übungseinheiten aus dem Reha-Bereich mit Elementen aus dem Freizeitsport verknüpft.

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

Alle Übungen sind so ausgewählt, dass sie spielerisch und einfach einen

positiven Effekt auf den Alltag haben und ganz nebenbei fließt immer das Element der Sturzprophylaxe mit ein.

In jeder Stunde wird ein neuer und spannender Themenblock behandelt und verschiedene Muskeln und Gelenke in den Fokus der Einheit gestellt. Ganz nebenbei fließt immer das Element der Sturzprophylaxe mit ein.

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

### Trainingszeiten

**Argenhalle**

Freitag 15:00 - 16:00

## Freizeitsport

### 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 Kraulcourse für Erwachsene, die wir im Winterhalbjahr anbieten.

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

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

**Weitere Infos auf der Homepage.**

#### Trainingszeiten

Schwimmbad Fachkliniken

Montag Aquaball 17:00 - 18:00

Montag Erwachsene 20:15 - 21:15

Donnerstag Kind./Jgd. 17:00 - 18:30

Freitag Kraulkurs/Erw. 20:15 - 21:15

**Senioren-Wassergymnastik**  
nach Absprache

#### Aquajogging/Aquafitness

(Oktober bis Mai)

Panoramabad Eglofs

Kurs 1: Montag 17:30 - 18:30

Kurs 2: Montag 18:30 - 19:30

### Roll- und Eissport



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

im Sommer zu betreiben und auszuüben.

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

Folgende Angebote und Möglichkeiten für den Freizeitsport gibt es:

Im Sommer

- Fiesel- und Feldhockey (Damen)
- Inlinehockey (Herren)
- RC-Stadium Cars

Im Winter

Kids on Ice TRAINING

- Lauschule
- Eishockey Training für Kinder ab 6 Jahren



- Eiskunstlauf für Kinder ab 6 Jahren

#### Trainingszeiten

Termine nach Vereinbarung

### Seniorengymnastik



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

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

Wir freuen uns jederzeit über Neuzugänge.



#### Trainingszeiten

MTG Sportinsel

Montag 14:00 - 15:00

## Sportabzeichen



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

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

fachkundiger Anleitung auf das Deutsche Sportabzeichen vorbereiten.

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

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

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

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

Aktuelle Termine und auch Informationen zum Deutschen Sportabzeichen finden Sie auf der Gruppenseite „Sportabzeichen“ unter [www.mtg-wangen.de/Abteilungen/Freizeitsport/Sportabzeichen](http://www.mtg-wangen.de/Abteilungen/Freizeitsport/Sportabzeichen)

**Einfach vorbeikommen und reinschnuppern.**

### Trainingszeiten

**Allgäu Stadion**

Donnerstag Mai/Juni 18:00 - 20:00

**Abnahme**

Donnerstag Juli 18:00 - 20:00

## Sport und mehr



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

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

### Wintertraining

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

### Sommertraining (ab 19:00 Uhr)

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



### Trainingszeiten

**Lothar-Weiß-Halle**

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

## Badminton



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

Bei der MTG wird schon seit über 30 Jahren dem rasanten Federball hinterhergejagt. Bei den Schülern und Jugendlichen wird in gemischten Gruppen Mädchen/Jungen trainiert – das Anfänger-Alter beginnt bei etwa 10 Jahren. Auch bei den Erwachsenen trainieren die Damen und Herren gemeinsam. Neben dem Erlernen der richtigen Schlag- und Lauftechnik steht beim Training auch der Spaß bei den Einzel-, Doppel-

und Mixed-Spielen im Vordergrund. Anfänger/-innen/Einsteiger/-innen sind jederzeit herzlich willkommen.

Die Hobbyspieler/-innen beteiligen sich an Turnieren und die Abteilung richtet jährlich die Wangener Stadtmeisterschaften für Hobbyspieler/-innen aus.

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



### Trainingszeiten

**Ebnethalle**

**Schüler**

Dienstag 10-14 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



**Oliver Wetschorek**  
Abteilungsleiter  
oliver.wetschorek@gmail.com  
Tel.: 0176 345540409

Basketball ist seit vielen Jahren eine feste Größe im Programm der MTG Wangen. Trainings werden aktuell in den Altersstufen Minis, U14 mixed, U18 männlich sowie 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 2022/23 gleich zwei Jugendmannschaften an den Start gehen: Die U14 geht in ihre erste Saison, die letztjährige U16 geht kommende Saison in die U18 über. Bei beiden Mannschaften wird es an erster Stelle darum gehen, Erfahrungen im Spielbetrieb zu sammeln und als Team zusammenzuwachsen.

Die Herren peilen nach dem fünften Platz einer von Corona geprägten Saison in der Bezirksliga eine Spitzenplatzierung an. Dabei steht Trainer Gerald März eine sehr erfahrene und eingespielte Mannschaft zur Verfügung, die ein bisschen „junges Blut“ vertragen könnte.

Bei allen drei Teams steht der Spaß am Sport im Mittelpunkt und sie freu-



en sich über neue Trainingsteilnehmer und zahlreiche Rückendeckung bei ihren Heimspielen in der Praßberghalle.



### Trainingszeiten

Minis	
Dienstag	2011-13 EH 18:00 - 19:30
U14 mixed	
Montag	2009/10 EH 18:30 - 20:00
Mittwoch	2009/10 PH 17:30 - 19:00
U18 männlich	
Dienstag	2005-07 EH 18:00 - 20:00
Freitag	2005-07 PH 18:00 - 20:00
Herren	
Dienstag	EH 20:00 - 22:00
Freitag	PH 20:00 - 22:00

# Wettkampfsport

## Bogensport



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Einfach vorbeikommen und sich informieren.



### Trainingszeiten

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

# Wettkampfsport

## Fechten



**Barbara Math**  
Abteilungsleiterin  
info@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.

### 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](http://www.mtg-judo.de)

Trainingszeiten		
Berger-Höhe-Halle		
<b>Anfänger</b>		
Dienstag	ab 6 J	17:00 - 18:15
Freitag		17:00 - 18:15
<b>Jugendliche</b>		
Dienstag		18:15 - 19:30
Freitag		18:15 - 19:30
<b>Aktive</b>		
Dienstag		18:15 - 19:30
Freitag		19:30 - 21:00

## Handball



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

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 auf den eigenen Nachwuchs – das sorgt für Verbundenheit und Loyalität. Unser Motto ist: Zusammen mit Herzblut, Leidenschaft und Emotionen für unseren Verein!

### Führungsteam

Bei der Abteilungsleitungsverammlung im Mai fand ein Führungswechsel statt. Matthias Vetter übergab nach über 10 Jahren die Leitung der Abteilung an Maike Reeb, geborene Staudacher, die seit Kindesbeinen mit dem MTG Handball verbunden ist. Auch auf der Stellvertreter Position gab es einen Wechsel: Nach 20 Jahren als stellvertretender Abteilungsleiter übergab Ulrich Bader die Position an Tobias Werder, der zudem das Ressort Finanzen und Controlling leitet. Ulrich Bader steht weiter dem Ressort Organisation und Verwaltung vor. Komplettiert wird die Abteilungsleitung von Thomas Frank für den Bereich Sponsoring und Markus Weber für den Bereich Öffentlichkeitsarbeit. Zudem wurden Andrea Hartmann und Martin Rathgeb als Beisitzer gewählt.



2021 wurde die neue Sportliche Leitung ins Leben gerufen. Mitglieder des Gremiums sind Timo Feistle als Leiter des Männerbereichs, Evelyn Staudacher für den Frauen- und Mädchen-Handball von der C- bis

zur A-Jugend sowie Thomas Köhler für den männlichen Jugendbereich. Daniel Köhler ist Leiter des Kinderhandballs, mit Verantwortung für die Mädchen und Jungs von den Bambini bis zur D-Jugend.



Dazu gesellt sich noch Robin Straub, welcher sich für die Fort- und Weiterbildungen verantwortlich zeichnet. Gerade in Zeiten, in denen diverse Sportvereine mit sinkenden Mitgliederzahlen zu kämpfen haben, ist dieses Konzept ein wichtiges Fundament um die Herausforderungen der kommenden Jahre meistern zu können.

### Aktive

Bei den Aktiven liegt eine zufriedenstellende Saison hinter der MTG. Bei den Herren 1 musste man am Schluss mit dem 5. Tabellenplatz in der Verbandsliga Süd leben. Die



Frauen belegten einen guten 3. Platz in der Verbandsliga. Die Herren 1b sorgten in der Landesliga für Furore, sie konnten einen beachtlichen 5. Tabellenplatz erreichen. Bei den Frauen 1b war es eine schwierige Saison die mit einem 9. Platz in der Bezirksliga endete. Einen Coup erreichten die Männer 1c in der Bezirksklasse: Als Aufsteiger gelang die Meisterschaft und der direkte Durchmarsch in die Bezirksliga.

### Jugendarbeit

Wohl noch nie gab es in Wangen Zeiten, in denen so viele Kinder mit dem Handball begonnen haben. Es hat sich herum gesprochen, dass bei der MTG Handball der Drahtseilakt aus ambitioniertem Leistungssport und sozialkompetenter Weiterentwicklung von Kindern und Jugendlichen gelingt. Hauptverantwortlich dafür sind die gut 40 Übungsleiter\*innen. Besonders erfolgreich gestaltet sich das Konzept die Übungsleiter\*innen aus der Elternschaft, ehemaligen Handballern und aktiven Handballern zu aktivieren. Insgesamt nimmt die MTG mit 17 Jugendteams am Spielbetrieb teil. In die Ligen des

Handball-Verbandes-Württemberg schafften es dieses Jahr alle männlichen Jugendmannschaften. Die weiblichen Jugendmannschaften stehen momentan leider etwas hinten. Zudem spielen viele MTG Spieler in den Auswahlmannschaften des Bezirks Bodensee-Donau und sogar im Kreis des HVW. Außerdem nimmt die MTG mit ihren Jugendmannschaften jährlich an vielen Jugendhandballturnieren teil. Besondere Events sind die Teilnahme der D- und C-Jugenden am Turnier in Hamburg, sowie die Teilnahme mit allen Mannschaften beim Turnier in Weilstetten. Mit dem 2014 ins Leben gerufenen und jährlich überarbeiteten Jugendkonzept will die MTG die Zukunft des Handballsports in der Wangen und der Region sichern und Handballtalente individuell verbessern.



### Veranstaltungen

Neben dem Wettkampfalltag ist in der Handballabteilung einiges geboten. Jährlich veranstaltet der Handballjugend-Förderverein mit eines der größten Handball-Jugendturniere in Deutschland. Der Allgäu-Cup

steht mittlerweile bei vielen Vereinen traditionell auf dem Turnierplan. 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 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, Helferfest, Aktiven-Beachvolleyball-Turnier, Stand beim Altstadtfest...

Werde auch du Teil dieser Handball-Familie: Als aktiver Sportler, Übungsleiter, Schiedsrichter, Offizieller, Sponsor oder einfach als Fan.

**Wir freuen uns auf Dich!**

### Zahlen & Daten

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

### Trainingszeiten

siehe Handball-Homepage

[www.mtg-handball.de](http://www.mtg-handball.de)

oder auf Facebook

[www.facebook.com/mtghandball](https://www.facebook.com/mtghandball)

Besuchen Sie uns auch auf [www.instagram.com/mtghandball/](http://www.instagram.com/mtghandball/)

# Wettkampfsport

## Leichtathletik



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

## Wettkampf

Die Leichtathletik Abteilung ist mit ca. 300 Mitgliedern die zweitgrößte Wettkampfabteilung in der MTG. Sieben Trainerinnen 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



# Wettkampfsport

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 14:30 - 16:00

### Kinder U 12

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

### Schüler/innen U 18

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

### Jugend U 20 - Aktive

Freitag ab 19 AH 17:00 - 19:00

### Senior/innen

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

AH = Argenhalle, AS = Allgäu Stadion, BH = Berger-Höhe-Halle, FLH = Fred-Lauer-Halle (Waldorfhalle), LW = Lothar-Weiß-Halle

# Wettkampfsport

## Sportkegeln



**Ralf Krämer**  
Abteilungsleiter  
sportkegeln-wangen@gmx.de  
Tel.: 07522 2412

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

**Trainingszeiten**  
MTG-Kegelkeller Waltersbühl

Mittwoch	ab 18:00
----------	----------

# 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

<b>Anfänger und Fortgeschrittene</b>	
Donnerstag	17:00 - 19:00
Freitag	15:00 - 17:00
<b>Behinderte</b>	
Freitag	15:00 - 17:00

# Wettkampfsport

## Turnschule



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

### „Wir sind Bundesliga!“

Das Aushängeschild der Turnschule ist die 1. Männermannschaft, die als TG Wangen/Eisenharz, seit 10 Jahren in der 3. Bundesliga turnt. Mit Elias Ruf stellt die Turnschule zudem den aktuellen Baden Württembergischen Meister der Männer am Barren.



Die Turnschule bietet allen interessierten Mädchen und Jungs Turnangebote im Gerätturnen an. Geturnt wird in verschiedenen Altersgruppen mit der Ausrichtung:

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

Die Jungs turnen am Boden, Pauschenpferd, den Ringen, am Sprung, Barren, Reck, am Mini- und auf dem Großtrampolin. Bei den Mädchen steht zudem der Schwebebalken auf dem Programm. Eine Besonderheit in der Turnschule ist die Airtrackbahn, eine 15m lange „Luftmatratze“, zum Hüpfen, Toben und Turnen.

### Wettkampfturnen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Unsere 1. Männermannschaft in der 3. Bundesliga und bereits eine Liga darunter turnen unsere Junioren, als TG Wangen/Eisenharz 2, in der Oberliga der Männer.

Im Nachwuchsbereich haben unsere Turner/innen die Möglichkeit in einer unserer Schülermannschaften in der Nachwuchsliga Oberschwaben an den Start zu gehen.

Bei den Frauen turnen zwei Teams, als TG Wangen/Eisenharz 1 und 2, in den Ligen des Schwäbischen Turnerbundes. Unsere 1. Frauenmannschaft in der Kreisliga A, Team 2 in der Kreisliga B. Unsere MTG-Turnschule-Juniorinnen-Mannschaft geht in der Gauliga der Frauen an die Geräte. Auch Vielseitigkeitswettkämpfe mit Gerätturnen und Leichtathletik bis zu den Deutschen Meisterschaften stehen im Wettkampfkalendar der Jungs und Mädchen der Turnschule. Das Wettkampfturnen ist ab sechs Jahren möglich. Voraussetzung

zum Wettkampfturnen ist ein zweimaliges Training pro Woche.



### Freizeitturnen, Grundlagentraining, gemeinsames Turnen

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

### Trainingszeiten

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

# Wettkampfsport

## Volleyball



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

Volleyball ist die schönste Mannschaftssportart - das behaupten zumindest alle Volleyballer\*innen der MTG Wangen. Am Mittwoch- und

Freitagabend gehört die Ebnehalle ganz dem Volleyball. Kommt zum Schnuppern vorbei, wir suchen immer neue Spieler\*innen mit Erfahrung!

Volleyball-Training bieten wir für Mädchen und Jungs ab ca. 9 Jahren an. Die Jugendmannschaften, weiblich als auch männlich werden voraussichtlich an den Midi-Spielrunden Anfang 2023 teilnehmen.

Für die Saison 2022/2023 konnten wir endlich wieder eine aktive Herrenmannschaft in der B-Klasse melden. Wir suchen aktuell engagierte Damen, mit Spielerfahrung, um eine Damenmannschaft aufzubauen.



Zusätzlich runden zwei Hobby-Mixed-Gruppen, bestehend aus erfahrenen Spielern, das Volleyballprogramm ab.

### Trainingszeiten

Ebnehalle		
Anfänger weibl.		
Mittwoch	ab 9 J	17:00 - 18:30
Anfänger männl.		
Freitag	ab 9 J	17:00 - 18:30
U18 weibl.		
Mittwoch		17:30 - 19:00
Freitag		17:00 - 18:30
Damen /Herren (Fortgeschrittene)		
Mittwoch		19:00 - 21:00
Freitag		18:30 - 21:00
Hobby Mixed		
Mittwoch		19:00 - 21:00
Aktiv 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.

## Kooperation mit Wangener Kindergarten

• 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](mailto: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.

männlich  weiblich  divers

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

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"/> Roll- und Eissport          | <input type="checkbox"/> Ju-Jutsu *             |
| <input type="checkbox"/> Er- & Sie                   | <input type="checkbox"/> Laufftreff             |
| <input type="checkbox"/> Faustball                   | <input type="checkbox"/> Leichtathletik         |
| <input type="checkbox"/> Fechten                     | <input type="checkbox"/> Präventionskurs        |
| <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             |

### Gesundheitssport

- |                                                                |                                               |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Sport für Herz- und Gefäßerkrankungen | <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](mailto:info@mtg-wangen.de)

[www.mtg-wangen.de](http://www.mtg-wangen.de)

### Öffnungszeiten

Montag bis Freitag  
9:00 - 12:30 Uhr  
Montag bis Donnerstag  
15:00 - 18:30 Uhr

## 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](mailto:geschaeftsstelle@turngau-oberschwaben.de)

### Öffnungszeiten

Montag und Donnerstag  
15:30 - 18:30 Uhr  
Mittwoch 7:30 - 12:00 Uhr

## Mitgliedsbeiträge

(ab 1. Jan. 2021)

Erwachsene (ab 19 Jahre)	90,00 €
Fördermitglieder	39,00 €
Jugendliche (15-18 Jahre)	66,00 €
Kinder (6-14 Jahre)	54,00 €
Kleinkinder (bis 5 Jahre)	33,00 €
Familienbeitrag	165,00 €
Eltern-KIDS	66,00 €
Schüler/Stud/Azubi	66,00 €
Schwerbehinderte/Sozialpass	66,00 €
Reha-Gruppen-Teilnehmer (nur für TN mit ärztlicher Verordnung)	45,00 €

### Monatliche Zahlung

Erwachsene/monatl.	8,25 €
Jugendliche/monatl.	6,00 €
Kinder/monatl.	4,95 €
Familienbeitrag/monatl.	15,10 €

## Zusatzbeiträge

<b>Fechten</b>	<b>25,00 € / Jahr</b>
<b>Judo</b>	<b>20,00 € / Jahr</b>
<b>Ju-Jitsu</b>	<b>19,00 € / Jahr</b>
<b>KiSS</b>	<b>12,00 € – 27,00 € / Monat</b>
<b>Schwimmsport</b>	<b>21,00 € - 30,00 € / Halbjahr</b>
<b>Sportkegeln</b>	<b>14,00 € - 38,35 € / Quartal</b>
<b>Trampolin</b>	<b>20,00 € / Jahr</b>
<b>Turnschule</b>	<b>15,00 € / 23,00 € pro Monat</b>



## Impressum

### MTG Info

Erscheinungsweise 1 x jährlich  
Auflage: 1.000 Exemplare

### Herausgeber

MTG Wangen 1849 e.V.

Argeninsel 2, 88239 Wangen  
Tel. 07522 2412  
e-mail: [info@mtg-wangen.de](mailto:info@mtg-wangen.de)

### Redaktionsteam

Sabine Braunmiller, Wolfgang Rosenwirth

### Layout & grafische Gestaltung

Wolfgang Rosenwirth

### Fotos

Adobe Stock, Fotolia, MTG, Privat,  
Sascha Riethbaum, Wolfgang Rosenwirth,  
Susie 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](mailto:tobias.bartsch@mtg-wangen.de)  
[www.mtg-wangen.de](http://www.mtg-wangen.de)

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