

Neuwarmbüchens Bürgerkönig Mirco Sievers



Am 13. Oktober wurde Neuwarmbüchens Bürgerkönig Mirco Sievers in sein Amt eingeführt.

Zu diesem Festakt hatte er seine Nachbarn, Feuerwehrkameraden und die Mitglieder des Schützenvereins eingeladen, mit ihm bei Grillwürstchen und Erfrischungsgetränken das Zeichen seiner Königswürde am Haus anzubringen.

Die Gäste hatten es sich nicht nehmen lassen, trotz des kühlen und regnerischen Wetters die Prozedur des Scheibenanbringens, die vom Scheibenmeister André Rennspieß, begleitet von einem humorvollen Vortrag durch die zweite Vorsitzende Regina Wisweh, vollzogen wurde, „seinem Volk“ vor Augen zu führen.

Der Vorsitzende des Schützenvereins Hans-Jürgen Rennspieß dankte dem Bürgerkönig und wünschte ihm für die Zukunft weitere Schützenscheiben an dem Haus.

Klaus-Willi Szeska
Schriftführer

„DER BLICK“

in unsere Gemeinde

Wir haben unseren
Internetauftritt modernisiert.
Ab sofort finden Sie uns unter:
www.der-blick-isersnhagen.de



Anna Zekri – Eine engagierte Gesundheitstrainerin im Verein „Aktiv in Bewegung“

Seit über einem Jahrzehnt prägt Anna Zekri das sportliche Angebot des Isernhagener Sportvereins „Aktiv in Bewegung“. Die zertifizierte Gesundheitstrainerin ist seit 2013 als Trainerin im Verein tätig und bietet eine Vielzahl an Kursen an, die von ihrer umfassenden Ausbildung und Leidenschaft für Bewegung zeugen.

Ihre Reise begann bereits 2012 mit der Ausbildung zur Energy-Dance-Trainerin, die sie im Jahr darauf erfolgreich abschloss. Im Laufe der Jahre hat sie sich kontinuierlich weiterqualifiziert: 2014 erwarb sie die C-Lizenz für Fitness und Gesundheit, gefolgt von der B-Lizenz für Präventionssport im Bereich Haltung/Bewegung und Herz-Kreislauf-Training im Jahr 2015. Parallel dazu absolvierte sie beim Deutschen Turner-Bund (DTB) eine zweijährige Ausbildung zur Pilates-Trainerin. Die Weiterbildung zur Kursleiterin für FASZIO-Training folgte im Jahr 2017, ebenso wie eine Konzeptschulung für den Präventionskurs „Fit + Gesund“.

Fortbildung und Wissensvertiefung sind für Anna Zekri essenziell, sowohl für ihre persönliche Entwicklung als auch für die Gestaltung ihrer Kurse. Regelmäßig nimmt sie an Seminaren teil, um neue Inspirationen und Ideen für ihr Training zu sammeln. „Viele Fortbildungen mache ich aus Interesse und um mei-

nen Teilnehmerinnen und Teilnehmern Neues beizubringen“, erklärt sie.

Neben ihrer Tätigkeit als Trainerin arbeitet Anna Zekri hauptberuflich im Personalbereich, eine Aufgabe, die sie überwiegend am Schreibtisch ausführt. Der Sport und ihre Trainerrolle sind für sie ein wichtiger Ausgleich: „Die Arbeit als Trainerin bringt mich in Bewegung und gibt mir die Möglichkeit, Menschen zu motivieren und sie zu neuen Herausforderungen zu führen.“ Besonders schätzt sie den langfristigen Kontakt mit ihren Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern, von denen einige sie schon seit über einem Jahrzehnt begleiten. „Es ist schön und wichtig für mich, ein Teil ihres Alltags zu sein.“

Der Verein „Aktiv in Bewegung“ bietet für Zekri die ideale Plattform, um ihr breitgefächertes Wissen in verschiedenen Kursen einzusetzen. Zu ihren Favoriten gehört kein spezieller Kurs, vielmehr genießt sie die Abwechslung und die Möglichkeit, Elemente aus verschiedenen Bereichen miteinander zu kombinieren. „Ich unterrichte alle meine Kurse gern, da sie voneinander profitieren und ich in jedem Kurs Wissen und Alltagstipps weitergeben kann“, so die erfahrene Trainerin.

Privat hält sich Zekri mit Yoga und Radfahren fit, doch auch in ihrer Zukunft sieht sie weiterhin Potenzial



für persönliches Wachstum. Besonders interessiert sie sich für die Auswirkungen von Bewegung auf den Körper, insbesondere in Bezug auf Hormone und den Stoffwechsel, ein Thema, das sie gerne in zukünftigen Kursen weiter vertiefen möchte.

Ihre Begeisterung für den Sport und das gemeinsame Training spiegelt sich in ihrer Philosophie wider: „Am Sport begeistere mich, dass Menschen zusammenkommen und ohne Status miteinander Zeit verbringen, sich selbst herausfordern und über Grenzen gehen, um sich zu verbessern“.

Anna Zekri ist nicht nur eine engagierte und kompetente Trainerin, sondern auch eine Inspiration für alle, die sich für Gesundheit, Fitness und Prävention interessieren. Mit ihrer Leidenschaft für Bewegung und ihrem tiefen Wissen bereichert sie den Sportverein „Aktiv in Bewegung“ und seine Mitglieder seit vielen Jahren.

Intensiver Tischtennis Trainingstag des TuS Altwarmbüchen in Kooperation mit TTV 2015 Seelze und dem TSV Langreder

Am Sonntag den 20.10. veranstaltete die Tischtennisabteilung des TuS Altwarmbüchen einen abwechslungsreichen Trainingstag für die Tischtennisjugend in der TuS Halle an der Seestraße. Teilgenommen haben neben vielen SpielerInnen des TuS Altwarmbüchen auch einige Gastspieler des TTV 2015 Seelze und vom TSV Langreder. Der Schwerpunkt des Trainings lag neben der

Verbesserung der koordinativen Tischtennisfähigkeiten in der Beinarbeit, auf die gezielte Verwendung verschiedener Topspin Techniken, die in unterschiedlichen Übungen erlernt wurden. Das Highlight des Trainingstages war das Wettkampfspiel zum Abschluss, welches allen Teilnehmenden besonders Spaß gemacht hatte.

Die Trainingszeiten für Kinder

und Jugendliche sind jede Woche Dienstags und Freitags von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr. Das Erwachsenentraining findet an den gleichen Tagen im Anschluss von 19.30 Uhr bis ca. 22.00 Uhr statt.

Interessierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die mit dem Tischtennisport beginnen möchten, sind jederzeit herzlich willkommen!

Henry Bücken



Am Wienkamp 10 D
30916 Isernhagen FB

Telefon 051 39 - 8 79 52
Telefax 051 39 - 89 41 79
Notdienst 0172 - 415 38 09

herbert.bauer.isernhagen
@t-online.de
www.bauer-shk.de

HERBERT BAUER

Meisterhafte Haustechnik

Sanitär · Heizung · Elektro · Service

ANDREAS ECKHARDT Tag & Nacht
ROHRREINIGUNGS-SCHNELLDIENST

Reinigung von Toiletten und Abflüssen
Kanalkamera-Inspektion
Sanierung von Regen- und Schmutzwasserleitungen

Wurzelbeseitigung
Kellersolierung
Drainagenreinigung
Hochdruckspülreinigung

Tischlerstraße 6 · 30916 Isernhagen
info@rohrreinigung-eckhardt-hannover.de · www.rohrreinigung-eckhardt-hannover.de
Hannover Tel.: 0511 - 67 23 30 · Isernhagen Tel.: 05136 - 9 74 68 77

Bei Vorlage dieser Anzeige ist die Anfahrt für Sie kostenfrei