

Wir wünschen Ihnen allen frohe Osterstage!

Haustechnik Daniel Heuer
Sanitär Heizung Gas Wärmepumpentechnik

Kuhlkamp 2, 31275 Lehrte
☎ 05132-8386500
haustechnik.heuer@outlook.de

Maik OTHMER
Haustür- und Terrassendachstudio



SOMMERGARTEN
Besuchen Sie unsere exklusive Sommergartenausstellung!

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter
Bäckerstraße 3A Mo bis Fr 9 - 18 Uhr
Sarstedt-Hotteln Samstags 10 - 13 Uhr
Fon 0 50 66 / 90 26-0 www.tischlerei-othmer.de

Folgen Sie uns auf

Sonntags Schautag von 13.00-17.00 Uhr!

SCHÖRNIG REISEN

Unser Tagesfahrten Tipp der Woche:
02.06. - Rosarium Sangershausen
Bestaunen Sie mit uns die größte Rosensammlung der Welt! - € 145,-

11. - 15.06.26 Gartenreise Kent
Farbenprächtige Gärten - ab € 1.245,-

14. - 18.06.26 Bernina Express
romantische Schweiz - ab € 1.245,-

14. - 22.06.26 Tegernsee - ab in die bayerischen Alpen - ab € 1.645,-

16. - 25.06.26 Gesundheitszentrum
Helenenquelle - Kurzreise ab € 1.295,-

23. - 28.06.26 Danzig - Königin der Ostsee erleben - ab € 1.175,-

Das ist "Königsklasse": 1-Meter Sitzabstand und Beinauflagen zum Relaxen · Taxi Abholung ab Ihrer Haustür bei allen Mehrtagesfahrten · Begrüßungsfrühstück · höchster Komfort

Königsklasse SCHÖRNIG REISEN

Jetzt kostenfrei Katalog anfordern und einfach <- QR-Code scannen!

schoernig-reisen.de
0511 - 47 35 300

Veranstalter: SCHÖRNIG REISEN e. K.
Nibelungenweg 3 - 30455 Hannover
Reise- und Geschäftsbedingungen siehe Jahreskatalog
Alle Preise sind pro Person.

THE OFFICIAL EARTH WIND & FIRE TRIBUTE BAND
Sonntag, 02.05.2027 | Theater am Aegi

Schnupperkurs im Aiki-Dojo

Vierwöchiger Anfängerlehrgang Aikido beginnt

SEHNDE. Der Verein Aiki-Dojo bietet einen vierwöchigen Anfängerlehrgang in der japanischen Kampfkunst Aikido an. Dieser beginnt am Donnerstag, 16. April, und beinhaltet vier Trainingseinheiten à 90 Minuten.

Das Praktizieren von Aikido hat viele Aspekte. Da sind zunächst die Selbstverteidigung und das Erlernen der Fallschule als Bestandteil dieser sehr effizienten Kampfkunst. Aikido ist Anfang des 20. Jahrhunderts aus traditionellen japanischen Kampfschulen entstanden. Als Kampfkunst ist Aikido rein defensiv und dient zum Schutz gegen bewaffnete und unbewaffnete Angreifer. Angriffe werden mit kreisförmigen Ausweichbewegungen umgelenkt und neutralisiert. Aikido begegnet der Kraft des Angreifers nicht mit Widerstand, sondern mit Ausweichen und dem Einsatz der körper- und persönlichkeits eigenen Energie.

Daneben spielt der sportliche Aspekt eine wichtige Rolle, den das Training naturgemäß mit sich bringt. Allgemein zeigen Studien, dass das regelmäßige Praktizieren von Aikido die Vitalität der Praktizierenden wesentlich verbessert. Aikido gilt damit als besonders



Im Anfängerkurs Aikido gibt es Zeit für die Vermittlung der Grundlagen.

Foto: Privat

gesundheitsfördernd. Nicht zuletzt spielen auch geistige Aspekte eine große Rolle. Zum einen die Ästhetik der Bewegungen, die viele Teilnehmer fasziniert. Zum anderen die Disziplin und der respektvolle Umgang miteinander, die das Erlernen und Ausüben einer

Kampfkunst erfordert. Und auch die Reflexion über das menschliche Miteinander, etwa hinsichtlich Liebe und Aggression, eröffnet schlussendlich eine persönliche Weiterentwicklung.

Fester Bestandteil eines normalen Trainings sind Partner-

übungen, die Fallschule, konditionelle Übungen, sowie Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und der Atemschule. Dabei wird auf die Fähigkeiten und Vorkenntnisse des Einzelnen Rücksicht genommen. Anfängen kann grundsätzlich jede und jeder, es wird keinerlei

Anforderung an die Sportlichkeit oder Beweglichkeit der Teilnehmenden gestellt. Auch Wettkämpfe mit Gewinnern und Verlierern gibt es nicht, wodurch sich Altersbeschränkungen, Aufteilung in Geschlechter oder Einteilung in Gewichtsklassen erübrigen. Insgesamt wird dadurch eine entspannte Übungsatmosphäre geschaffen, die besonders solche Menschen als wohltuend empfinden, die sich von einem leistungsbezogenen Wettkampfbetrieb abgrenzen wollen.

Ab dem 16. April können Jugendliche im Alter ab 14 Jahre und Erwachsene an vier aufeinander folgenden Donnerstagen von 19.30 bis 21 Uhr am gemeinsamen Training des Anfängerlehrgangs teilnehmen. Die Lehrgänge sind kostenfrei. Eine Altersbeschränkung nach oben gibt es nicht. Mitzubringen sind nur leichte Kleidung, wie Jogginghose, T-Shirt und ein Judo-Anzug falls vorhanden. Näheres sowie Infos und Dojo-Adresse mit Wegbeschreibung gibt es auf der Internetseite <http://www.aiki-dojosehnde.de>. Interessierte wenden sich an: Christian Fulda, Telefon 0177 546 79 66 oder E-Mail aikidojo.sehnde@web.de.

Deisterlauf in Springe

Fünf Treppchenplätze für den MTV

RETHMAR. Mit zwölf jungen Läuferinnen und Läufern fuhr die MTV-Sparte Laufen zum Wettkampf nach Springe, am Fuße des Gebirgszuges Deister im Süden der Region Hannover. Hier führte die LLG Springe den „48. Deister-Marathon“ durch. Anders als in den Vorjahren war das Streckenziel für alle Teilnehmer nicht auf dem Parkplatz vor dem Hallenbad, sondern im Südbereich zwischen Schule und Sportplatz angeordnet.

Der erste Start erfolgte zeitgleich auf den beiden Laufstrecken 250 Meter für die Geschwister Nele Josefi und Nillas Plonka und 500 Meter für Oskar Paki. Auf der 2.000 Meter Laufstrecke gingen Valentina Hundertmark, Erik Hundt, Amilia Paki, Raika Rompf, Maila Doormann, Lina Simosseg sowie die Geschwister Emma, Hugo und Luis Zerbian an den Start. Nach den jeweiligen Zieldurchläufen gab es für alle teilnehmenden Kinder / Jugendliche eine eigene Medaille.

Zur zeitnahen Siegerehren ging es dann für alle in die nahe Sporthalle. Dort erhielten alle Teilnehmer neben ihrer Urkunde auch noch eine Freikarte für den Besuch des Wiesendehages.

Nach der Siegerehren, die sich leider etwas kompliziert gestaltete, da es bei der Zeitmessung einige Probleme gab, ging es natürlich auch noch zum obligatorischen Mannschaftsfoto und dann wieder zurück nach

Haimar, Evren und Rethmar.

Die ERGEBNISSE IM EINZELNEN:

250 Meter – Laufstrecke:
Nele Josefin Plonka, Platz 1 bei den Mädchen in 1:05 Minuten.
Niklas Plonka, Platz 6 bei den Jungen in 1:21 Minuten.

500 Meter – Laufstrecke:
Oskar Paki, Platz 8 der Jungen in 02:15 Minuten.

2.000 Meter – Laufstrecke:
Amilia Paki, Platz 1 in der AK WJ U14, Gesamtplatz 12 der Mädchen in 11:02 Minuten.
Maila Doormann, Platz 1 in der AK WK U10, Gesamtplatz 3 der Mädchen in 9:12 Minuten.

Lina Simosseg, Platz 2 in der AK WK U10, Gesamtplatz 6 der Mädchen in 10:08 Minuten.

Hugo Zerbian, Platz 4 in der AK MK U12, Gesamtplatz 8 der Jungen in 9:46 Minuten.
Valentina Hundertmark, Platz 7 in der AK WK U12, Gesamtplatz 12 der Mädchen in 11:04 Minuten.

Raika Rompf, Platz 5 in der AK MK U12, Gesamtplatz 8 der Mädchen in 10:15 Minuten.
Erik Hundt, Platz 7 in der AK MK U12, Gesamtplatz 14 der Jungen in 10:40 Minuten.

Luis Zerbian, Platz 8 in der AK MK U12, Gesamtplatz 16 der Mädchen in 12:32 Minuten.
Emma Zerbian, Platz 1 in der AK WK U8, Gesamtplatz 18 der Mädchen in 12:28 Minuten.



Die zwölf jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmer des MTV Rethmar beim Deisterlauf in Springe.

Foto: Privat

Großflohmarkt auf dem Schützenplatz

LEHRTE (r/bs). Nach dem erfolgreichen Auftakt im vergangenen Jahr veranstaltet der Tanzkreis Lehrte am Sonntag, 12. April, erneut einen Großflohmarkt auf dem Schützenplatz und am Fachwerkhäus. Von 10 bis 16 Uhr darf gestöbert, gehandelt und gekauft werden. Das Interesse an Standplätzen war groß: Bereits nach zwei Tagen war der Platz ausgebucht. Besucherinnen und Besucher können sich auf ein vielfältiges Angebot freuen – von Klei-

dung, Spielzeug und Haushaltswaren über Bücher und Schallplatten bis hin zu Antiquitäten.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt: Im Fachwerkhäus gibt es Getränke und Kaffee, der Tanzkreis bietet Bratwürstchen sowie selbst gebackene Kuchen an. Sitzgelegenheiten und Toiletten stehen ebenfalls zur Verfügung. Parkplätze sind vor Ort und in der Umgebung vorhanden. Der Tanzkreis Lehrte und die Händler hoffen erneut auf viele Gäste aus Lehrte und dem Umland.

Verkehrsunfall mit Hund

LEHRTE. Am 25. März gegen 19.30 Uhr lief ein Hund unvermittelt auf die Fahrbahn der Osterstraße und kollidierte mit einem vorbeifahrenden weißen VW Polo, der ein hannoversches Kennzeichen hatte.

Nachdem das Fahrzeug kurz angehalten hatte, fuhr es anschließend davon. Der Fahrer

oder die Fahrerin konnten nicht näher beschrieben werden.

Der Hund wurde leicht verletzt und wurde tierärztlich untersucht. Zeugen zum Geschehen sind gebeten, sich mit dem Polizeikommissariat Lehrte unter der Telefonnummer (05132) 82 70 in Verbindung zu setzen.

Sprechstunde des Bürgermeisters

LEHRTE (r/bs). Bürgermeister Frank Prübe lädt für Mittwoch, 22. April, zur nächsten Sprechstunde ein. In der Zeit von 14 bis 16.30 Uhr haben Lehrter Einwohnerinnen und Einwohner die Gelegenheit, ihre Anliegen, Sorgen oder Anregungen direkt mit dem Bürgermeister zu besprechen. Die Ge-

spräche finden im Büro des Bürgermeisters statt.

Für eine bessere Vorbereitung ist eine Anmeldung unter Angabe der Themen erforderlich. Diese nimmt das Sekretariat telefonisch unter (05132) 505-1002 oder per E-Mail an nicole.dischinger@lehrte.de entgegen.

Ihr persönlicher Ticketservice der HAZ & NP

Alle Stars. Alle Tickets. Ein Shop.

Johannes Oerding
25. April 2026: ZAG-Arena

Rolando Villazón / PRJCT Amsterdam
25. April 2026: Kuppelsaal

Hannover-Burgdorf - Lemgo Lippe
26. April 2026: ZAG-Arena

DESiMOs spezial Club Mix-Show
27. April 2026: Apollokino

Masterplan
28. April 2026: Musikzentrum

Forum Dirigieren
30. April 2026: NDR Konzerthaus

Mathias Richling
30. April 2026: TamTam Kleinkunsthöhne

Hannover 96 - Preußen Münster
02. Mai 2026: Heinz von Heiden Arena

Vor Ort für Sie da:

In den HAZ & NP Geschäftsstellen

Hannover, Lange Laube 10

Theater am Aegi, Aegidientorplatz 2

Burgdorf, Marktstraße 16

