



Andrea Wozny (1. Vorsitzende), Inka Sundermeyer (Kassenwartin), Carolin Meyer (Betriebsleitung), Jessica Fabisiak (2. Vorsitzende) und Julia Weiser (Trainerin) Fotos: Kim Mailand

Springgarten des Reitsportvereins Wolfenbüttel eröffnet:

## „Das Ergebnis kann sich sehen lassen!“

**Wolfenbüttel.** Am Sonntag, 26. September, eröffnete der Reitsportverein Wolfenbüttel (RSV) nach sechs Monaten Arbeit seine frisch sanierte Geländestrecke mit einem Lehrgangstag. Vor den Augen der Zuschauer weihen am vergangenen Wochenende zwölf Reiterinnen und Reiter unter der Leitung der erfolgreichen Vielseitigkeitsreiterin und ehemaligen Junioren-Europameisterin Julia Weiser die von Grund auf überarbeitete Geländestrecke ein. Die Geländestrecke am Wander-

parkplatz am Oderwald zwischen Adersheim und Halchter war immer ein besonderes Merkmal des Reitsportvereins Wolfenbüttel e. V. in der Region. In den vergangenen Jahren wurde der sogenannte Springgarten allerdings wenig genutzt. „Es war immer unser Wunsch, den Springgarten wieder in Betrieb zu nehmen und jetzt war der richtige Zeitpunkt“, sagt Andrea Wozny, erste Vorsitzende des Vereins. Zwischen März und September wurden das Gelände saniert, alte Hindernisse entfernt und neue feste sowie portable Sprünge angeschafft

oder von Mitgliedern des Vereins gebaut. Über die Neueröffnung freuen sich viele Vielseitigkeitsreiter in der Region, denn der Springgarten ist die einzige Geländestrecke im Umkreis von etwa 50 Kilometern. „Wir haben viele junge, ambitionierte Reiterinnen in unserem Verein, die an diesem Wochenende das erste Mal mit ihren Pferden das Geländespringen ausprobiert haben, aber auch einige Reiterinnen, die bereits Erfahrung in dieser Disziplin mitbringen“, so Wozny. „Bei der Sanierung des Springgartens haben wir deshalb besonders viel Wert darauf gelegt, dass für jeden Reiter etwas dabei ist“, ergänzt Carolin Meyer, Betriebsleiterin des Reitsportvereins. Der Springgarten des Vereins wartet nun mit einer Reihe verschiedener Hindernisse, wie Gräben, Tiefsprüngen und Baumstämmen in unterschiedlichen Höhen auf.



Sportwartin Lena Sundermeyer bei einem Sprung über einen Baumstamm

„Wir freuen uns als gesamter Verein auf unsere neue Attraktion. Wir haben viel Arbeit investiert und das Ergebnis kann sich sehen lassen. Unseren Springgarten möchten wir in Zukunft nicht nur unseren Vereinsmitgliedern öffnen, sondern auch externen Reitern die Möglichkeit geben, die Strecke zu nutzen“, sagt Wozny.

Auf beiden Waldstrecken wurden tolle Zeiten erzielt:

## Asselauf 2021 war ein großer Erfolg

**Wittmar.** Der TSV Wittmar veranstaltete am vergangenen Sonntag seinen 29. Assel-Lauf. Eine Gruppe um Teamsprecher Werner Bothe bereitete das Ereignis sehr gut vor. Coronabedingt musste die 3G-Regel beachtet werden. Niels Neumann leistete schnelle Arbeit am PC. Alle anderen Helfer/innen sind ebenfalls sehr aktiv gewesen. Vom MTV Wolfenbüttel war Sebastian Himburg als Helfer dabei. „Wir helfen uns gegenseitig“, informierte Bothe. Die Ehrenamtlichen Jonas Heida und Jonas Wölfe vom DRK mussten nicht eingreifen. Insgesamt liefen 55 Finisher über die Ziellinie und freuten sich über ihre Medaille. Diese Laufveranstaltung geht in die Vereinsgeschichte der TSV-Laufgruppe ein: Als Zuschauer kam zwischenzeitlich der Bundestagskandidat Holger Bormann (CDU) vorbei und führte nette Gespräche. Das tat auch die Laufsportlerin Dunja Kreiser, die zu diesem Zeitpunkt noch SPD-Kandidatin für den Bundestag gewesen ist und sich am Abend über ihr Wahlergebnis freute, weil sie in den Deutschen Bundestag eingezogen ist. „Es ist toll, dass diese Veranstaltung überhaupt stattfindet“, betonte Kreiser, die mit wenig Training eine beachtliche Zeit auf der Kurzstrecke erreichte. Nicole Dawidowski wollte den „dritten Zielaufplatz“ und betonte: „Ich komme wieder, auch wenn ich nicht Gesamtdritte werde. Diese Veranstaltung ist immer sehr schön.“ Schnellste Teilnehmerin mit einer tollen Zeit auf der 4,5 Kilometer langen Strecke wurde die Denkerin Laura Schattberg (1. U16/20:30,5 Minuten) vom Braunschweiger LC. „Ich hatte ein sehr gutes Gefühl beim Laufen, mein intensives Training hat sich ausgezahlt, ich freue mich riesig“, informierte die IGS-Zehntklässlerin. Verletzungsbedingt „mehrere Monate nicht trainieren“ konnte der männliche Sieger auf dieser Strecke, der Roklumer Jan-Hauke Meyer (1. M30/ 17:24,8 Minuten), der für den SV Roklum an den Start ging und sich ebenfalls freute. Gesamtzweiter wurde Helge Kann, auch SV Roklum, der sich zum zweiten Mal beim Asselauf beteiligte und ebenfalls Grund zur Freude hatte. Beide verbesserten ihre Zeit im Vergleich zu 2019. Einen Roklumer Doppelerfolg gab es schon im Jahr 2011, als der mehrfache Asselauf-Sieger um weniger als Haaresbreite vor seinem Bruder Frederic Meyer durchs Ziel rannte. Grund zur Freude hatte auch der 12 Jahre



Start des 4,5 Kilometer-Rennens.

Fotos: Bernd-Uwe Meyer

alte Magnus Meiners aus Timmerborn (1. U16) bei seinem dritten Asselauf. Gerne dabei sind die Brüder Dirk und Carsten Eichhorn (LG Okermühle). Karl-Heinz Höfel vom TSV Germania Helmstedt wollte schneller als 30 Minuten laufen, was er erreicht hat. W. Bothe überreichte ihm als ältesten Teilnehmer (1. M75) einen Pokal, über den sich der Lehrer im Ruhestund freute. Tolle Zeiten rannten auch die Schnellsten auf der 10,6 Kilometer langen Strecke. Der Wolfenbütteler Dominik Schrader, Braunschweiger LC, riss jubelnd seine Arme in die Höhe, als er sich ungehindert dem Ziel näherte. Als Zweiter hatte Sebastian Radecker, LC BlueLiner WF, ebenfalls Grund zur Freude. „Es ist alles schön gewesen“, brachte es Clemens Beier vom MTV Wolfenbüttel auf den Punkt. Urkunden erhielten die drei schnellsten weiblichen und männlichen Finisher je Lauf. Mehrere der Laufsportler/innen führten nach ihrem Rennen durch die Asse nette Gespräche und gaben sich auch gegenseitig Tipps.

**Ergebnisse nach Altersklassen**  
10,6 km. Frauen: 1. Gesamtsiegerin Martina Gielgen, 43:51, 7 Minuten, 2. Lena Gietz, 57:46,0, 3. Anna Wach, 1:01:58, 2 Std. W35: 1. Natalie Linde, 45:45,5 min, W50, 1. Silke Brinkmann, 49:59, 4, W55: 1. Martina Laeske, 1:14:12,3 Std, Seniorinnen W 60: Ulrike Kyas, LC BlueLiner, 1:00:48,0 Std. Männer: 1. Johannes Gille,

31:26,5, W35: 1. Meral Turhan, 27:02,9, W45: 1. Nicole Dawidowski, 24:12,1, 2. Melanie Schwandt, MTV Jahn Schladen, 27:47,8, Seniorinnen W50: 1. Dunja Kreiser, TTV Evessen, 25:52,5, 2. Regina Meinhardt, 26:18,8. Männliche Jugend U16: 1. Magnus Meiners, 22:10,8, U23: 1. Johannes Ritter, Thiede, 20:32,4. Senioren M30:1. Gesamtsieger Jan-Hauke Meyer, SV Roklum, 17:24,8, 2. Michael Heitmann, Mud Monkeys Mahnburg, 21:46,2, M35: 1. Helge Kann, SV Roklum, 17:59,9, 2. David Heitmann, M. Monkeys Mahnburg, 21:30,2. M45: 1. Jens Hintze, Cato-Family, 21:40,7, 2. Mischa Löttsch, 4 (e)motions, 22:16,0, 3. Meiko Hömke, Eintr. Braunschweig Wintersport, 22:16,5, M50: 1. Heiko Wellenreich, Wittmar, 24:42,2, M55: 1. Andreas Ritter, Thiede, 21:11,5, 2. Detlef Ilse, LT Braunschweig, 22:30,6, 3. Toprak Adnan, GS 1905, 24:04,4, M60: Heinz Wucherpfennig, LT Braunschweig, 21:37,1, M75: 1. Karl-Heinz Höfel TSV Germania Helmstedt, 28:29,1 Minuten.

### Verstärkung gesucht

**Schlade.** Das Verletzungspech im Herrenbereich spielt. JEDER ist herzlich willkommen, einfach beim Training einmal rein zu schnuppern (Diensttag und Donnerstags, jeweils 18.45 bis 20.15 Uhr, SV-Platz Schlade), bei einem jungen Team einzusteigen, das seine erste Saison



Mit 2.500 Quadratmeter Fläche zählt das Cato zu den größten Fitness-Studios in Wolfenbüttel.



Wöchentlich finden über 20 Reha- und Funktionstrainingsgruppen statt. Fotos: Cato

Fair, ehrlich und transparent seit 19 Jahren:

## Cato feiert heute Tag der offenen Tür

**Wolfenbüttel.** Am heutigen Sonntag ist es soweit, die CATO Health & Sports Company in Wolfenbüttel feiert ihren 19. Geburtstag und Du bist herzlich dazu herzlich eingeladen. Von 10 bis 18 Uhr bekommst Du die Möglichkeit, Dir unser Fitness- und Gesundheitsstudio live anzusehen, Dich ausführlich beraten zu lassen oder direkt ein Training zu absolvieren. Zusätzlich warten viele tolle Angebote, ohne versteckte Kosten, zum Tag der offenen Tür auf Dich. Die CATO Health & Sports Company unter der Leitung von Petra und Carsten Müller zählt mit seinen 2.500 Quadratmeter zu den größten Fitnessstudios in Wolfenbüttel und überzeugt vor allem durch Vielseitigkeit, da neben dem klassischen Fitnesstraining u.a. auch EMS Training angeboten wird. Dieses wird in der separaten PT-Lounge unter Aufsicht eines Personal-Trainers durchgeführt. Die Besonderheit beim EMS-Training liegt in der Effizienz, da bei einem 20-minütigen Training permanent 80 bis 90 Prozent der gesamten Muskulatur beansprucht

werden können. Weil dieses Training nur unter Aufsicht eines Personal-Trainers stattfindet, kann für jede Person die perfekte Intensität bestimmt werden. Egal ob Muskelaufbau, Gewichtsreduktion, Rückenstabilität oder Straffung, beim EMS-Training sind 20 Minuten pro Woche ausreichend. Eine weitere Besonderheit im CATO ist die hauseigene Physiotherapie. Die Praxis ist um zwei Behandlungsräume und einen speziellen Raum für Krankengymnastik am Gerät auf insgesamt 200 Quadratmeter erweitert worden. Der Raum für Krankengymnastik am Gerät enthält verschiedene Fitnessgeräte und auch ausreichend Equipment, um nahezu jedem Krankheitsbild gerecht zu werden. Unsere ausgebildeten Physiotherapeuten kümmern sich um deine Anliegen. Von erstklassigen rehabilitativen Behandlungen über entspannende Massagen oder andere sportartbegleitende Praktiken wird alles abgedeckt. Die Abrechnung erfolgt hier über alle gesetzlichen und privaten Krankenkassen.

Des Weiteren werden im CATO neben den klassischen Kursen (Bauch-Beine-Po, Jumping Fitness etc.) auch verschiedene Präventionskurse von Rückenschulen bis Fasziatraining angeboten. Die Präventionskurse werden über Paragraf 20 SGB V mit bis zu 80 Prozent Kostenübernahme durch die Krankenkassen bezuschusst. Zusätzlich finden über den BSV CATO e.V. wöchentlich über 20 Reha- und Funktionstrainingsgruppen statt, die mit einer Rehaverordnung besucht werden können. Auch in diesem Jahr wurde wieder in den Ausbau des Geräteparks investiert, so dass mit der Belt Squad und der Glute Drive zwei absolute Weltneuheiten der Marke „Hammer Strength“ auf der 1.100 Quadratmeter großen Trainingsfläche ihren Platz gefunden haben. Ebenfalls über Zuwachs erfreuen durfte sich in den letzten Monaten das Team der CATO Family. So ergänzen Jan Saffe sowie Tim Diersing das Therapeuten Team in der

CATO Physiotherapie. Zusätzlich konnte ein weiterer Ausbildungsplatz geschaffen, welcher mit unserer Auszubildenden Donata Damanskaitė besetzt wurde, die ihre Ausbildung zur Sport- und Fitnesskauffrau absolviert. Eine der größten Besonderheiten in der CATO Health & Sports Company ist die familiäre Atmosphäre und der Zusammenhalt, welcher wie sich gezeigt hat gerade in diesem Jahr noch stärker geworden ist. #catofamily ist nicht nur ein Werbeslogan, sondern wird bei uns gelebt. In einer Familie ist man immer fair, ehrlich und transparent zueinander. So wurden während der Schließung beispielsweise sechs Monate keine Mitgliedsbeiträge gebucht. Wenn Dich unser vielfältiges Angebot rund um Fitness, EMS, Physiotherapie und Kurstraining neugierig gemacht hat und Du gerne in einem familiären Umfeld trainierst, freuen wir uns, Dich persönlich bei uns begrüßen zu können und mit DIR unseren 19. Geburtstag zu feiern.

Health & Sports Company

Sport und Gesundheit auf über 2500 m<sup>2</sup>

**TAG DER OFFENEN TÜR**  
HEUTE von 10.00 bis 18.00 Uhr

**FAIR**  
**EHRlich**  
**TRANSPARENT**

# JETZT STARTEN UND SPAREN

**AKTION I\***  
für alle Neuanmeldungen

Bei Einmalzahlung einer Mitgliedschaft (12 o. 24 Monate Laufzeit) erhaltet Ihr:

**19 % Rabatt**  
Keine Anmeldegebühr  
Probestunde EMS im Wert von 59 €

**AKTION II**  
für alle Neuanmeldungen

Bei Abschluss einer Mitgliedschaft (12 o. 24 Monate Laufzeit) erhaltet Ihr:

**1 bzw. 2 Monate gratis**  
Keine Anmeldegebühr  
Probestunde EMS im Wert von 59 €

**AKTION III\***  
für EMS - PT LOUNGE

1 bzw. 2 Monate gratis und keine Aufnahmegebühr bei Abschluss einer Neumitgliedschaft oder

**19 % Rabatt auf Einmalzahlung** einer Mitgliedschaft + keine Aufnahmegebühr

\* nur gültig für 12 o. 24 Monats Abos - Rabatt nur für die Erstlaufzeit

Schweigerstraße 12 | 38302 Wolfenbüttel | www.cato-wf.de | Telefon 05331 / 93 56 86