

Alaaf & Helau in der Turnhalle



LETTER (KÖ). Über 150 Kinder und fast ebenso viele Erwachsene nahmen an der traditionellen Faschingsfeier der SG Letter 05 in der Turnhalle der Brüder-Grimm-Schule teil. Während die bunt kostümierten Kinder in der Turnhalle tobten, sich am Hindernisparcours abarbeiteten, Spaß beim Torwandschießen und Dosen werfen hatten, besuchten viele Eltern das im Letter-Treff eingerichtete Café zum gemütlichen Plausch bei Kuchen und Kaffee. Besondere Freude bereitete den Kids der Tanz mit dem Turntiger und der abschließende Luftballonregen, der unter den kleinen Füßen zerplatzte. Ein besonderer Hingucker war die als Schnecke verkleidete Mutter, die sich langsam in der Turnhalle fortbewegte.

Foto: Kögel

Letterschwimmer starten die Wettkampfsaison

SCHWIMMEN. Am ersten Märzwochenende waren Letterschwimmer gleich auf zwei internationalen Wettkämpfen mit dabei. Die Jugendmannschaft startete beim 26. Piranha Meeting im Stadionbad Hannover. Die Masters-Mannschaft trat in Goslar bei der 45. Internationalen Masters Schwimm Gala um den Goslarer Adler an. Das Team der SG Letter 05 startete 14. Mal beim Piranha Meeting. Hier waren knapp 1000 Spitzenschwimmerinnen und Schwimmer aus ganz Deutschland, der Schweiz und Polen mit über 4000 Starts dabei. Auf diesem großen Wettkampf traute sich Leonard Zucker (Jg. 2010) das erste Mal an die 100 m Freistil heran und beendete das Rennen mit einer 01:20,61. Sein Teamkollege Finn Kloppmann (Jg. 2012) konnte über 100 m Freistil mit

einer 01:21,70 eine neue persönliche Bestzeit erreichen. Thore Lorenz (Jg. 2009) schwamm über 50 m Brust mit 00:40,40 ebenfalls eine neue persönliche Bestzeit. Auch Matthes Lorenz (Jg. 2007) konnte eine neue persönliche Bestzeit über 50 m Rücken erreichen (00:37,76). Bei der hochkarätig besetzten Masters Schwimm Gala in Goslar, mit Vereinen aus fast allen Bundesländern, Großbritannien, den Niederlanden und Tschechien, schwammen Letters Masters auf 18 Strecken. Maximilian Schwebs (Jg. 2000) war hier besonders erfolgreich. Er konnte drei Medaillen aus dem Wasser ziehen. Über 100 m Brust errang er die Goldmedaille in seiner Altersklasse mit einer 1:22,81. Ebenfalls Gold holte er über die besonders anspruchsvolle Strecke 200 m Brust in



Das Masters-Team der SG Letter 05 vor dem Aquatic-Schwimmpark in Goslar freut sich über einen erfolgreichen Wettkampf: (von links) Dirk Buchholz, Matthias Stehr, Maximilian Schwebs und Jens Werner.

Foto: SG Letter

einer Zeit von exakt drei Minuten (3:00,00). Über 50 m Brust erschwamm er sich mit einer 0:38,54 die Bronzemedaille. Auch als Staffelschwimmer konnte er punkten: Zusammen

mit seinen Teamkollegen Dirk Buchholz, Matthias Stehr und Jens Werner kam die 4 x 50 m Lagen Staffel (Altersklasse 160 bis 199) auf einen respektablen fünften Platz.

Qualität erleben!

deterding

HONDA

GÖNN DIR EINEN NEUEN!

LASS IHN GEHEN...

LASS IHN MÄHEN...

BIS ZU 350 € EINTAUSCH-PRÄMIE

Miimo

*Beim Kauf eines neuen Honda Mähroboters Miimo bis 31.03.25.

QMF

Deterding GmbH
Erlenweg 20 · direkt an der B6
30827 Garbsen-Berenbostel
www.deterding.de

Öffnungszeiten:

Montag-Freitag
8 - 18 Uhr
Samstag 9 - 13 Uhr

Sportabzeichenverleihung beim TV Lohnde

LOHNDE. Am 15. Februar wurden beim TV Lohnde die Sportabzeichen für das Jahr 2024 verliehen. Insgesamt haben im vergangenen Jahr 81 Personen ihr Sportabzeichen erfolgreich beendet, davon 44 Kinder und Jugendliche und 37 Erwachsene. Außerdem konnten acht Familiensportabzeichen vergeben werden. Der Verein freut sich darüber, dass auch immer wieder neue Sportler dazukommen: 14 Kinder und vier Erwachsene haben diesmal zum ersten Mal ihr Sportabzeichen erhalten. Der Start in die neue Sportabzeichensaison ist am 19. Mai um 18.30 Uhr mit den 200m Radfahren und anschließend weiteren Disziplinen auf dem Sportplatz Lohnde. Bis Oktober wird es mehrere Termine geben, an denen die Disziplinen für das Sportabzeichen abgenommen werden.

Foto: TV Lohnde

Sauberkeitstag und Grillen

LETTER (KÖ). Am Samstag, 15. März, lädt Ortsbürgermeister Rolf Hackbarth alle letterschen Mitbürger zum Sauberkeitstag ein. Treffpunkt ist um 11 Uhr am Kastanienplatz. Gemeinsam sollen Wege und Grünflächen von Unrat befreit werden. Sammel-

beutel und Greifzangen werden zur Verfügung gestellt, Arbeitshandschuhe sollten mitgebracht werden. Im Anschluss an die Aktion sind die Helfer auf dem Hof des Ortsbürgermeisters zu einer Grillwurst und zu Getränken eingeladen.

Musik- und Kunstschule organisiert Tastenkoncert

GARBSEN (STP). Die Musik- und Kunstschule der Stadt Garbsen lädt für Sonntag, 9. März, zu einem Tastenkoncert in die Aula/Mensa im Schulzentrum I, Planetenring 7, ein. Beginn ist um 17 Uhr. Der Eintritt ist frei. Schülerinnen und Schüler der Musik- und Kunstschule werden am Klavier

und verschiedenen weiteren Tasteninstrumenten sowohl solistisch als auch im Ensemble/Combo ein abwechslungsreiches Programm präsentieren. Zu hören sind unter anderem Stücke von Vangelis, Chopin, Mendelssohn, Debussy sowie Jazz- und Filmmusik-Klassiker.

Gottesdienste der katholischen Gemeinden

GARBSEN. Folgende Gottesdienste der katholischen Kirchen finden statt.

Corpus Christi: Sonntag, 9. März, 9:00 Uhr Familienmesse, anschließend Gemeindefrühstück; 15:00 Uhr Kreuzwegandacht. Mittwoch, 12. März, 9:00 Uhr Heilige Messe. Sonntag, 16. März, 11:00 Uhr ökumenischer Gottesdienst.

St. Maria Regina: Samstag, 8. März, 17:00 Uhr Vorabendmesse. Mittwoch, 12. März, 15:00 Uhr Kreuzweg, anschließend Kaffee und Kuchen. Donnerstag, 13. März, 9:00 Uhr Heilige Messe und Rosenkranz, anschließend gemeinsames Frühstück. Sonntag, 16. März, 9:00 Uhr Heilige Messe, anschließend Sonntagscafé.

St. Raphael: Sonntag, 9. März, 11:00 Uhr Wort-Gottes-Feier. Donnerstag, 13. März, 17:00 Uhr Eucharistische Anbetung. Freitag, 14. März, 16:15 Uhr Kreuzweg; 17:00 Uhr Heilige Messe. Sonntag, 16. März, 11:00 Uhr Familienmesse mit Spontanchor, anschließend Fastenessen im Pfarrheim.

Taizé-Gottesdienst in Corpus Christi

HAVELSE. Am Sonntag, 9. März, findet um 18:00 Uhr in Corpus Christi, Nordenkamp 15, in Havelse ein Taizé-Gottesdienst in meditativer Atmosphäre mit von Kerzen erleuchtetem Altarraum und Weitergabe von Licht statt. Die Lieder sind schon im Zeichen der Passion. Eine Stille, Gebete und Segen runden die Gottesdienstfeier ab.

Anzeige

Tisch gedeckt, Freunde da. Aber: Aufs Essen freuen kann ich mich nicht

Da hat man sich so viel Mühe gegeben: Den Tisch gedeckt, seit Stunden gekocht, Freunde eingeladen. Alle sind da. Allerdings auch die Sorgen vor Völlegefühl, Magendrücken und Blähungen. Dabei ist es unnötig, sich zu quälen. Denn GASTEO Magen-Tropfen bringen die Freude am Genuss zurück.

EINZIGARTIGE HEILPFLANZEN-KOMBINATION FÜR DIE „ERSTE MAGENHILFE“

Einzigartig und so

nur in GASTEO Magen-Tropfen erhältlich, sorgen sechs clever kombinierte Heilpflanzen für eine schnelle „Erste Magen- und Verdauungshilfe“. Bitterstoffe – enthalten in Wermut, Benediktenkraut und Angelikawurzel – erhöhen rasch die Speichelproduktion und regen im Magen-Darm-Trakt Gallensaft und Magensäure an.^{1,2} Zusätzlich entspannen Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel und Kamillenblüten und bringen ein wohliges Bauchgefühl.

Wie gerne würde ich mitgenießen

NACH DEM ESSEN – UND PERFEKT FÜR UNTERWEGS

Auch dank der guten Verträglichkeit perfekt für das Essen zuhause, genauso wie für die Party

bei Freunden! Weiteres Plus: GASTEO Magen-Tropfen im praktischen Dosierfläschchen bleiben nach dem ersten Gebrauch noch zwölf Monate verwendbar.

1 Liszt et al. (2017) PNAS; 114(30), E6260-E62691; 2 Inge Depoortere (2014) Gut; 63:179-190.

GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. **Wirkstoffe:** Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel, Angelikawurzel, Benediktenkraut, Wermutkraut, Kamillenblüten. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Enthält 40 Vol.-% Alkohol.** (Stand: 11/2022). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.** Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden

8645701_002625

Blähungen? Völlegefühl? Magenkrämpfe?

GASTEO® hilft Deiner Verdauung über den Berg

Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!

PZN 10738439, AVP 10,89 €