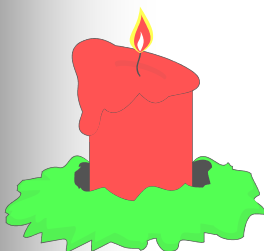


Schussbild



950 Jahre Rastede
Teilnahme am Ellernumzug

Schützenverein Leuchtenburg e. V.



Ausgabe 24 / Dez. 2009

www.schuetzenverein-leuchtenburg.de

Was wird geboten im SVL?



Wir bieten auf unserer modernen Schieß-Sportanlage am Sommerweg folgende Disziplinen an:

Luftgewehr, Freihand / Auflage / Dreistellung

Luftpistole

Kleinkalibergewehr, 3x20 Schuss / Liegend / Auflage

Sportpistole, Präzision / Duell

Armbrust

Bogen auf:

- 12 elektronische Luftdruckanlagen 10m
- 4 automatischen Luftdruckanlagen 10m
- 4 Kleinkaliberanlagen 50m
- 4 Pistolenanlagen 25 und 50m
- 4 Duellanlagen 25m
- 3 überdachten Bogenständen
- Bogenständen im Freien bis 90m
- Trainingsmöglichkeiten auf einer Computerschießanlage und einer Biathlonanlage

Trainingszeiten:

Dienstag	ab 17:00 Uhr	Schüler / Jugend / Junioren
	ab 19:30 Uhr	Damen
	ab 19:30 Uhr	Pistole
Mittwoch	ab 18:00 Uhr	Bogen Nachwuchs
	ab 19:30 Uhr	Bogen
Freitag	ab 16:30 Uhr	Schüler / Jugend / Junioren
	ab 19:30 Uhr	Herren

Das Redaktionsteam:

Jürgen Dierks – jd	Wilfried Kellner – wk	Jan Meister – jan
Lisa Martens – lisa	Hans-Dieter Röben – h-d	
Alena Rieger – alena	Elfe Stauch – es	

*Das Redaktionsteam wünschen allen Vereinsmitgliedern und Freunden des
SVL
ein frohes Weihnachtsfest und ein glückliches und gesundes Jahr 2010*

Schützenverein Leuchtenburg e. V.



Liebe Vereinsmitglieder und Freunde des Schützenvereins,

im Jahre 1990 anlässlich der Einweihung der Schießsportanlage am Sommerweg fragte mich Gerd Bruns, ob ich nicht Lust hätte, Mitglied im Verein zu werden. Ich hatte Lust und habe sofort die Eintrittserklärung unterschrieben. Zuerst habe ich mit dem Vereinsgewehr Nr.12 geschossen; doch nach kurzer Zeit dann auch mit dem eigenen Gewehr. Ich hatte es mir einfacher vorgestellt; gute Trefferergebnisse kann man aber nur reichen bei hoher Konzentration, ruhigem Stand und ruhiger Atmung, einem guten Auge (rechts reicht) und auch ein klein wenig Glück. Zuerst klappte es manchmal, später häufiger.

Die Pokalwettbewerbe habe ich alle mitgemacht, auf dem Treppchen habe ich dann zweimal auf der Trostrundenseite gestanden. Durch die Rundenwettkämpfe im Winter konnte ich andere Vereine kennenlernen. Ehrgeizig wurde um jeden Ring gekämpft; genau so wichtig aber waren die anschließenden Gespräche mit den Mitgliedern anderer Vereine.

Was macht unseren Verein aus? Zum einen die gute Atmosphäre, das angenehme Miteinander. Beim Schießtraining werden wie selbstverständlich Hilfestellungen gegeben und kleine Tricks zur Verbesserung der Schießergebnisse verraten. Die Gespräche nach dem Training am runden Tisch sind immer sehr offen und informativ. Angesetzter Arbeitsdienst (und davon hatten wir in den letzten Jahren nicht wenig) machte deshalb auch viel Spaß, weil viele der aktiven und passiven Mitglieder mitgemacht haben. Zum anderen natürlich die sportlichen Erfolge, die auch mich stolz machen. Auf regionaler und landesweiter Ebene gab es viele gute Ergebnisse. In den zurückliegenden Jahren konnten sich Mitglieder für die Deutsche Meisterschaft in München qualifizieren. Ich erinnere an den Titelgewinn „Deutscher Meister“ der Jugendmannschaft (Alena, Andrea und Michael) im Jahre 2003 und freue mich auch mit der Bronzemedailengewinnerin Alena Rieger in diesem Jahr. Für diese Erfolge ist hartes Training notwendig und dafür danke ich den Sportleitern, besonders den Jugendsportleitern. Zum dritten haben wir einen Vorstand, der sich permanent Gedanken macht, mit neuen Aktivitäten den Schießsport attraktiver zu gestalten und dadurch vor allem auch jüngere Mitglieder zu motivieren.

In diesem Verein, in dieser Mannschaft, in diesem Team fühle ich mich wohl!

Wilfried Kellner – Mitredakteur dieser Vereinszeitung

Kreismeisterschaften 2010

jd

Disziplin Luftgewehr / Luftpistole

Damenklasse- Luftgewehr

Leuchtenburg 3 belegte den 1. Platz mit 1140 Ringen

Einzelwertung	Platz 2	Hella Brumund	384 Ringe
	Platz 6	Svenja Söhnel	379 Ringe
	Platz 8	Sabrina Seebeck	377 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 2. Platz mit 1113 Ringen

Einzelwertung	Platz 3	Inga Osterloh	383 Ringe
	Platz 4	Ulrike Meeske	368 Ringe
	Platz 19	Christin Qualmann	362 Ringe

Leuchtenburg 4 belegte den 3. Platz mit 1110 Ringen

Einzelwertung	Platz 13	Sandra Menke	381 Ringe
	Platz 15	Andrea Schultze	367 Ringe
	Platz 17	Daniela Hillen	362 Ringe

Leuchtenburg 5 belegte den 5. Platz mit 1105 Ringen

Einzelwertung	Platz 10	Karina Wemken	374 Ringe
	Platz 11	Sabina Knutzen	373 Ringe
	Platz 25	Kerstin Skeide	358 Ringe

Leuchtenburg 6 belegte den 7. Platz mit 1063 Ringen

Einzelwertung	Platz 16	Konstanze Schröder	365 Ringe
	Platz 29	Nadine Koopmann	354 Ringe
	Platz 33	Susanne Muschard	344 Ringe
Einzelwertung	Platz 1	Birthe Schütte	387 Ringe

Schützenklasse- Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 1. Platz mit 1149 Ringen

Einzelwertung	Platz 2	Christian Grund	385 Ringe Finale 484,5
	Platz 8	Felix Otten	384 Ringe
	Platz 6	Jan Meister	380 Ringe Finale 475,1

Leuchtenburg 3 belegte den 2. Platz mit 1135 Ringen

Einzelwertung	Platz 1	Niels Lehmann	384 Ringe Finale 485,1
	Platz 10	Martin Adler	376 Ringe
	Platz 13	Janis Röben	375 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 3. Platz mit 1134 Ringen

Einzelwertung	Platz 7	Andre Witte	379 Ringe Finale 473,1
	Platz 4	Uwe Mehrtens	379 Ringe Finale 476,0
	Platz 11	Jochen Quathammer	376 Ringe

Leuchtenburg 4 belegte den 6. Platz mit 1100 Ringen			
Einzelwertung	Platz 15	Janko Moritz	374 Ringe
	Platz 17	Jens Vogelsang	372 Ringe
	Platz 25	Jürgen Dierks	354 Ringe
Einzelwertung	Platz 19	Thorsten Skeide	369 Ringe

Damen u. Schützenklasse- Luftpistole

Leuchtenburg 4 belegte den 6. Platz mit 1100 Ringen			
Einzelwertung	Platz 1	Ralph Nickler	369 Ringe
	Platz 4	Marco Dümke	338 Ringe
	Platz 6	Andreas Janßen	320 Ringe
Einzelwertung	Platz 2	Kerstin Quathamer	328 Ringe

Damen Altersklasse Freihand - Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 1. Platz mit 1121 Ringen			
Einzelwertung	Platz 1	Margrit Sieghold	380 Ringe
Sen.	Platz 1	Renate Gerdes	372 Ringe
	Platz 3	Sigrid Reiners	369 Ringe
Einzelwertung	Platz 2	Bettina Witte	372 Ringe
	Platz 4	Anne Röben	366 Ringe

Schützen Altersklasse Freihand - Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 4. Platz mit 743 Ringen			
Einzelwertung	Platz 4	Uwe Grosser	374 Ringe
	Platz 6	H.-D. Röben	368 Ringe
	Platz 21	Wilfried Grund	0 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 6. Platz mit 687 Ringen			
Einzelwertung	Platz 11	Martin Bahlmann	341 Ringe
	Platz 16	Ralf Ollermann	339 Ringe

Altersklasse – Luftpistole

Einzelwertung	Platz 2	Martin Bahlmann	358 Ringe
---------------	---------	-----------------	-----------

Seniorenklasse – Luftpistole

Einzelwertung	Platz 1	Willy Peper	373 Ringe
Einzelwertung	Platz 3	Helmuth Krott	324 Ringe

Seniorenklasse Freihand - Luftgewehr

Einzelwertung	Platz 7	Horst Joneleit	363 Ringe
---------------	---------	----------------	-----------

Altersklasse Auflage - Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 7. Platz mit 864 Ringen			
Einzelwertung	Platz 4	Uwe Rowold	295 Ringe
	Platz 15	H.-D. Röben	289 Ringe
	Platz 20	Detmar Söhnel	280 Ringe

Ein Maßstab für gute Leistung

- Neubauinstallation
- Altbaurenovierung
- Badsanierung
- Dachs Heizkessel
(der Kessel der sein Geld verdient)
heizen mit Stromerzeugung
- Wartungs- und Kundendienst
- Bauklempnerei in Form von Dachrinnensanierung, Fassadenverkleidung in Zink und Kupfer
- Solaranlagen
- Holzvergaserkessel
- Pelletsheizkessel
- Wärmepumpenanlagen
- Brennwerttechnik im Gas- und Ölbereich



**Dierks &
Rosenow
GmbH**

Haarenkamp36
26180 Rastede-Leuchtenburg
Tel.04402/998928
Fax04402/998927
Kundendienst 0171 / 7420402

Heizung und Sanitärtechnik

Leuchtenburg 3 belegte den 10. Platz mit 850 Ringen
Einzelwertung Platz 16 Frank Zumholz 287 Ringe
Platz 17 Hartmut Remde 284 Ringe
Platz 22 Ralf Ollermann 279 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 11. Platz mit 838 Ringen
Einzelwertung Platz 18 Arndt Witte 284 Ringe
Platz 19 H.-H. Müller 282 Ringe
Platz 23 H.-G. Klostermann 272 Ringe

Seniorenklasse A Auflage - Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 3. Platz mit 885 Ringen
Einzelwertung Platz 4 Dieter Martens 297 Ringe
Platz 6 Marlene Meuschel 294 Ringe
Platz 7 H.-J. Wolter 294 Ringe

Seniorenklasse B Auflage - Luftgewehr

Leuchtenburg 1 belegte den 6. Platz mit 846 Ringen
Einzelwertung Platz 7 Michael Figura 285 Ringe
Platz 15 Egon Janßen 277 Ringe
Platz 8 Gerd Bruns 284 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 7. Platz mit 844 Ringen
Einzelwertung Platz 6 Wilfried Kellner 286 Ringe
Platz 9 H.-H. Grote 283 Ringe
Platz 16 Heino Gebken 275 Ringe
Einzelwertung Platz 13 Heinz Koschinski 281 Ringe

Disziplin Kleinkaliber

Schützenklasse - Freihand KK 100m

Leuchtenburg 1 belegte den 2. Platz mit 845 Ringen
Einzelwertung Platz 4 Christian Grund 289 Ringe
Platz 6 Andre Witte 285 Ringe
Platz 7 Jan Meister 277 Ringe
Einzelwertung Platz 9 Janis Röben 276 Ringe
Einzelwertung Platz 12 Janko Moritz 264 Ringe

Schützenklasse - Freihand KK-Liegendkampf

Einzelwertung Platz 10 Andre Witte 562 Ringe

Altersklasse - Freihand KK 100m

Einzelwertung Platz 1 H.-D. Röben 286 Ringe

Altersklasse Auflage – KK 50m

Leuchtenburg 1 belegte den 4. Platz mit 820 Ringen

Einzelwertung	Platz 4	Uwe Rowold	283 Ringe
	Platz 8	Frank Zumholz	274 Ringe
	Platz 11	Detmar Söhnel	263 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 6. Platz mit 778 Ringen

Einzelwertung	Platz 10	Hartmut Remde	263 Ringe
	Platz 12	H.-H. Müller	261 Ringe
	Platz 13	Ralf Ollermann	254 Ringe

Seniorenklasse A Auflage – KK 50m

Leuchtenburg belegte den 2. Platz mit 846 Ringen

Einzelwertung	Platz 3	Dieter Martens	286 Ringe
	Platz 7	Günther Schröder	281 Ringe
	Platz 10	H.-J. Wolter	279 Ringe

Seniorenklasse B Auflage – KK 50m

Leuchtenburg belegte den 2. Platz mit 778 Ringen

Einzelwertung	Platz 3	Gerd Bruns	267 Ringe
	Platz 4	Heino Gebken	259 Ringe
	Platz 5	H.-H. Neumann	252 Ringe

KK 100m Auflage – Altersklasse

Leuchtenburg belegte den 3. Platz mit 864 Ringen

Einzelwertung	1 Platz 8	H.-D. Röben	291 Ringe
	Platz 9	Uwe Rowold	291 Ringe
	Platz 13	Detmar Söhnel	282 Ringe

Leuchtenburg 2 belegte den 6. Platz mit 844 Ringen

Einzelwertung	Platz 11	Hartmut Remde	286 Ringe
	Platz 12	H.-H. Müller	282 Ringe
^	Platz 15	Ralf Ollermann	276 Ringe

KK 100m Auflage – Seniorenklasse A

Leuchtenburg belegte den 2. Platz mit 879 Ringen

Einzelwertung	Platz 2	Dieter Martens	298 Ringe
	Platz 10	H.-J. Wolter	291 Ringe
	Platz 12	Günther Schröder	290 Ringe

KK 100m Auflage – Seniorenklasse B

Leuchtenburg belegte den 2. Platz mit 813 Ringen

Einzelwertung	Platz 3	Gerd Bruns	287 Ringe
	Platz 4	Heino Gebken	273 Ringe
	Platz 5	H.-H. Neumann	253 Ringe



Saisonbeginn der Leuchtenburger Schützen – Scheckübergabe durch die Oldenburgische Landesbank wk

Am 25. September startete der Schützenverein Leuchtenburg die im Oktober beginnende Saison der Ligawettkämpfe und der Rundenwettkämpfe mit einer „Saisoneinstiegsparty“. Luftgewehr, Luftpistole und Bogen konnten unter fachkundiger Anleitung ausprobiert werden; mit Spielen wie Kicker, Dart, Computer-Wii und anderem wurde, organisiert von den Jugendlichen, ein unterhaltsamer Abend geboten.

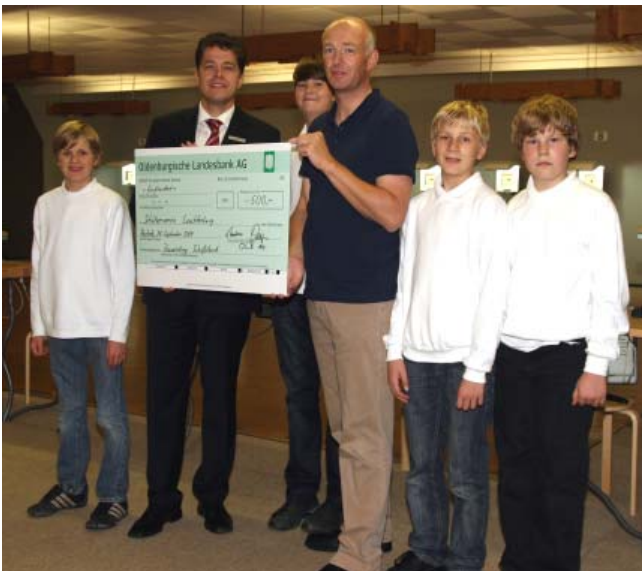
Dies war auch der erste Test der gerade neu installierten elektronischen Anlage auf dem Stand für Luftdruckwaffen. Hier wurden 12 Stände komplett neu ausgestattet, so dass jeder Schuss direkt auf einem Monitor für den Schützen bzw. Zuschauer angezeigt wird.

Diese Baumaßnahme war für den Verein mit hohen Investitionen verbunden, an denen sich über eine



Der Renner: Computerspiel „Wii“

Spende dankenswerterweise die Oldenburgische Landesbank beteiligt hat. Axel Oeltjenbruns von der Filialdirektion Rastede überreichte dem 2. Vorsitzenden Uwe Mehrrens einen Scheck in Höhe von € 500. Hiermit möchte die Oldenburgische Landesbank die sportlichen Aktivitäten des Vereins unterstützen, der mit dieser Investition die Weichen für weitere sportlichen Erfolge gestellt hat.



Scheckübergabe durch Herrn Axel Oeltjenbruns (OLB-Direktion Filiale Rastede) an Uwe Mehrrens (2. Vorsitzender) in Begleitung aktiver Bogenschützen (Jugend)

Unsere neue elektronische Anlage

Dieter Martens

Allen Schützen gerecht zu werden war unser Ziel, einfache und leichte Bedienung für den Einzelnen war Bedingung – haben wir es hinbekommen?

Sechs Liga-Mannschaften und zwölf Rundenkampf-Mannschaften sollten alle ohne Probleme ihre Wettkämpfe zuhause durchführen können.

Nicht jeder ist mit PC-gesteuerten Geräten vertraut, doch die Firma Disag hat ein bedienerfreundliches Programm entwickelt.

Die Mannschaftsleiter können ihren Gästen eine helle und ansprechende Anlage bieten und in schwierigen Situationen steht Christian als Ansprechpartner zur Verfügung.

Unsere Regionalliga-Wettkampfpartner aus Lathen und Freiheit-Harz waren mit der Funktion, Ergebnisübertragung und der Ausleuchtung sehr zufrieden, also alles bestens.

Die Teilnehmer aus Braunschweig hatten keine Meinung, vielleicht aus dem Grund, weil sie eine Anlage von einer anderen Firma haben?



Geelke testet die neue Anlage

Wenn es bei der Bedienung und Durchführung dann vielleicht doch mal hakt, sollte man etwas Geduld haben. Unsere Fachleute Christian, Uwe Rowold oder Ralf bekommen es schon wieder in den Griff.

In der Anfangsphase müssen wir alle mehr Verständnis dafür aufbringen, wenn sich kleine Fehler in der Bedienung einschleichen

Die Anzahl derer, die sich mit der Funktion und dem Wettkampfprogramm vertraut machen, sollte auf wenige begrenzt sein, denn dadurch wird die Fehlerquote geringer.

Auf lange Sicht hin wünsche ich immer gute Ergebnisse und nicht den schnellen Blick auf den Bildschirm.



Anzeigetafel mit Schussbildern und allen Teilergebnissen

SVL Präsentationsanzug



- Sehr leichtes und dehnbare Funktionspolyester
- Hoher Tragekomfort und optimaler Feuchtigkeitstransport
- Atmungsaktiv, strapazierfähig, formstabil und schnelltrocknend
- Jacke und Hose mit Reißverschluss-Taschen
- Mesh-Einsätze für eine optimale Ventilation
- Material: 100% Polyester, Innenfutter: 100% Polyester
- Polyester-Stretch-Twill

50 EUR bzw.
30 EUR

Beschriftung wie Muster unten



Bestellliste liegt in der Schützenhalle bereit



Echt schmuck -
die Mannschaft Leuchtenburg III

H Entsorgung GmbH
orst Bohmann



Entsorgungsdienstleistungen,
Containerverleih, Erdarbeiten,
Sand und Kies, Transporte



Kleibroker Str. 99 · 26180 Rastede · Te. 04402/1011 · Fax 04402/83382
e-mail: heinemann.ih@t-online.de · Internet: www.heinemann-entsorgung.de

Ellern-Festumzug / Oldenburger Kramermarkt Schönster Umzugswagen aus Leuchtenburg wk

Schon anlässlich des Schützenfestes im April hatte der Festausschuss die Idee: zur 950-Jahrfeier bauen wir die alte Leuchtenburg wieder auf! Zunächst nur als (Papp-) Burgturm beim Verlosungsspektakel als Gag zum Ü-30 Abend, aber immerhin mit historischen Kostümen und ellenlangem Zopf des Burgfräuleins Andreas.

„Selbstverständlich nehmen wir auch am Ellernumzug teil“, die Leuchtenburg wurde mit vieler Hände Arbeit auf einen Anhänger montiert, bemalt und mit Efeu und Rosen geschmückt. Burgherr Jochen und Burgherrin Heike mit den Hofdamen Ingeborg und Claudia nebst Freifrauen und Rittern hatten sich zwischenzeitlich historische Kleidung erstellt. Die Ritter mit Lanzen in Kettenhemden konnten fast echt wirkende Pappferde besteigen. Historisch korrekt wirkte auch das Wappen des Vereins auf einem Holzschild.



Hans hatte den Lanz angeworfen; bei leichtem Regen startete der Ellern-Festumzug. Burgherren und Freifrauen winkten von der Turmspitze und verteilten Äpfel und Bonbons an die Untertanen. Furchterregend fuchtelten die Ritter mit ihren Lanzen und spornten die Pappferde zum Galopp an. Ein großer Spaß für alle Teilnehmer und die Zuschauer, zumal auch nach kurzer Zeit die Sonne lachte.



Zuschauer und Akteure waren begeistert, was lag näher, auch am Kramermarktumzug teilzunehmen. Als einer der ersten Umzugswagen konnten die Leuchtenburger sich in den langen Tross einreihen. Start war am Cäcilienplatz hinter dem Staatstheater; der Umzug mit vielen phantasievoll geschmückten Wagen und Beiträgen endete dann nach mehrstündiger Dauer auf dem Marktgelände.



Besonders gefreut hat alle Helfer und Teilnehmer unseres Umzugswagen, dass er als einer der schönsten Wagen des Kramermarktumzugs von einer Jury der Stadt Oldenburg ausgezeichnet wurde. Zu einer Feierstunde im Festsaal der Weser Ems Halle hatte die Stadt Oldenburg eingeladen. Geehrt wurden Schausteller und Kramermarktumzugsteilnehmer. In seiner Ansprache lobte der Leiter des Bürger- und Ordnungsamtes, Ralph Wilken, die gelungenen Beiträge zum Kramermarktsumzug und den volkstümlichen Charakter des Marktes. Zunächst wurden Schausteller für 25- und 50-jährige Teilnahme am Kramermarkt geehrt. Geehrt wurden Teilnehmer des Kramermarktumzuges in der Kategorie `Spielmanszug` der Spielmanns- und Fanfarenzug Hahn-Lehmden und Nethen, in der Kategorie

`Kinderumzug` die Krusenbuscher „Cruiser“ mit Kindern in Gokarts und in der Kategorie `Schönste Festwagen` der Heimatverein Hatterwüstring mit der riesigen Erntekrone, die Dartgruppe „Red Dragon“ und der Schützenverein Leuchtenburg. Herr Wilken bedankte sich für den gelungenen Beitrag beim 1.Vorsitzenden des SVL, Gerd Bruns, und überreichte eine Anerkennungsurkunde und eine Geldspende. In fröhlicher Runde unter den Klängen einer Drehorgel endete die Feierstunde.



Ralf Wilken beglückwünscht Gerd Bruns

Wolfgang Müller / NWZ – testet neue Anlage Uwe Mehrstens



Zum Probelauf der elektronischen Anlagen auf der Saisoneinstiegsparty hatten wir den schreibenden und radelnden Reporter der NWZ, Herrn Müller (s. Foto), eingeladen, damit er unsere neue Anlage einmal testen kann. Nach einem Fotoshooting von Uwe Mehrstens (die NWZ berichtete hautnah) hat Wolfgang Müller dann selber einmal das Gewehr in die Hand genommen und uns gezeigt, dass er kein Teleobjektiv benötigt, um ins Schwarze zu treffen. Wilfried und ich waren richtig beeindruckt, wie gut er getroffen hat. Eine Beitrittserklärung wollte er allerdings noch nicht unterschreiben. Dafür haben wir aber einen tollen Bericht bekommen.



Blick auf den Monitor: schon wieder eine 10?!

Ihr griechisches Spezialitäten-Restaurant in Rastede

Alle Gerichte
auch außer Haus!

ATHEN

Täglich geöffnet von:
12.00 - 14.30 und 18.00 - 0.30 Uhr



Oldenburger Straße 219 · 26180 Rastede · Tel. 0 44 02 / 24 01

Luftpistolen-Training für alle! es Noch Plätze frei!

Ein paar Ringe mehr schießen! Endlich die Ausreißer loswerden! Die Technik des Pistolenschießens lernen! Die Quali zur Deutschen Meisterschaft schaffen! In der Landesverbandsliga schießen ... und so weiter und so fort.

Gelegenheit sich zu verbessern, den Weg nach oben zu schaffen, ist bei entsprechendem Training und bestimmten Voraussetzungen möglich. Pistolentrainerin Effe Stauch bietet ein entsprechendes Training an, an dem alle Jugendlichen ab 13 Jahren und alle an Leistungsfortschritt interessierten erwachsenen Schützinnen und Schützen teilnehmen können.

Wann? Jeden Montag von 18.30 bis 20.00 Uhr im Schützenhaus am Sommerweg 10. Regelmäßige Teilnahme wird vorausgesetzt.



Elektrotechnik Ralf Wedelich

- Kundendienst
- 24-h-Notdienst
- Hausinstallation
- Beleuchtung
- Klimageräte
- Antennenanlagen
- Telefonanlagen
- Geräte
- Netzwerk-Technik



HÖRMANN TORTECHNIK
Garagentore · Sektionaltore
Industrietore

Arndtstr. 14 · 26180 Rastede · Tel. 0 44 02 / 59 76 77
Mobil 01 72 / 4 26 66 72 · E-mail: wedelich.elektro@ewetel.net

Skatturnier beim Schützenverein Leuchtenburg wk

Ende November fand das diesjährige Skatturnier des Schützenvereins Leuchtenburg in der Schützenhalle am Sommerweg statt. Es hatten sich 56 Spieler eingefunden um den Besten zu ermitteln. Unter der fachkundigen Leitung von Rainer Dahl und Gerd Bruns wurden drei Runden ausgetragen.

Mit der Traumpunktzahl von 930 Augen war Dieter Kauer nicht zu schlagen. Ihm folgten Ewald Melius (829 Augen) und Hartwig Rädeker (756 Augen).

Dank an Rainer Dahl für die gute Organisation.



Präsente für alle(v.l.):
Hartmut Grund,
Wolfgang Schwierz,
Dieter Kauer (Gewinner)

NEUHAUS

QUATHAMER & SCHWARZE GmbH

DIE TISCHLER



- Einbauschränke
- Treppen
- Sicherheitstechnik
- Fenster und Türen
- Reparaturen
- Möbel ● Tische
- Zimmertüren
- Trockenbau

Metjendorfer Landstraße 11
26215 Metjendorf/Oldenburg
Telefon 04 41 / 6 26 98
Telefax 04 41 / 6 26 78

Gezielt gefragt



Name: Janis & Janko	Alter: 43
Habt Ihr Schwächen?	Schwächen hat nur der HSV!
Wie schätzt Ihr euch als Fahrradfahrer ein?	Bis 3,0 Promille geht's aber ab 1,6 schieben wir lieber ;-)
Was macht Ihr gerne in eurer Freizeit?	Fußball spielen und gucken, Feiern, Grillen, Festivals
Welches ist Euer Lieblingsessen?	Tranchiertes Lamm in einer Teigtasche im Dialog mit Krautsalat und Tzaziki
Was ist Euer Lieblingsgetränk?	das ist Jahreszeitabhängig - Sommer: Bremens zweitbestes Winter: Weinhaltiges Heißgetränk
Welches ist neben Mathematik Euer Lieblingsfach in der Schule?	Neben Polynomdivision gefallen uns auch binäre digitale Steuerungen
Was ist Eure Lieblings - Fernsehsendung?	Das was an einem Männerabend läuft: Simpsons, Team-Schrick, Two and a half man und Stromberg
In welchem Film möchtet Ihr gerne mitmachen?	Pulp Fiction
Welchen Menschen würdet Ihr gerne kennenlernen?	Mit Thomas Schaaf ein Bierchen trinken und dann mit Tim Wiese feiern gehen
Was macht Euch wütend?	Oldenburger Ordnungsamt besonders die Politessen der Nadorster Straße
Habt Ihr ein Vorbild oder Ideal?	Tim „das Modul“ Wiese
Welchen Lieblingsspruch habt Ihr?	Ich wäre gern ein Löwe - F***** , Fressen und ne geile Frisur



„Schießen ist ganz einfach...“, das hat bestimmt jeder Schütze vor einem Wettkampf schon einmal gehört, „du schießt einfach eine 10 und machst dann 39 mal dasselbe!“.

Wie schießen geht, das wissen wir alle. Und im Grunde ist es wirklich nicht so schwer. Es gibt allerdings eine Sache, die uns von dem 39-mal-dasselbe-machen besonders vor wichtigen Wettkämpfen abhält: Unser Kopf.

Wir bereiten uns mit dem regelmäßigen Training auf Wettkämpfe vor, wir trainieren den richtigen Anschlag, das richtige Einsetzen der Waffe in die Schulter, die richtige Art des Zielens, das Atmen, das Nachhalten. Aber oft passiert es, dass all diese Dinge wie durch unseren Kopf ausgeschaltet scheinen. Es wird gezittert, in die Mitte geschummelt und erst recht nicht nachgehalten. Gerade bei wichtigen Wettkämpfen gehen uns eine Menge Dinge durch den Kopf „Was schießt mein Gegner?“, „Liege ich in Führung?“, „Ich habe schon vier Neunen, die nächsten Schüsse müssen 10-er sein!“, „Oh nein, eine 8!!!“, „Um zu siegen brauche ich ein bestimmtes Ergebnis!“, „Warum steht der Kampfrichter schon seit 10 Minuten direkt hinter mir?“ und und und. Oft beeinflussen uns auch alltägliche Dinge. Private oder berufliche Sorgen,

bevorstehende Ereignisse, wichtige Prüfungen. All dies hat in einem Wettkampf eigentlich nichts zu suchen. So kann ein eigentlich sicherer und bewährter Anschlag zur reinsten Zitterpartie werden und zu unschönen Ergebnissen führen.

Man kann seinen Kopf zwar nicht aus-, aber sinnvoll einschalten.

Die Lösung heißt Mentales Training. Alle Bewegungen, die wir machen werden vom Kopf gesteuert. Mentales Training ist also Kopftraining. Wer regelmäßig auch mental trainiert, wird schon bald Erfolge sehen. Die Motivation wird gesteigert; wem klar ist, was er eigentlich will und wie er es erreicht, der ist erholter und freut sich mehr auf das Training. Man lernt, wie man schneller vom schulischen oder beruflichen Alltag abschalten kann und sich voll auf das Training konzentrieren kann. Man gewinnt Selbstvertrauen und bleibt auch bei hohem Druck standhaft und stark. Man kann erlernen, wie man sich Ziele klarer setzt und darauf hinarbeitet, wie man mit Druck umgeht und auch persönlich vom Schießsport profitiert.

Mentales Training kann dazu beitragen, dass man die Schießtechnik schneller erlernt, im Kopf fest verankert und im Wettkampf schnell abrufen kann.

Natürlich erfordert das Mentale Training eine gewisse Disziplin, aber es wird sich bezahlt machen.

Wer mehr über das Mentale Training erfahren möchte, dem steht zahlreiche Fachliteratur zur Verfügung, die Methoden und Erfolgsstrategien des Mentalen Trainings ausführlich erklären.

Und nun noch ein kleiner „Sorgen-Entferner“, der kurz vor dem Wettkampf helfen kann:

Schließe deine Augen. Stelle dir nun einen großen Raum vor, der Raum ist gemütlich eingerichtet. Durch die Fenster strahlt die Sonne und wärmt deinen Körper. Du gehst weiter in Raum hinein und entdeckst eine Kommode. Sie steht ganz allein in dem Raum. Es ist eine große, alte Kommode. Sie hat nur eine Schublade. Du öffnest die Schublade und entdeckst ein Kästchen. Es ist ein schönes Kästchen aus Holz mit hübschen Verzierungen. Du nimmst das Kästchen aus der Kommode und öffnest es. Es ist leer. Du hast nun die Möglichkeit, all die Dinge, die dir im Kopf herumschwirren in das Kästchen zu legen. Egal was dich beschäftigt oder belastet, du kannst es aus deinem Kopf direkt in das Kästchen

legen. Dein Kopf ist nun leer. All deine Sorgen und Ängste, all die wirren Gedanken sind nun in dem Kästchen. Du schließt es, legst es zurück in die Schublade und schließt die Kommode. All deine Gedanken sind nun sicher in der Schublade und verbleiben dort, bis du sie wieder holst. Du verlässt den Raum und ziehst die Tür hinter dir fest zu. Und jetzt schieße eine 10 und mache 39-mal dasselbe...

Alena Rieger



Kreismeisterschaften der Jugend in Hahn wk

Bei den Kreismeisterschaften holten die Bogenschützen des SV Leuchtenburg folgende Titel: Erich Werner, Kreismeister in der Schülerklasse A, Tom Werner, Kreismeister in der Schülerklasse B und Folke Mehrstens, Kreismeister in der Jugendklasse



Dieses Schussbild ist das Ergebnis einer ruhigen Hand



gefördert durch:
Raiffeisenbank Rastede eG

Gemeindepokal der Jugend jan

Der Gemeindepokal der Jugend wurde in diesem Jahr in Delfshausen ausgetragen und wir konnten mit einem starken Team an ihm teilnehmen. Die Gruppe bestand aus schon „alten“ Hasen und auch den „jungen“ Hüpfern, die Jugendlichen konnten wieder gute Ergebnisse erzielen und in der Gesamtwertung mit insgesamt sehr guten 889 Ringen den 1. Platz und somit auch den Gemeindepokal für sich gewinnen. Auf den zweiten und dritten Platz kamen der SV Hahn (806 Ringe) und

der SV Neusüdende (666 Ringe). In der Schülereinzelnwertung erreichte Saskia Dierks mit 173 Ringen den 2. Platz und Malevia Dierks mit 169 Ringen den 3. Platz. In der Jugend und Juniorenklasse erreichten Geelke Röben mit 186 Ringen den 2. Platz und Alisha Kathmann mit 181 Ringen den 3. Platz.

Alles in allem war es wieder einmal ein durchaus erfolgreicher Wettkampftag für die Jugendlichen des Schützenvereins Leuchtenburg!

Rund ums Haus stehen wir Ihnen zur Verfügung

FRIBO- MALER & HAUSMEISTER
sämtliche Malerarbeiten für Innen und Außen
sämtliche Hausmeister Tätigkeiten an
und in Ihrem Haus

FRIBO-BAU
schlüsselfertige Erstellung von
Neu-, Um- und Anbauten
im Wohn- und Gewerbebau

FRIBO-TISCHLEREI
Fenster, Haustüren
Rollläden, Wintergärten
Treppen

FRIBO-ZIMMEREI
Dachstühle
Carports, Gartenhäuser
Kundendienst

FRIBO-ELEKTRO
komplette Elektroinstallation
Photovoltaikanlagen

FRIBO-PLANUNG
Planung von Ein- und
Mehrfamilienhäusern
Bauantragsplanung

FRIBO-HEIZUNG UND SANITÄR
Bauklempnerei
Badsanierung, Solaranlagen
Kundendienst und Wartung

GEBÄUDE-ENERGIEBERATUNG
Blower-Door-Test
Thermographie
Energie-Check

24-Std.-Notdienst: 04402 - 93 83 18

FRIBO-Team

26180 Rastede · Am Stratjebusch 109a
Tel.: 0 44 02 - 93 83 - 0 · Fax: 0 44 02 - 93 83 29
www.fribo-team.de

Weihnachten, Stress oder einfach nur schön? Lisa

An der letzten Sitzung der Schussbildredakteure konnte ich aus zeitlichen Gründen nicht teilnehmen und ich dachte – nun musst du ja keinen Beitrag verfassen- aber weit gefehlt! Durch elektronische Post bekam ich den Auftrag eine Weihnachtsgeschichte oder ähnliches zu schreiben. Einfach eine Geschichte aus einem Buch abzutippen, nee, also versuche ich es mit eigenen Worten. Einige Männer scheinen Weihnachten und die Adventszeit im allgemeinen nicht zu mögen☺.

Wenn wir Frauen uns neue Dekorationen ausdenken und nach passenden Geschenken Ausschau halten wirken sie schon ein wenig genervt. Dann kommt schon mal der Spruch: „Meinetwegen brauchen wir uns nichts zu schenken.“ Klar, denn sie haben keine Idee was sie schenken könnten, obwohl man in den letzten Wochen schon öfter Wünsche in versteckter Form geäußert hat.

Zum Beispiel bei einem Einkaufsbummel: Guck mal, ist das nicht ein toller Schal!“ Vergebens, man muss einfach direkt werden und sagen:“ Den wünsche ich mir von dir zu Weihnachten.“

Wir Frauen beobachten unsere Männer und versuchen die geheimen Wünsche zu erraten und sind dann am Heiligabend enttäuscht, weil die Freude dann nicht so groß ist wie wir es erwartet haben.

Ist Weihnachten also doch nur Stress, weil einmal im Jahr alle ganz lieb zueinander sein wollen?

Nein, Weihnachten kann sehr schön sein, wenn wir unsere Erwartungen



etwas herunterschrauben und es einfach nur genießen an den Feiertagen etwas mehr Zeit füreinander zu haben. Die dunkle Jahreszeit hat ihren Reiz, Kerzenschein, Plätzchenduft, geheime Verstecke und ein bisschen Vorfreude ist doch bei jedem vorhanden, oder?

Nicht nur Frauen mögen Weihnachten, ich kenne Männer, die Weihnachten genießen und die am Heiligabend in der Küche tätig sind und mit voller Begeisterung die obligatorische Gans oder Ente in den Ofen befördern. Ein dreifach Hoch auf diese Prachtexemplare!

Zu meiner Zeit gab es zu Weihnachten einen bunten Teller und wenn die Puppe, die irgendwann im Laufe des Jahres ihren Arm verloren hatte, am Heiligabend wieder heil unter dem Tannenbaum saß, war das schon eine außergewöhnliche Überraschung. Schade, heute muss es schon etwas mehr sein um Freude aufkommen zu lassen.

Ich freue mich schon auf die Weihnachtszeit und ich wünsche euch allen ein mukuliges Fest.

Schützenverein Leuchtenburg - „Who is who ?“ :

Stand: 30.1.09

1. Vorsitzender:	Gerd Bruns
2. Vorsitzender:	Uwe Mehrtens
3. Vorsitzender:	Dieter Martens
Schriftführerin:	Heike Dierks
stellvertr. Schriftführerin	Frauke Schröder
Pressewart:	Elfe Stauch / Wilfried Kellner
Kassenwart:	Werner Meuschel
1. Sportleiter:	Jürgen Dierks
2. Sportleiter:	Hans-Hermann Müller
3. Sportleiter:	Thorsten Skeide
4. Sportleiter:	Martin Bahlmann
1. Jugendsportleiter:	Christian Grund
2. Jugendsportleiter:	Jan Meister, Inga Osterloh
1. Damensportleiterin:	Jürgen Dierks - kommissarisch
2. Damensportleiterin:	Anne Röben
3. Damensportleiterin:	Marlene Meuschel
1. Sportleiterin – Bogenabteilung:	Lieselotte Kuck
Jugendsportleiter – Bogenabteilung:	Henning Göden
1. Sportleiter – Pistolenabteilung:	Helmuth Krott
2. Sportleiter – Pistolenabteilung:	Willi Peper

***Wir sind eine Bank zum Anfassen.
Verlässlich. Persönlich. Nah.***



Wir machen den Weg frei

Gerade in angespannten Zeiten, wenn sicher geglaubte Verbindungen besonders strapaziert werden, ist es wichtig, den Überblick zu behalten. Mit unserer Erfahrung aus über 100 Jahren Genossenschaftswesen und dem persönlichen Kontakt von Mensch zu Mensch vor Ort sind Sie auf der richtigen Seite.

Raiffeisenbank Rastede eG



Veranstaltungen 2010

- 10.1. 14.30 A.S.B.: Delegiertenversammlung in Spohle
10.1. 10.00 Regionalligawettkampf in Braunschweig, Gegner: Nordstemmen
10.1. 10.00 Landesverbandsligawettkampf in Etzhorn L'burg 2: SV Stuhr
10.1. 10.00? Landesverbandsligawettkampf in Wörpedorf, L'burg 3: SV Sögel
29.1. 20.00 **Jahreshauptversammlung**,
mit Ehrungen, Wahlen, Berichte der Vorstandsmitglieder.
31.1. 15.00 Feier für die älteren Vereinsmitglieder (60 Plus) und Partner,
Kaffee und Kuchen, Unterhaltung mit „Fidy aus Oldenburg“
Februar **Pokalwettbewerb** des S.V.L. Bitte alle mitmachen !!, LG u. LP
5.3. 19.00 **Pokalfinale**
6.3. 14.00 Delegiertenversammlung des O.S.B. „WEH
7.3. Bundesschießen in Edewecht. Jugd. Damen, Schützen, Alt- Aufl.
13.3. 20.00 Königsball des A.S.B. in Edewecht, Breeweghalle.
Org. Jochen und Heike !
26.3. 20.00 **Mitgliederversammlung**, Schützenfest usw.
28.3. 15.00 **Königsschießen** für alle Klassen, Aalschießen
1.4. 20.00 **Königsproklamation**, mit „Holger“,
wir freuen uns wieder mit Ihm auf ein neues Königshaus.

Schützenfest 2010 Liebe Vereinsmitglieder, wir hoffen und freuen uns
auf Euren Besuch, es ist für jeden etwas dabei.
Auch in diesem Jahr ohne Uniform am Samstagabend!

Programm:

- 20/21.4. 18.00 Schießen für Firmen, Vereine, Kegelclubs,
Straßengemeinschaften, Familien usw.
22/23.4. 18.00 Pokalschießen für Schützenvereine usw.
23.4. 20.00 Große Disco Veranstaltung: die“ Aloha Mai Party“ !!
24.4. 14.30 Kaspertheater, für die Kleinen mit den Eltern,
12.00 „Trecker Treff „
20.00 die SVL - Ü 30 - Party, mit der Life Band: ? !
Verlosung eines Reisegutscheines im Wert von 500,- €!
25.4. 10.00 Frührschoppen
12.00 Mittagessen, Lutz sorgt für ein leckeres Essen!
14.00 Großer Festmarsch, 2 Spielmannzüge
15.00 Musik im Festzelt, Siegerehrung der Schießwettbewerbe
16.00 Ausgabe der Tombolapreise,
18.00 Gemütlicher Schützenfestausklang.
14.5. 20.00 **Versammlung**, Schützenfestnachlese mit Grillen usw.
Mai bis Aug. Schützenfeste der befreundeten Vereine
21.5.-25.5. **Pfingstzeltlager** der Jugend

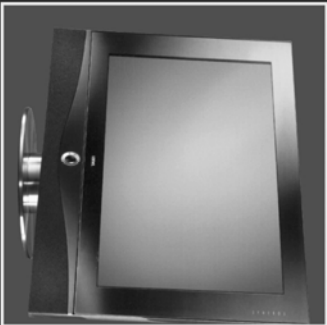
Mit freundlichem Gruß

Gerd Bruns 1.Vorsitzender

DIE GRANZE WELT DER UNTERHALTUNGSELEKTRONIK



HIFI-DVD



FERNSEHER



NAVIGATION

BORCHERS Springerweg 36 - 26180 Rastede
.....ELECTRONICS Telefon: 0 44 02 / 10 38
www.borchers-rastede.de