

## **POUND® seit 1.10. neu in Plochhorst !!!**

### **Rockout Workout“ – weckt im Sportler den Rockstar**

POUND® ist ein Fitness-Trend aus den USA, hier werden die Teilnehmer zu Schlagzeugern.

POUND® kann jeder machen: ob jung oder alt, Anfänger oder Fitness-Cracks, Männer oder Frauen, groß oder klein – das Workout vereint Cardio, Pilates, Krafttraining kombiniert mit Schnelligkeit und Stretching.

Durch die kontinuierliche Bewegung des Oberkörpers mit Hilfe der leicht gewichteten RIPSTIX® verwandelst Du Dich mit jedem Song in einen “Kalorien verbrennenden Drummer!”

Jeder kann auf seinem Level trainieren und sich nach und nach steigern, Übung macht bekanntlich auch den Meister.

Die Muskeln werden mit verschiedenen Bewegungen trainiert, die RIPSTIX® fleißig zu schweißtreiben-

den Beat geschwungen, auf die Matten am Boden geklopft & geschlagen.

POUND® kann noch mehr – es vermindert Stress, kurbelt das Immunsystem an, verbessert den Bluthochdruck und vor allem macht es Spaß, das versprechen wir euch!



Die Grundlagen und Techniken zum POUND® PRO erlernten wir im Dezember 2023 in Potsdam.

Komm und werde ein ROCKSTAR – die „POUND® Rockout Workout“ finden mittwochs um 18.00 Uhr im alten Sporthaus in Plockhorst statt.

**Wann:**

u.V. Mittwochs von 18:00 – 19.00 Uhr

**Wo:**

Altes Sporthaus, Bahnhofstraße 1 31234  
Plockhorst

6er Karten ab sofort erhältlich

**Wer sind wir:**

Natalia Luka & Alexandra Gürtler  
Tel.: 0174 4567 632



Wir freuen uns auf Dich!



## Kinder- und Jugendspieltag Tennis



Zusammen mit dem TC Florentine haben wir am 08.09.24 einen Kinder- und Jugendspieltag auf der Anlage in Berkhöpen veranstaltet. Insgesamt haben 15 Kids im Alter von 5 bis 13 Jahren teilgenommen. In der Altersklasse von 5-7 Jahren haben die Kinder verschiedene Übungen, einen Parcours und Spiele auf dem Kleinfeld absolviert. In der Altersklasse 8 bis 13 Jahre wurde ein kleines Turnier „Jeder gegen Jeden“ gespielt. Hier waren tolle Ballwechsel zu sehen und alle waren motiviert und mit Freude dabei.

Zur Belohnung gab es für alle TeilnehmerInnen eine Medaille. Die Aktion war ein voller Erfolg und bedarf im

nächsten Jahr unbedingt einer Wiederholung.

Beim SSV Plockhorst können wir uns aktuell sehr darüber freuen, dass neben dem Trainingsangebot von Nicolas Lehwald nun auch noch für die jüngsten Anfänger zwei Trainingsgruppen von Nina Hertzen angeboten werden.

Seit kurzem gibt es nämlich die Möglichkeit, dass Kinder und Jugendliche

im Rahmen der Jugendspielgemeinschaft (JSG)

„Plockhorst/ Eltze/ Dedenhausen“ nicht nur

Fußball, sondern

nun auch andere Sportarten, die

im eignen Verein nicht angeboten

werden, nutzen können.



*Melanie Klemm*

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder

**Ole Struckmeyer**

**Marc, Jasmin und Liam Joshua Schütze**

Herzlich Willkommen und eine schöne Zeit bei uns.



*Faire Preise,  
gute Leistung*

**Rainer Pelz**

**Dachdeckermeister  
Gebäudeenergieberater**

Wehner Horst 16 • 31234 Edemissen-Wehnsen  
Tel.: 0 51 76 - 75 44 • Fax: 0 51 76 - 87 72  
Mobil: 0170 - 270 20 36 • [rainer.pelz@t-online.de](mailto:rainer.pelz@t-online.de)

Bei uns sind Sie  
in guten Händen

Kommen Sie bei  
uns vorbei



**VGH Vertretung Andreas Brennecke**

Alte Heerstraße 23 31234 Rietze  
Tel. 05373 9500 Fax 9501

Am Pfarrgarten 3D 31234 Edemissen  
Tel. 05176 90909 Fax 976891

[www.vgh.de/andreas.brennecke](http://www.vgh.de/andreas.brennecke)  
[andreas.brennecke@vgh.de](mailto:andreas.brennecke@vgh.de)

 Finanzgruppe

fair versichert  
**VGH** 

## Ü40

Nach dem letzten Saisonspiel 23/24 gab es eine Mannschaftsbesprechung, um über den Fortbestand dieser Mannschaft zu sprechen, da wir in den letzten Spielen doch immer wieder sehr knapp besetzt waren.

An dieser Stelle erst einmal an großes Dankeschön an Steffi, Kati und Gerald und Gerd, die uns regelmäßig unterstützen haben. Ohne sie hätten wir die letzte Saison schon nicht zu Ende spielen können.

Mittlerweile habe wir mit Oeli einen festen Torwart, der auch nichts aus seiner aktiven Zeit als Keeper in den Herrenmannschaften verlernt hat und auch Steffi und Kati gehören zum Team.

Schnell war man sich bei der Zusammenkunft einig, es soll wieder eine Ü 40 gemeldet werden.

Durch Sven Grimm bekamen wir zur neuen Saison noch zwei weitere Spieler dazu.

Der eine ist Alex Jungnik, er gehörte bereits zu der kurzfristigen "Altherren-Fusion" mit Eltze und bei dem zweiten handelt es sich um Sebastian Kund-

schaft aus Eltze. Beide passen super in die Truppe und sind spielerisch eine echte Bereicherung.

Am 14.08. ging es dann zum ersten Spiel nach Rosenthal gegen die SG Bülten/Handorf/Schwicheltd/Rosenthal.

Man muss sich das mal auf der Zunge zergehen lassen, da sind vier (!! ) nicht gerade kleine Ortschaften zu einer Spielgemeinschaft geworden...

Die Begegnung endete 3:3 und wir haben es fast wie einen Sieg gefeiert!

Gegen Vechelde haben wir uns dann zuhause sehr schwer getan und 2:4 verloren.

Die nächsten beiden Spiele waren auswärts in Ilsede und Denstorf und gingen jeweils 3:1 und 5:0 verloren.

Oft ist es die fehlende Chancenwertung, wir treffen einfach das Tor nicht! Und wenn dann nur ein oder auch gar kein Auswechselspieler dabei ist und man nicht wenigstens mal kurz durchatmen kann, fehlt genau das in den letzten 20 Minuten an Luft.

Am 18.09 dann zuhause die nächste Runde gegen Handorf/Rosenthal/Schwicheldt/Bülten ..

Und was soll ich sagen?!

Bääm, 8:2 gewonnen... na also, es geht doch ...

Jetzt waren wir zum letzten Spiel der Hinrunde in Vechelde, leider ohne Auswechspieler.

Unser Gegner gewann 5:0.

Das schönste Kompliment vom Gegner war für uns

"Respekt, hättet ihr ein bis zwei Spieler mehr gehabt, hätte das für uns anders ausgesehen" ..

Ich freue mich auf die Rückrunde, da ist noch einiges drin.

Michaela Marks

- redaktionell keine Änderungen vorgenommen, Originaltext der Autorin -



Scholz Sanierungskonzepte GmbH & Co.KG,  
Dorfstraße 13, 31234 Edemissen-Plockhorst

Tel.: 05372-1870, Fax.: 05372-7978,

[info@schadendienst24-peine.de](mailto:info@schadendienst24-peine.de)

### Rohrbrüche

Wir finden beschädigungsarm die Schadstelle und erkennen mit neuesten Messmethoden die Auswirkung. Natürlich mit Reparatur und Instandsetzung zu allen anfallenden Gewerken.



### Wasserschäden

Wir finden die Ursache und sorgen für trockene Bausubstanz. Natürlich mit allen Maßnahmen der Keimreduzierung. Wir bieten mehr als nur Trocknung. Wir sorgen für Hygiene & damit gesunde Bausubstanz.



### Brandschäden

Wir helfen bei Brand- und Löschwasserschäden. Unsere Partner sind vernetzt mit den besten Brandschadensanierern und helfen so auch bei Großschäden.



### Elementarschäden

Auf Starkregen, Hochwasser und ähnliche Schäden aus Elementarereignissen sind wir bestens eingestellt. Wir sichern Ihr Hab und Gut und sorgen für schnelle Abhilfe bei Schäden.




Am 9. September 2024 verstarb unser Vereinsmitglied

**Karin Habermann**

im Alter von 67 Jahren. Karin gehörte über 14 Jahre  
unserem Verein an.

Wir danken ihr für ihre langjährige Treue und  
werden ihr ein ehrendes Andenken bewahren.

**Die Mitglieder und der Vorstand  
des SSV Plockhorst**



Im Namen der gesamten Fussballsparte möchte ich mich beim Förderverein Fussball für die großartige Unterstützung unserer verschiedenen Mannschaften in Form von Betreuer- und Mannschaftsgeld bedanken.

Auch in diesem Jahr durften wieder alle von der hervorragenden Arbeit der Vorsitzenden Lennart, Massi und Detlef profitieren.

Es lohnt sich also, dem Förderverein

beizutreten, da die Einnahmen allen Spieler/innen von der Jugend bis zur Ü40 zugute kommt.

Auch Feiern innerhalb der Spalte und Restaurierungsarbeiten am Sportplatz werden von dieser Seite erledigt und finanziert.

Bei Interesse und Fragen wendet Euch gerne an mich oder eine der genannten Personen.

*Michaela Marks*

## Weitere Spielervorstellungen der 1. und 2. Fußballherren



### Lars Kopper

Lars spielt seit 2021 bei uns in der **1. Herrenmannschaft**. Er kommt von der Jugend aus Uetze und kämpft in der Verteidigung mit der **Trikotnummer 14**.



### Torben Potz

Torben kommt aus Abbensen und hat ab 2011 in unserer Jugend gespielt.

Zwischendurch war er mal beim VfB Peine sowie in Edemissen.

Seit 2017 ist er mit der **Trikotnummer 3** ein fester Bestandteil unserer **1. Herren** und auf der 6er und 10er Position zu sehen.



**Fehlerberichtigung** – Leider hat in der letzten Ausgabe der Fehlerteufel zugeschlagen. Bei diesem Spieler handelt es sich um Lenjo Spickschen. Leon ist sein Bruder.

### Lenjo Spickschen

kommt aus Hannover und spielt in der Innenverteidigung der **2. Herren**





## Denis Nogalski

Denis ist seit 2018 im SSV.

Er hat als Goalgetter maßgeblich zum Erfolg der **2. Mannschaft** beigetragen.

Verletzungsbedingt steht er momentan leider nicht auf dem Platz, unterstützt die Jungs aber als Betreuer.



## Patrick Nogalski

kommt aus Uetze und spielt seit 2019 bei uns in der **2. Herren** als Stürmer.



## Johannes Köther

Jojo spielt als linker Verteidiger in der **2. Herren**. Er kommt aus der eigenen Jugend und ist seit 2010 im SSV.



Wir gratulieren ganz herzlich  
unserem Mitglied

Regina Flebbe Lehmann  
zum 70. Geburtstag.

Herzlichen Glückwunsch und alles Gute.

Sport- und Schießverein Plockhorst



e.V.



Ein herzliches Dankeschön geht an Johannes, der uns seine Kühl-/Gefrierkombination zur Verfügung gestellt hat und auch die sehr alten und energiefressenden Altgeräte entsorgt hat.



Vielen Dank an Massi und Detlef für die Umsetzung meiner Bitte nach einem abschließbaren Stauraum am Grillstand.

Leider kommt es ja immer mal wieder zu Fällen von "Vandalismus" rund um den Sportplatz und dem können wir so entgegen wirken.

*Michaela Marks*

*- redaktionell keine Änderungen vorgenommen, Originaltext der Autorin -*

Bei Holzfragen gleich zu Heuer fahren

**25** **H. Heuer** **25**  
Holzbearbeitungsbetrieb

Ihr Partner für:

Kiefern • Eichen • Fichten • Lärchen  
Bretter • Kantholz • Bauholz • Latten • Rauhsplund  
Profilbretter • Zäune • Palisaden

gehobelt, gefast, tauch- und druckimprägniert

Seershausen • Heitkamp 78 • Zufahrt von der B214  
Telefon (05372) 447 • Fax (05372) 66 43



**Vereinsheft**

**Impressum**

**Redaktion, Anzeigen und Layout**

Kati Schultz V.i.S.d.P. /Tel: 05173 2400029 oder 0176 84783534

Email: katischultz82@web.de oder vorstand@ssvplockhorst.de

mit freundlicher Unterstützung von Andrea Rücker

**Im Internet:** [www.ssvplockhorst.de](http://www.ssvplockhorst.de)

**Druck:** Wir machen Druck.de

## SSV-BALL

Traditionell findet am 30.11. (Samstag 20. November bekommt Ihr sie für 5 vor dem 1. Advent) der SSV-Ball statt. Euro bei mit, an der Abendkasse wird der Eintritt 7 Euro kosten.

Es wird wieder eine Tombola geben und für gute Musik ist gesorgt.

Snacks für den kleinen Hunger zwischendurch sind geplant.

Ein paar Neuerungen wird es auch geben.

Erstmalig könnt Ihr die Eintrittskarten im Vorverkauf erwerben. Vom 10. bis

(Unter 18-jährige haben freien Eintritt.)

Ich freue mich auf eine tolle Feier mit Euch.

*Michaela Marks*

*- redaktionell keine Änderungen vorgenommen, Originaltext der Autorin -*

**Ambulanter Pflegedienst**

- medizinische u. pflegerische Versorgung
- hauswirtschaftliche Versorgung
- Hilfe bei Anträgen und MDK-Besuchen
- Hausnotruf

**Wir sind für Sie da!**

Ambulanter Pflegeservice Uetze  
Abbeiler Weg 1  
31311 Uetze  
[www.aps-uetze.de](http://www.aps-uetze.de)

**0 51 73 / 690 11 00**



## Fußball Frauen bleiben ungeschlagen!

7 Spiele, 7 Siege und 21 Punkte. Ein Torverhältnis von 56:4 Toren. Das Kreispokalhalbfinale ist erreicht. Die Frauen sind in einer Topform und spielen eine super Saison.

Am 10.9. ging es nach Müden. Die gegnerische Mannschaft bekam eine 11-er Mannschaft zu Stande, so dass wir glücklicherweise auf das 11-er Feld spielen konnten. Wir erspielten uns zahlreiche Chancen, aber der Abschluss war stets zu kompliziert. So dauerte es bis zur 18 Minute. Hanna erzielte das 1:0. In der 25. Minute war es Caro, die das 2:0 erzielte. Bis zur Halbzeit erhöhten erneut Hanna und ein Eigentor der Gegnerinnen auf 4:0. Nach der Pause wollten wir effektiv weiterspielen. Konzentriert und mit gutem Passspiel konnte in der 61. Minute Kati nur durch ein Foul gestoppt werden. Den Strafstoß verwandelte Hanna. In der 63. Minute verwandelte Kati eine Ecke direkt ins Tor. Caro und Merle erzielten dann in der 76. und 83. Minute das Endergebnis von 8:0.

Am 15.9. trafen wir auf den 1.FC Wolfsburg. Diese reisten mit Verstär-

kung aus der Landesliga an. Mit enormem Einsatz und einer starken kämpferischen Leistung blieben die Punkte beim SSV Plockhorst. Zu kompliziert im Abschluss, viele vergebene Chancen und Ungenauigkeit waren an diesem Tag zu erkennen. Dementsprechend wurden wir in der 34. Spielminute bestraft und ging mit 0:1 in die Halbzeitpause. Durch den Trainer motiviert und mit einer starken Mannschaftsleistung erzielte Caro in der 48. Spielminute das 1:1. Torchancen resultierten in der gesamten 2. Halbzeit, jedoch dauerte es bis zur 85. Spielminute, bis Kati das erlösende 2:1 erzielte. Dies war der Endstand und die Erleichterung groß, dass auch dies gewonnen werden konnte.

Am 17.9. ging es schon weiter. Das Kreispokalspiel gegen die TSV Essinghausen stand auf ungewohntem 7-er Feld an. Dies merkte man dem SSV Plockhorst an. Ohne abseits und mit vielen Fehlern erlöste Merle uns durch ein Strafstoß Tor. Dies war auch das Halbzeitergebnis. Im 2. Durchgang

erhöhten wir das Tempo und die Intensität. Nach Eingabe einer Ecke von Kati war es Laura, die den Ball goldrichtig traf und auf 2:0 erhöhte. Nun war der Bann gebrochen und Laura sowie Caro stellten den Endstand von 4:0 her. Im Kreispokalhalbfinale wartet nun am 13.5.2025 der TB Bortfeld auf uns.

Am 22.9. ging es zum TSV Eixe 2. Erfolgreich sind wir mit einem 7:0 nach Hause gefahren. Spielerisch lief es nicht hervorragend, dafür nutzen wir diesmal unsere Standardsituationen. Die Freistöße und Ecken waren ideal und die Chancenverwertung top. Unsere Tore erzielten: 2x Laura, 2x Merle, Kati, Anika und Diana.

Am 29.9. reiste die TB Bortfeld zu uns in den Seebruch. Auf 9-er Feld wurde gespielt. Die Zweikämpfe wurden angenommen und das Passspiel sehr gut umgesetzt. Die TB Bortfeld hatte wenig Gegenwehr. Das Spiel endete 16:0. Torschützinnen an diesem Tag waren: 7x Laura, 5x Mia, 2x Hanna, Lena und Kati.

Nun steht eine kurze Pause an, bevor es am 23.10. gegen die SV Groß Oesingen weiter geht. Kurz durchatmen und dann wieder mit voller Energie und Konzentration in die nächsten Spiele. Auf geht's Mädels. Vielen Dank an alle Zuschauer und die Verpflegung bei unseren Heimspielen.

*Kati Schultz*



# Wir schmücken wieder unseren Dorfweihnachtsbaum

Liebe Kinder, Eltern, Großeltern und  
alle Plockhorsterinnen und Plockhorster,



Weihnachten steht schon fast vor der Tür und wir wollen  
auch in diesem Jahr wieder auf dem Kapellenhügel einen  
Weihnachtsbaum aufstellen. Dazu laden wir alle herzlich ein, am

**Sonntag, 1. Advent (01.12.2024) um 14.30 Uhr**

zum Kapellenplatz zu kommen.

Es ist schon Tradition, dass die Plockhorster Kinder den Baum schmücken und  
ihn jedes Jahr wunderschön aussehen lassen. Wir haben die kleinen Kunstwerke  
aus den vergangenen Jahren aufgehoben, deshalb muss nicht, kann aber  
gern wieder gebastelt werden.

Es gibt auch wieder warmen Kakao, heißen Punsch und frischgebackene  
Waffeln. Bitte bringt einen eigenen Becher oder eine eigene Tasse mit.

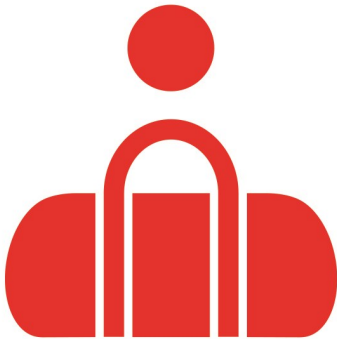
Wir freuen uns auf euch und wünschen allen bis dahin eine schöne Zeit.

*Eure Familie Scharfschwerdt/ Rzeniecki sowie alle Helfer*





# Dabeisein ist einfach.



[sparkasse-hgp.de](https://www.sparkasse-hgp.de)

Wenn man von den sportlichen Angeboten profitieren kann, die von der Sparkasse unterstützt werden. Wir engagieren uns seit Jahren in allen Bereichen des Sports in der Region.

Wenn's um Geld geht

