



Haben ein vielfältiges Programm auf die Beine gestellt: Anne Ignatzek (Vorsitzende KSB Aurich), Olav Görnert-Thy (KSB), MTV-Chef Wilfried Theessen, Vanessa Baumgartner (MTV) und Horst Schmidt (MTV). Bild: privat

Boxen, Hanteln und Hockey

MTV organisiert Sporttag nur für Männer. Am Sonntag, 22. September, ist es soweit.

Aurich. Der MTV Aurich, einst ein reiner Männerturnverein, besinnt sich seiner Wurzeln. Mit „Kerlgesund“ organisiert der Verein erstmals einen Sporttag nur für Männer. Das kündigte Vorsitzender **Wilfried Theessen** dem Kreissportbund Aurich (KSB) gegenüber an. Am Sonntag, 22. September, warten ab 10 Uhr Angebote in den Sporthallen des MTV Aurich, im MTV aktiv club, in der Boulderhalle „Kluntje“ und im Sandkrug in Wiesens auf Männer ab 16 Jahren.

Begonnen wird um 10 Uhr mit der Begrüßung vom MTV Aurich und dem KSB Aurich und mit einem anschließenden Vortrag zum Thema „Der bewegte Mann“ von Diplom-Sportwissenschaftler **Markus Grote**. Ab 11.15 Uhr ist ein vielfältiges Angebot für jedermann geplant.

Vom Fitnessbereich mit Tabata, Langhantel-Workout über Kampfsport mit Boxen, Kickboxen und Fitnessboxen bis mannschaftsorientierten Sport wie Hockey und Tischtennis sowie Trendsportarten wie Bouldern, Parkour und Sportkegeln oder auch etwas Ruhigeres mit Yoga und Pilates wird

den Teilnehmern ein bunter Sportmix zum Ausprobieren geboten. Alle Sportangebote könnten später im MTV Aurich weiter betrieben werden. Die Workshops mit ausschließlich männlichen Referenten sind mit je 45 Minuten angesetzt. Anschließend folgen 15 Minuten Pause.

„Auf dem Anmeldebogen sind sechs Workshops anzukreuzen, die man ausprobieren möchte. Je nach Anmeldezahl kann man dann an maximal vier Workshops teilnehmen. So können wir flexibel bleiben und wenn der ein oder andere Workshop besonders nachgefragt wird, können wir ihn

zweimal anbieten“, erklärte **Vanessa Baumgartner** vom MTV, die die Anmeldungen entgegennimmt.

„Es sollen sich alle Männer angesprochen fühlen. Diejenigen, die schon lange keinen Sport mehr gemacht oder noch nie Sport betrieben haben, sowie auch die aktiven Sportler, die zum Ausgleich andere Sportangebote ausprobieren und damit ihre sportliche Fitness weiter verbessern können“, meint **Olav Görnert-Thy** (KSB Aurich).

■ Weitere Informationen sind unter www.mtvaurich.de/kerlgesund zu finden. red