

Gemeinsam Laufen

Verein bereitet auf Sudenburg-Lauf vor

Sudenburg (pm/kl). Der Freizeitsportverein Sudenburg bewegt e.V. lädt ab Donnerstag, 5. April, um 18 Uhr zu einem Lauf-Treff ein. Mitmachen können alle, die mit dem Laufen beginnen wollen. Treffpunkt ist der Schulhof der Sekundarschule „Johann Wolfgang von Goethe“ (Helmstedter Straße 42).

Unter dem Motto „Mit

einem Lächeln zum 4,4 km-Lauf“ sollen möglichst viele Magdeburger ins Freie gelockt werden. Gerade in der Frühlingssonne und an den heller werdenden Abenden könnten aus guten Vorsätzen läuferische Taten werden. Und gemeinsam gelinge es leichter, ein sportliches Ziel zu erreichen. Schritt für Schritt sollen die Teilnehmer so auf

den Sudenburg-Lauf am 18. August vorbereitet werden.

Der erste Abend beginnt mit einer kleinen Einführung zu Themen rund um das Laufen, wie Kleidung, Ernährung und Stärkung der Gesundheit. Direkt danach wird schon losgelaufen. Der Lauftreff, der künftig dienstags und donnerstags stattfindet, wird unter Anleitung von Birgit Herkula durchgeführt. Sie ist vom Deutschen Leichtathletik Verband (DLV) zertifizierte Lauftrainerin.

Vereinsmitglieder können darüber hinaus jeden Donnerstag um 19 Uhr am Training des Sportvereins Sudenburg bewegt e.V. teilnehmen. Ohne Leistungsdruck und regelmäßige Wettkämpfe, sondern nur aus Spaß an der Bewegung wird hier Sport getrieben. Nach einer Erwärmung und gymnastischen Yoga-Übungen wird jede Woche gespielt – Badminton, Uni-Hockey, Fußball mit Softbällen oder Volleyball – alles in freundschaftlicher Atmosphäre auf Freizeitebene.

Anmeldungen und Rückfragen sind beim 1. Vereinsvorsitzenden Hans Deckwirth unter den Rufnummern 7315763 und 0171/4468700 sowie per E-Mail an hans.deckwirth@gmx.de möglich.



Zum gemeinsamen Lauf-Training in Vorbereitung des Sudenburg-Laufs am 18. April wird ab dem 5. April zweimal pro Woche eingeladen.
Foto: Wolfgang Ronge

Führung auf Englisch

Altstadt (sn). Von April bis Oktober bietet die Tourist Information Magdeburg den neuen 1,5-stündigen „Öffentlichen Stadttrundgang“ in englischer Sprache an. Dieser wird an jedem 1. und 3. Samstag im Monat jeweils um 11 Uhr stattfinden, erläutert Sprecherin Tanja Anette Gloom. Los geht es am 7. April, Treffpunkt ist jeweils die Tourist Information am Breiten Weg 22. Endpunkt ist der Magdeburger Dom. Der englischsprachige Stadttrundgang ist barrierefrei und speziell für Menschen mit Sehbehinderungen gut geeignet.

„Wir führen Sie zum Alten Markt mit dem Magdeburger Reiter und zur Johanniskirche, in der einst Martin Luther predigte. Sie sehen romanische Bauten wie das Kunstmuseum Kloster Unser Lieben Frauen und erfahren mehr über Hundertwassers Ideen ei-



Die englischsprachige Stadtführung wird erstmals am 7. April angeboten.
Foto: Andreas Lander

ner Architektur in Harmonie mit der Natur, die er in der Grünen Zitadelle von Magdeburg verwirklicht hat“, so Tanja Anette Gloom.

Die Führung kostet 12 Euro pro Person, Kinder von 6 bis 14 Jahren zahlen die Hälfte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Preisträger musizieren

Buckau (pm/kl). Ein Konzert ausschließlich mit Preisträgern vergangener Telemann-Wettbewerbe beschließt die diesjährige Saison der Sonntagsmusiken im Gesellschaftshaus. Das Konzert am 8. April beginnt um 11 Uhr. Zusammen mit Marian Dijkhuizen (Mezzosopran) musizieren Liv Heym (Violine), Hyngun Cho (Violoncello) und Jean-Christophe Dijoux (Cembalo).

Erstmals lobte die Melante-Stiftung Magdeburg beim 9. Internationalen Telemann-Wettbewerb 2017 einen Sonderpreis aus: ein Konzert im Rahmen der Reihe „Sonntagsmusik“. Mit ihm wurde die niederländische Mezzosopranistin und zweite Preisträgerin des Wettbewerbs Marian Dijkhuizen geehrt. Im Konzert musizieren zu-

dem weitere Preisträger vergangener Telemann-Wettbewerbe: Die Berliner Liv Heym gewann unter anderem den Publikumspreis des 8. Internationalen Telemann-Wettbewerbs, der Franzose Jean-Christophe Dijoux erhielt beim 7. Telemann-Wettbewerb den Preis für das beste und stilgerechte Generalbassspiel und Hyngun Cho aus Südkorea war Mitglied des Ensembles, das 2013 mit dem zweiten Preis ausgezeichnet wurde. Bei diesem internationalen Abschluss der „Sonntagsmusik“-Saison erklingen unter anderem weltliche Kantaten und Kammermusik von Georg Philipp Telemann sowie Arien von Georg Friedrich Händel.

Während die Eltern den musikalischen Darbietungen im Schinkelsaal lauschen, sind die kleinen Musikfreunde bei diesem Eltern-Kind-Konzert eingeladen, im Roten Salon des Gesellschaftshauses zu erfahren, wie viel Spaß es machen kann, selbst zu musizieren. Unter der fachkundigen Anleitung der Musikpädagogin Claudia Bänderau können Kinder im Alter von drei bis acht Jahren spannenden Musikgeschichten lauschen, Instrumente ausprobieren und mit Stift und Papier ihrer Fantasie freien Lauf lassen.



Mezzosopranistin Marian Dijkhuizen ersang sich 2017 den Sonderpreis des Telemann-Wettbewerbs.
Foto: Viktoria Kühne

NORMA®

DER CLOU

ab Mittwoch 4. April

Erdbeerpflanzen in den Sorten:
• z.B. „Korona“ Frühe Gourmet-Erdbeere
• „Elsanta“ Mittelfrüh, Nr. 1 im Fruchtverkauf
• „Senga Sengana“ Späte, bekannteste Sorte, die Nr. 1 im Garten
• „Ostara“ Herbsttragend bis zum Frost
je 6er-Tray **2,99***

Fuchsien im 6er-Tray
• Fuchsien (Fuchsia-Hybriden)
• In den Farben: z.B. Rot-Weiß, Rosa-Lila oder Rot-Blau
je 6er-Tray **3,29***

Geranien im 6er-Tray
• Geranien stehend (Pelargonium zonale) z.B. in Rot oder Rosa
• Geranien hängend (Pelargonium peltatum) z.B. in Rot, Rosa oder Lila
je 6er-Tray **3,29***

Lavendel

Bartnelke

Schleifenblume

Begonie

Tagetes

Lobelia

Sandkraut

Blaukissen

Steinbrech

Petunie

Fleißiges Lieschen

Stauden-Mix winterhart
• Im 13-cm-Kulturtopf
je Pflanze **1,49***

Beetpflanzen
je 10er-Tray **1,49***

Tränendes Herz winterhart
• In den Farben: z.B. Weiß oder Rosa
• Höhe ca. 25 cm inkl. Kulturtopf
• Im 17-cm-Kulturtopf
je Pflanze **3,99***

Orchidee Phalaenopsis mit 3 Rispen • In verschiedenen Farben • Höhe ca. 50–70 cm inkl. Kulturtopf
• Im 12-cm-Kulturtopf
je Pflanze **8,99***

Salatpflanzen im 12er-Tray
• In den Sorten, z.B. Kopfsalat, Eisssalat, Lollo Rosso, Lollo Bionda oder Kohlrabi
je 12er-Tray **1,69***

Hochstamm Rose winterhart • Wurzelballiert • In versch. Blütenfarben
• Höhe ca. 120–145 cm • Stammhöhe ca. 90–110 cm
je Pflanze **8,99***

Stockrose/Pfingstrose „Alcea/Paeonia“ winterhart
• Wurzelballiert
• In verschiedenen Blütenfarben
• Höhe ca. 120–145 cm • Stammhöhe ca. 90–110 cm
je Pflanze **2,99***

T-Shirt mit Spitze 2er-Pack für Damen
• Größen S (36/38)–XL (48/50) je 2er-Pack
Weiß
Rot + Lila mit Spitze an Dekolleté und Rücken
Schwarz + Rot mit Spitze im Halsbereich
Pink + Bluestone mit Spitze im Schulterbereich
Weiß + Schwarz Doppelripp, mit Spitze an Dekolleté und Rücken
8,99*

Body-Shape-Jeggings für Damen • Extra breiter Bund für einen flacheren Bauch • Nahtloses Höschentel • Aufgesetzte Gesäßtaschen
• 95% Polyester, 5% Elasthan
• Größen S (36/38)–XL (48/50) je Jeggings
Anthrakit
Blau
Blau
Blau
8,99*

TOPTX® Ultraleichte Sommer- und Freizeit-Clogs für Damen oder Herren
• Obermaterial und Decksohle aus robustem, abwaschbarem und pflegeleichtem Phylon • Ultraleichte, flexible, leicht profilierte Phylon-Laufsohle • Größen 37–45
je Paar
Navy
Mint
Schwarz
Rot
Oliv
Hellblau
2,99*
Anatomisch geformtes Fußbett

Sneaker-Socken 5 Paar für Damen oder Herren
• Größen: 35/38–43/46
je 5 Paar
UVP 29,99
8,99*
70% billiger
(Modellbeispiele)

MATRIX Zug-/Kapp- und Gehrungssäge mit Laser
SMS 2200-340 LL, 2.200 Watt
• Inkl. nach links neigbarem Sägekopf (0° bis +45°)
• Drehtisch mit präziser Winklereinstellung von -45° bis +45°
• Großer Spänefangsack
• Inkl. praktischem LED-Arbeitslicht
• Werkstückanschlag mit links und rechts verschiebbaren, hohen Anschlagsschienen
• Tischeinlage mit Maß-Skala
Inkl. Hartmetallsägeblatt 216 x 30 mm und netzbetriebenem Laser zur exakten Ausrichtung des Werkstücks
30% billiger
UVP 129,-
89,99*
Auch online
Extra große 340 mm-Schnittlänge für große Werkstücke bis 340 x 65 mm!

KRAFT HSS-Spiralbohrer-Set 3 Jahre Garantie
• Massiver 1/2"-Schaft (12,7 mm)
• Passend für Standbohrmaschinen
je Set **12,99***
Auch online
2teilig Größen 26/28 mm
3teilig Größen 22/24/25 mm
4teilig Größen 14/16/18/20 mm
5teilig Größen 10/11/12/13/15 mm

Outdoor-Schuhe für Herren
• Mix aus stabilisierendem PU, atmungsaktivem Mesh und Nubuk-PU-Applikation • Innenausstattung mit weichem Textil und herausnehmbarer Coolmax®-Einlegesohle für optimalen Feuchtigkeitstransport
• Größen 42–45
je Paar
Anthrakit/Orange
50% billiger
UVP 39,99
19,99*
COOL MAX®
Robuste und griffige TPR-Laufsohle
Schwarz/Blau

Komfort-Clogs für Herren
• Obermaterial in Lederoptik
• Weiches gepolstertes, chromfrei gegerbtes Leder-Fußbett
• Größen 42–45
je Paar
Dunkelbraun
Schwarz
14,99*

NEU!

Den aktuellen **NORMA®**-Prospekt online blättern unter **www.norma-prospekt.de**

NORMA®

www.norma-online.de

NORMA®

www.norma-online.de

NORMA®

www.norma-online.de