

Programm
2019



Landfrauen Wittingen

kreativ aktuell
modern reiselustig
traditionell
informativ

www.landfrauen-wittingen.de

Inhaltsverzeichnis

	Begrüßung Dörte Dreblow (Vorstand)	3
Januar	Januar-Versammlung „Narkoseverfahren im Alter“	7
	Schnupperstunde „Haltung und Bewegung“	7
Februar	Kleiner Schweißlehrgang	8
	Jahreshauptversammlung /“Was ist der Weiße Ring“	8
März	Weidenflechtkurs.....	11
	Fest zum Weltfrauentag.....	11
	Frauenfrühstück.....	11
April/Mai	Kinoabend.....	12
	Morgentauwanderung.....	12
Mai	Fahrt: Nationalpark Harz	13
Juni	Fahrt: Freilichtmuseum am Kiekeberg.....	15
	Fingerfood	15
	Aquajogging – Bewegung im Wasser.....	15
August	Radtour Gifhorn - Fallersleben	17
	LandFrauen Markt Zinnerhof in Erpensen.....	17
September	Fahrt: Braunschweig Dom & Open Air.....	18
	Fahrt: Hamburg.....	18
Oktober	Oktober-Versammlung „Fit bis 100“	21
	Wein, Snacks und Leselust.....	21
November	November-Versammlung „Von der Kunst „NEIN“ zu sagen“	22
	Adventsmarkt „Klein aber fein“	22
Dezember	Fahrt: Weihnachtszauber Schloss Bückeberg	23
	Dezember-Versammlung	23
	Kontaktdaten Ortsgruppen.....	24
	Kontaktdaten Vorstand, Reisekonto, Beitragskonto	27



LandFrauenverein Wittingen und Umgebung

Dörte Dreblow - Vorsitzende

Suderwittingen

29378 Wittingen

Tel.: 05831/7664

doerte.dreblow@web.de

Redaktion: www.LandFrauen-Wittingen.de

Layout: www.korth-media.de

Druck: www.korth-media.de 2018#0633

Bildquellen:

Titel: Fotolia_80742434_M.jpg, S3: tumblr_nefhogRUg1tucxoxo2_500.png
freepik.com: S. 5_Silhouette pink cosmos flowers in garden, Chandara
Tubchand, S. 6 heart-cardiac-career-billboard-rate\671.jpg, freepik.com
S. 7 Top-view-accessories-tailor-concept-Tailor-tools-is-cutting-scis\75.
jpg, freepik.com, S12 Flat-cinema-background-with-clapperboard-pop-
corns\91305-OISAZR-817.jpg, freepik.com, Fotolia_125131612_S.jpg,
S. 17 Fresh-Tasty-Red-Apples-in-Wooden-Basket-on-Green-Grass\1642.jpg,
freepik.com, S.18 AdobeStock_172793519.jpeg, S. 21 Various-fresh-vege-
tables\171794-OVT5BH-969.jpg, freepik.com, S. 21 Some-books-flower\
OOJUAK0.jpg, freepik.com, S. 22 1448.jpg, freepik.com, Christmas-cand-
les-with-bokeh-effect\OGA3UK0.jpg, freepik.com



Liebe LandFrauen, liebe interessierte Frauen auf dem Lande,
wir freuen uns, Ihnen das Programmheft für 2019 überreichen zu können.
Viele ganz unterschiedliche Veranstaltungen warten auf Sie. Vorträge zu
verschieden Themen wie Gesundheit und Reisen, sowie Fahrten,
Fahrradtouren und Wanderungen machen das Programm interessant und
abwechslungsreich. Neue Workshops, um sich Auszuprobieren, wie der
Umgang mit einem Schweißgerät oder das „ Weidenflechten“ regen die
Kreativität an und bringen neue Ideen.

Besonders freuen wir uns auf das Fest am Weltfrauentag.
Hier wollen wir den Kontakt zu Fluchterfahrenen suchen,
neue Kulturen kennenlernen und ihnen vielleicht unsere
Traditionen näher bringen.

Auch Frauen, die (noch) nicht Mitglieder sind, sind als Gäste herzlich
willkommen. Die große Gemeinschaft der LandFrauen ist offen für alle
Frauen auf dem Land- egal welche Berufsgruppe oder welchen Alters.

GESCHÄFTSSTELLE DREBLOW OHG

Wir versüßen Ihnen den Alltag - mit Sicherheit.

Von der individuellen Beratung bis zur schnellen Hilfe im Schadenfall - wir arbeiten fleißig wie die Bienen für Ihre Sicherheit und Vorsorge.

Geschäftsstelle **Dreblow OHG**

Erpensener Weg 6 · 29378 Wittingen

Tel. 0 58 31/75 66 · geschaeftsstelle.dreblow@concordia.de

CONCORDIA.
EIN GUTER GRUND.

 **CONCORDIA**
Versicherungen



Möchten Sie an einer Veranstaltung teilnehmen?

Jeder Ort hat eine Ortsvertrauensfrau, bei der Sie sich zu den Veranstaltungen anmelden können. Eine Liste mit den entsprechenden Telefonnummern finden Sie am Ende des Heftes. Die Ansprechpartnerinnen zu den einzelnen Arbeitsvorhaben, Reisen, etc. finden Sie jeweils direkt bei der Ankündigung. Besuchen Sie unsere Internetseite- www.LandFrauen-Wittingen.de – wenn Sie mehr über uns erfahren möchten.

Wir freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße

Dörte Dreblow

(im Namen des Vorstandes)

In Zusammenarbeit mit:



JANUAR-VERSAMMLUNG

„Narkoseverfahren im Alter“

Frau Büyükok wird eine Übersicht der verschiedenen Narkoseverfahren erläutern, Komplikationen nennen und deren Behandlung vorstellen. Speziell wird sie auf die Anästhesie bei Patienten im hohen Alter eingehen. Die Ursachen von Verwirrzuständen nach Narkosen werden ebenfalls Thema sein.

Datum: **Montag, 14. Januar 2019**

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus Wittingen

Referent: Frau Büyükok/Anästhesistin

Tischschmuck: Hagen-Mahnburg



Nähkurs

Nähkurs- Für alle, die eine eigene Nähmaschine besitzen und über etwas Grundwissen verfügen. An diesem Abend besteht die Möglichkeit, eine Tasche, ein Kissen oder ein Brötchenkorb nach Anleitung herzustellen.

Datum: **Mittwoch, 23. Januar 2019**

Uhrzeit: 19.00 - 22.00 Uhr

Ort: Dorfgemeinschaftshaus Darrigsdorf

Teilnehmer: 6 bis 8 Personen

Kosten: werden noch bekannt gegeben

Anmeldung bei Magitta Lammel

Tel.: 05831/8312 (abends)

Schnupperkurs Haltung und Bewegung



Datum: **Samstag, 12. Januar 2019**

Uhrzeit: 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Turnhalle Grundschule Wittingen

Teilnehmer: 8 - 30 Personen

Kosten: 5,- Euro

Mitzubringen: Handtuch und Getränk

Anmeldung bei Monika Hösermann

Tel.: 05831/1541

Kleiner Schweißlehrgang

Wer den Umgang mit einem Schweißgerät erlernen möchte und damit unter Anleitung ein Exponat herstellen möchte, ist hier richtig und sollte sich umgehend anmelden.

Datum: **Samstag, 9. Februar 2019**

Uhrzeit: 13.00 - 16.00 Uhr

Ort: Firma Möhle Metallbau, Stöcken

Dozent: Uwe Möhle

Teilnehmer: bis 10 Personen, Kosten: werden noch bekannt gegeben

Ansprechpartner: Magitta Lammel, Tel.: 05831/8312 (abends)



JAHRESHAUPTVERSAMMLUNG

„Was ist der Weiße Ring“*

Datum: **Montag, 11. Februar 2019**

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus Wittingen

Referent: Karl-Heinz Becker - Rade

Tischschmuck: Wunderbüttel/ Eutzen

Tagesordnung:

1. Begrüßung und Feststellung der satzungsgemäßen Beschlussfähigkeit
2. Genehmigung der Tagesordnung
3. Protokoll der letzten Jahreshauptversammlung
4. Satzungsänderung
5. Bericht über die Vorstandsarbeit
6. Tätigkeitsbericht 2018, Begrüßung neuer Mitglieder
7. Kassenbericht 2018
8. Haushaltsplan 2019
9. Bericht der Kassenprüferin
10. Entlastung des Vorstandes
11. Wahl einer neuen Kassenprüferin
12. Wahl Vorstandsmitglieder
13. Ehrungen
14. Verschiedenes

* Die Opferhilfe des Weißen Rings wird getragen von der Idee, uneigennützig Menschen zu helfen, die von Straftaten betroffen sind.

Der Mitgliedsbeitrag wird jährlich zum 01.02. oder dem darauffolgenden Werktag eingezogen. Die Mandatsreferenz wird bei Abbuchung mitgeteilt.

Anträge sind in schriftlicher Form bis zum 01.02.2019 an die Vorsitzende zu richten.



Weidenflechkurs

Weidenflechkurs- Anleitung zur Herstellung einer Kugel oder Rankhilfe

Datum: **Samstag, 2. März 2019**

Uhrzeit: 13.00 - 16.30 Uhr

Ort: Feuerwehrhaus Radenbeck

Kosten: werden noch bekannt gegeben

Kursleitung: Imke Günzel, Teilnehmer: 10 Personen

Anmeldung bei Mona Hösermann, Tel.: 05831/1541

Fest zum Weltfrauentag

Frauen feiern am Weltfrauentag- Alle, die sich angesprochen fühlen, feiern gemeinsam.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Datum: **Freitag, 8. März 2019**

Uhrzeit: 19.00 - 23.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus Wittingen

Kosten: 7,50 Euro

Anmeldung bei Dörte Dreblow, Tel.: 05831/7664



Frauenfrühstück

„Botox ist auch keine Lösung“

Dieses satirische Programm richtet sich an Frauen, die wissen was aufsteigende Hitze ist...

Datum: **Samstag, 23. März 2019**

Uhrzeit: 11.00 Uhr (Einlass 10.00 Uhr)

Ort: Stadthalle Wittingen

Kosten: 15,- Euro

Referentin: Bibi Maaß

Tischschmuck: Rade





Frohe
Ostern



Kinoabend

Top aktueller Film - Lassen Sie sich überraschen

Datum: **Dienstag, 2. April 2019**

Einlaß: 19.00 Uhr Beginn: 19.30 Uhr

Ort: Kino Wittingen

Kosten: 8,50 Euro

Anmeldung: Sandra Creydt, Tel.: 05831/9939256

Morgentauwanderung

Datum: **Samstag, 11. Mai 2019**

Uhrzeit: 7.00 Uhr

Ort: Boitzenhagen

Frühstück: im Dorfgemeinschaftshaus Boitzenhagen

Kosten: 15,- Euro

Anmeldung: Dörte Dreblow, Tel.: 05831/7664



Nationalpark Harz

Hoch hinaus geht es barrierefrei auf den Baumwipfelpfad Harz, um die Natur aus einer völlig neuen Perspektive kennenzulernen. Anschließend geht es zum Mittagessen ins Restaurant Sagenhaft. Weiterfahrt in die Glasmanufaktur nach Derenburg. Der Erlebnisrundgang endet mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken.

Datum: **15. Mai 2019**

AF: 08.00 Uhr Wittingen / Wall, RF: ca. 17.00 Uhr

Kosten: 49,00 €

Sonderkosten: Mittagessen

Im Reisepreis enthalten: Fahrt mit Admiral, Eintritt und Führung Baumwipfelpfad, Erlebnisrundgang Glasmanufaktur, Kaffeegedeck.

Änderungen vorbehalten



Freilichtmuseum am Kiekeberg

Auf einem Erlebnisrundgang wird uns das Landleben damals fachkundig erklärt. Unser Rundgang endet im Gasthaus zum Kiekeberg.

Einen Zwischenstopp auf der Rückfahrt legen wir in Barum in der Obstscheune bei Kaffee und Kuchen ein.

Datum: **19. Juni 2019**

AF: 08.00 Uhr Wittingen / Wall

RF: ca. 17:00 Uhr

Kosten: 42,00 Euro

Sonderkosten: Mittagessen

Im Reisepreis enthalten: Fahrt mit Admiral, Eintritt und Führung, Kaffeegedeck



„Aquajogging – Bewegung im Wasser“

Datum: **Dienstag 25. Juni 2019**, insgesamt 10 Mal

Uhrzeit: 9.00 - 09.45 Uhr, Ort: Ernst-Siemer-Bad, Wittingen

Kursleitung: Sascha Weiss, Teilnehmer: 12 - 20 Personen

Kosten: 55,- Euro + Eintritt

Die Kursgebühr wird spätestens am 01. Juni 2019 fällig und vor Kursbeginn kassiert.

Anmeldung bei Mona Hösermann

Tel.: 05831/1541

Fingerfood

Fingerfood- Wie kann ich einfach und schnell kleine Häppchen herstellen und dekorativ anrichten? Anleitungen, Rezepte und Ideen erhalten wir von Anna Bohne.

Datum: **Mittwoch, 26. Juni 2019**

Ort: GOBS Wittingen, Gustav-Dobberkau.Str. 9

Uhrzeit: 19.00 -22.00 Uhr

Kosten: ca. 10,- Euro plus Umlage

Anmeldung bei Magitta Lammel, Tel.: 05831/8312 (abends)



Aller guten Dinge sind eins.



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

In der Südheide, im Isenhagener Land und in der Altmark setzen wir uns ein für den gewerblichen Mittelstand und die Menschen, die hier leben. Mehr Infos unter: vbsila.de



Volksbank eG
Südheide – Isenhagener Land – Altmark



Radtour Gifhorn ca. 40 KM

Auf den Spuren der Welfenherzogin Clara



Die Anreise erfolgt mit eigenem Fahrrad. Begrüßung am Schloss und Führung durch den mittelalterlichen Kräutergarten der Herzogin. Anschließend beginnt die Spurensuche der Welfenherzogin nach Fallersleben. Hier erwartet uns das Mittagessen im „Altes Brauhaus“ mit anschließender Besichtigung. Die Rückfahrt geht weiter auf dem Themenweg mit Zwischenstopp Tankumsee.

Datum: **07. August 2019 und 14. August 2019**

AF: 9.00 Uhr Parkplatz Hallenbad Gifhorn, Allerwelle 1, RF: ca. 19:00 Uhr

Kosten: 5,00 Euro, Sonderkosten: Mittagessen und Kaffeegedeck

Im Reisepreis enthalten: Führung Kräutergarten, geführte Radtour, Brauereibesichtigung
Änderungen vorbehalten

LandFrauen Markt Zinnerhof in Erpensen

LandFrauen öffnen die Tore - Bauernmarkt in Zusammenarbeit mit dem Landwirtschaftlichen Ise- und Ohreverein. Beginnen soll der Markt um 11.00 Uhr und ausklingen soll der Tag mit einem Dämmerchoppen und Musik von der Gruppe „Sandy on Dibos-Tour“.
(Daddy ist back on stage)

Datum: **Samstag, 24. August 2019 ab 11.00 Uhr**





Braunschweig Open Air und Dombesichtigung

Ein besonderes Highlight in Braunschweig ist jedes Jahr das Musiktheater Open Air im historischem Ambiente von Dom und Burg Dankwarderode. Nach der Dombesichtigung bis zur Aufführung ist für eine Mahlzeit ausreichend Zeit.

Die Festspielinszenierung, die Kosten und der Termin werden noch bekanntgegeben. Bitte an wetterbedingte Kleidung denken (Regenponcho).

Datum: **letzte Augustwoche/erste Septemberwoche**

AF: 15:00 Uhr Wittingen / Wall, RF: ca. 23:00 Uhr

Kosten: werden noch bekannt gegeben, Sonderkosten: Abendessen

Im Reisepreis enthalten:

Fahrt mit Admiral, Domführung, Eintritt Musiktheater

Änderungen vorbehalten



Tagesfahrt nach Hamburg

Wir besuchen die Plaza, die öffentliche Aussichtsplattform der Elbphilharmonie. Auf 37 Meter Höhe kann man hier einen Rundumblick auf die Stadt und Hafen genießen.

Im Anschluss geht es zu Fuß weiter zum Brauhaus.

Nach dem Mittagessen erwartet uns die St. Georg. Mit einer historischen Alsterdampfschiffahrt verabschieden wir uns von Hamburg.

Eine Kaffeepause auf dem Rückweg nach Wittingen rundet den Ausflug ab.

Datum: **25. September 2019**

AF: 07:00 Uhr Wittingen / Wall, RF: ca. 19:00 Uhr

Kosten: 38,00 Euro

Sonderkosten: Mittagessen und Kaffeegedeck

Im Reisepreis enthalten: Fahrt mit Admiral, Eintritt Elbphi, Alsterrundfahrt

Änderungen vorbehalten



Hohe Qualität, schnelle Lieferung.

Fleischerei 
Friedrichs
 Qualität aus
**Leidenschaft
 & Tradition**

Partyservice

Finger-Food • Canapés • Suppen & Eintöpfe
 Pfannengerichte • Friedrichs-Gourmetbuffet
 Braten-, Filet- und Geflügelspezialitäten
 Rustikales Bauernbuffet • Salate

WITTINGEN

Knesebecker Straße 25
 Telefon: 0 58 31 / 89 74

KNESEBECK

Lindenstraße 22
 Telefon: 0 58 34 / 60 15

TRIANGEL

Gifhorner Straße 22
 Telefon: 0 53 71 / 61 86 55



Oktober-Versammlung

„Fit bis 100“

Ernährung in verschiedenen Lebenssituationen
 - Ernährungsvorschläge mit einfacher Umsetzung

Datum: **Montag, 7. Oktober 2019**

Uhrzeit: 18.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus, Wittingen

Referentin: Renate Frank/ Dipl. Oecothrophologin

Tischschmuck: Ohrdorf

Wein, Snacks und Leselust

In netter Atmosphäre interessante, spannende,
 liebenswerte oder kuriose Bücher kennenlernen.
 Snacks, Salzgebäck, Wein und... runden den Abend ab.

Datum: **Mittwoch, 30. Oktober 2019**

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Ort: Stadtbücherei Wittingen, Spittastraße

Kosten: 5,- Euro

Anmeldung bei Dörte Dreblow, Tel.: 05831/7664





November-Versammlung

„Von der Kunst „NEIN“ zu sagen“

Datum: **Montag, 11. November 2019**

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus, Wittingen

Referentin: Nicole Ropella

Tischschmuck: Suderwittingen/ Kakerbeck

Adventsmarkt „Klein, aber fein ...“

rund um die St.-Stephanuskirche in Wittingen

Datum: **Samstag, 30. November 2019**

Uhrzeit: 13.00 - 19.00 Uhr



Baustoffmarkt
Wittingen

Alles für den Bau!

Hoch- und Tiefbaustoffe - Bauholz - Türen - Fenster - Fliesen - Sanitär
Naturstein - Elektrozubehör - Dachbaustoffe - Farben - Isoliermaterial
Baustahl - Rohre - Gartenholz - Bauplatten - Paneele - Werkzeug
Pflanzen - Maschinen - Mietpark und vieles mehr ...



Weihnachtszauber Schloss Bückeburg

Alle Jahre wieder öffnet die Fürstenfamilie zu Schaumburg-Lippe seine Pforten. Umgeben von der historischen Kulisse bekommt die festliche Weihnachtsdekoration eine stimmungsvolle Atmosphäre.

Datum: **04. Dezember 2019 und 05. Dezember 2019**

AF: 08:30 Uhr Wittingen / Wall, RF: 17:00 Uhr ca.

Kosten: 39,00 Euro, Sonderkosten: Mittagessen und Kaffee

Im Reisepreis enthalten: Fahrt mit Admiral, Eintritt

Änderungen vorbehalten



Dezember-Versammlung

Reisebericht von Danzig nach Masuren

Weihnachtsfeier

Datum: **Montag, 9. Dezember 2019**

Uhrzeit: 14.00 Uhr

Ort: St.-Stephanus-Gemeindehaus Wittingen

Referent: Ernie Meyer, Uetze

Tischschmuck: Glüsingern



ORTSGRUPPE

Boitzenhagen
 Darrigsdorf
 Erpensen
 Eutzen
 Gannerwinkel
 Glüsingen
 Hagen
 Kakerbeck
 Knesebeck
 Lüben
 Mahnburg
 Ohrdorf
 Plastau

ORTSVERTRAUENSFRAU

Britta Müller
 Irmtraud Meyer
 Maren Lührs
 Monika Hösermann
 Magitta Lammel
 Angela Lücke
 Elke Koetke
 Dorothea Ridder
 Anke Leichsenring
 Beate Niemann
 Ursula Seitz
 Kerstin Lässig
 Christine Klipp-Warnecke

Tel.05836/9812
 Tel. 05831/8905
 Tel. 05831/7573
 Tel. 05831/1541
 Tel. 05831/8312
 Tel. 05831/251752
 Tel. 05831/7154
 Tel. 05831/1484
 Tel. 05834/1254
 Tel. 05831/1355
 Tel. 05831/1595
 Tel. 05839/1216
 Tel. 05836/323

Rade
 Radenbeck
 Schneflingen
 Stöcken
 Suderwittingen
 Vorhop
 Wittingen
 Wittingen
 Wittingen
 Wunderbüttel
 Zasenbeck

Christine Dierks
 Ellen Meyer
 Gudrun Schulze
 Magitta Lammel
 Martina Sültmann
 Ilona Urbanitsch
 Margot Stein
 Christa Isensee
 Christiane Schultze
 Claudia Kersten
 Ulrike Jördens

Tel. 05831/7313
 Tel. 05836/243
 Tel. 05839/211
 Tel. 05831/8312
 Tel. 05831/9922433
 Tel. 05834/6632
 Tel. 05831/980010
 Tel. 05831/1497
 Tel. 05831/1213
 Tel. 05834/530357
 Tel. 05836/287



Admiral Reisen

Omnibusbetrieb Frank Brauner www.admiral-reisen.de

- ✓ Reiseverkehr Kakerbeck 3 29378 Wittingen
- ✓ Vereinstouristik Tel. 05831 - 8566 Fax - 8288
- ✓ Tagesfahrten info@admiral-reisen.de

www.Korth-Media.de

- Mediengestaltung  Druck & Werbetechnik -

fon 05831.8228
 - Mahnburg 12  29379 Wittingen -



KONTAKTDATEN

Vorstand des LFV Wittigen

1. Vorsitzende:	Dörte Dreblow	Suderwittingen	Tel. 05831/7664
2. Vorsitzende:	Sandra Creydt	Wittingen	Tel. 05831/9939256
1. Kassiererin:	Kirsten Hoormann-Meyer	Ohrdorf	Tel. 05839/977992
2. Kassiererin:	Ellen Meyer	Radenbeck	Tel. 05836/243
Schriftführerin:	Maren Lührs	Erpsen	Tel. 05831/7573
Pressewartin:	Anke Leichsenring	Knesebeck	Tel. 05834/1254
Arbeitsvorhaben:	Magitta Lammel	Stöcken	Tel. 05831/8312
	Monika Hösermann	Wittingen	Tel. 05831/1541
Reisen:	Margot Stein	Wittingen	Tel. 05831/328
	Christina Grävenstein	Wittingen	Tel. 05831/9934208
Website-/IT-Frau:	Franziska Schwarzkopf	Wittingen	Mobil 0151/65169572

REISEKONTO



Der Betrag wird auf Rechnung des Reiseunternehmens, Admiral Reisen in Kakerbeck, auf das Konto des LandFrauenVereines gezahlt.

Bank: Volksbank Südheide - Isenhagener Land - Altmark

IBAN: DE86 2579 1635 0051 9294 01

BIC: GENODEF1HMV

BEITRAGSKONTO

Bank: Volksbank Südheide - Isenhagener Land - Altmark

IBAN: DE16 2579 1635 0051 9294 00

BIC: GENODEF1HMN



LandFrauen der Region

Boitzenhagen - Darrigsdorf - Erpensen - Eutzen
Gannerwinkel - Glüsing - Hagen - Kakerbeck
Knesebeck - Küstorf - Lüben - Mahnburg
Ohrdorf - Plastau - Rade - Radenbeck - Rumstorf
Schneflingen - Stöcken - Suderwittingen
Teschendorf - Vorhop - Wittingen - Wollerstorf
Wunderbüttel - Zasenbeck

