



# DAS GELBE BLATT

## Informationsblatt mit Mitteilungen aus Adenstedt

28. Mai 2026  
Ausgabe Nr. 333

gelbeblatt.de  
info@gelbeblatt.de



ERDBEEREN  
SPARGEL  
KARTOFFELN

Bültener Straße 3 | Tel: 05172/7583  
31246 Ilsede/Adenstedt | www.hof-lauenroth.de

### Gottesdienst

Wir laden ein zum Gottesdienst am **31. Mai 2026** um 11 Uhr. In diesem Gottesdienst wollen wir das Team der Kinderkirche verabschieden und Simone Bornemann als neue Kirchenvorsteherin einführen.

Am **6. Juni 2026** ist um 16 Uhr eine Trauung in unserer Kirche.

*Der Kirchenvorstand*

### Vorankündigung Hoffest

Am **20. Juni 2026** ist es wieder soweit - wir feiern unser Hoffest! Freut euch auf einen schönen Tag mit guter Stimmung, leckerem Essen, Musik und nettem Beisammensein. Weitere Infos folgen in Kürze. Merkt euch den Termin schon jetzt vor - wir freuen uns auf euch!

*Ihr CDU Ortsverband*

### Dorfflohmarkt Adenstedt am Sonntag, 23.08.2026 von 10:00–16:00 Uhr

In diesem Jahr findet wieder ein Adenstedter Dorfflohmarkt statt und wir freuen uns auf viele Besucherinnen und Besucher, tolle Stände und einen schönen gemeinsamen Tag im Dorf. Ab sofort könnt ihr euch für einen Verkaufsstand anmelden! Wenn ihr mitmachen möchtet, schreibt einfach eine E-Mail an:

dorfflohmarkt.adenstedt@gmail.com. Anschließend erhaltet ihr alle wichtigen Informationen rund um die Anmeldung. Ob Trödel, Spielsachen, Kleidung, Deko oder kleine Schätze vom Dachboden – wir freuen uns über viele bunte Stände in Adenstedt. Merkt euch den Termin schon jetzt vor: **Sonntag, 23. August 2026** – von 10:00 bis 16:00 Uhr. Wir freuen uns auf einen schönen Adenstedter Dorfflohmarkt mit euch!

*Julia Lüders & das Organisationsteam*

### Auf nach Hellas!

Die SG Adenstedt lädt ein zur offenen Wanderung durch die Adenstedter Gemarkung. Für Jung und Alt und für die ganze Familie. 21.06.2026 um 10:00 Uhr am Sportheim. Die Streckenlänge beträgt 7 km, die in einem gemütlichen Tempo gegangen werden. An Dettmers Stall hören wir Wissenswertes zur Freilandhaltung. Im Anschluss erfolgt ein gemütliches Zusammensein bei deftiger Suppe. Wir freuen uns auf Euch!!!

*Das Orga-Team der SG Adenstedt*

### Wir feiern 100 Jahre Handball in Adenstedt!

Am **30. Mai 2026** lässt die Handballabteilung eine früher heißgeliebte Tradition wieder aufleben: Das Juxturnier! Mit verschiedenen (Handball)Spielen und noch mehr Spaß stellen bunt gemischte Teams wie "Stammtisch statt Stemmwurf" oder "Prellball-Piraten" am kommenden Samstag ab 13:30 Uhr ihr Können rund um den Handball auf dem Adenstedter Sportplatz unter Beweis. Bei Verpflegung vom Grill, kühlen Getränken und Cocktails vom allseits bekannten Manni L. freut sich die Handballsparte auf einen sportlich-spaßigen Tag mit den teilnehmenden Teams und jede Menge Zuschauenden.

*Handballabteilung Adenstedt*

## Fleischerei Werner

Unser Wochenangebot vom  
**02.06. – 06.06.2026:**

Schweinefilet 100g **1,59**  
als Braten oder  
Medaillons

Thüringer Mett 100g **0,99**  
laufend frisch  
aus Schinkenfleisch

Würstchenspieß 100g **1,59**

Hähnchen-  
brustfilet 100g **1,59**

### Eigene Herstellung:

Kalbfleisch-  
leberwurst 100g **1,69**

Jagdwurst 100g **1,79**  
mit und ohne Knoblauch

Sülzkotelett Stück **3,60**  
vom Schweinelachs  
gekocht oder gebraten

Schinkenteewurst 100g **1,79**

[www.kleinberlinerhof.de](http://www.kleinberlinerhof.de)

**Karsten Könnecker**  
Dachdeckermeister

**Dach- & Wand- Abdichtungen**

- Dacheindeckungen
- Bauklempnerei
- Dachabdichtung
- Zimmererarbeiten
- Fassadenarbeiten
- Innenausbau

**JOB GESUCHT?**

**DU BIST HANDWERKER?**  
Egal ob Dachdecker, Zimmerer, Tischler, Gerüstbauer etc.

**DU SUCHST ARBEIT?**  
Egal ob Voll-/Teilzeit oder Stundenbasis

**WIR ZAHLEN**   
guten Lohn für gute Arbeit + Weihnachtsgeld + Urlaubsgeld

**Egal ob Meister, Geselle oder Helfer, wir stellen ein!**

Waldwinkel 1 • 31246 Adenstedt  
Tel. 05172/5152 • Fax 05172/912089  
dachdeckerei.koennecker@googlemail.com

**Elektroinstallationen**  
**Udo Bellon** Elektromeister

- Elektro-Notdienst
- Baustromverteiler
- Zähleranlagen
- Überspannungsschutz

**Alt-Klein-Büßen 10, 31241 Ilsede**  
Tel. 05172/58150  
Mobil 0177/7258150  
[www.ube-bellon.de](http://www.ube-bellon.de)

**Waldgasthaus Odinsheim**  
 seit 1894 & 50 Jahre Kochleidenschaft von Michael Hartwig  
 180 Jahre  
 www.waldgasthaus-odinsheim.de

**Gartenarbeiten  
 Friedhofs- und Grabpflege**  
 Ariane Laux & Jens Winkler  
 Gartenarbeiten / Rasenpflege / Friedhofspflege / Beratung u.m.  
 Mobil: 0170 6231312 WhatsApp: 0170 6231312  
 E-Mail: gruenergartenadenstedt@web.de  
 Straße: Knippelkuhle 40 Ort: 31246 Ilsede / Adenstedt  
 Telefon: 05172/5274 Fax: 05172/5274

**Gartenservice**  
 Dennis Saenger  
 Waldwinkel 5  
 31246 Adenstedt  
 Tel.: 0176/34655049

- Rasen mähen
- Rasen vertikutieren
- Heckenschnitt
- Dauerpflege
- u.v.m.

**10** Schmidt-Kraftfahrzeuge GmbH  
 Solschen: 05172/7407  
 Adenstedt: 05172/6711  
 Hauptstr. 19 Dreschereistr. 23  
 Werkstatt: Reparaturen aller Marken  
 Lackier- und Karosseriebetrieb  
 Abschlepp- und Bergungsdienst 24h  
 www.schmidt-kfz-gmbh.de

**Schwenke Bestattungen**  
 Große Straße 52  
 31246 Ilsede/Adenstedt  
 Werner Schwenke  
 Tischlermeister  
 Telefon: 051 72 / 72 79  
 Mobil: 01 62 / 9 39 97 64

**Ihr Ansprechpartner für TV, SAT-Anlagen, Waschmaschinen und Geschirrspüler...**  
**EP:Iseke**  
 ElectronicPartner  
 Gerhard-Lukas-Straße 63  
 31241 Ilsede-Groß Büllen  
 Tel.: 051 72 / 53 30 · Fax: 60 23  
**Service macht den Unterschied**

**VGH fair versichert**  
**Paul & Lahmann OHG**  
 Große Str. 58  
 31246 Ilsede/Adenstedt  
 Tel. 05172 93346  
 paul-lahmann@vgh.de  
**Öffnungszeiten:**  
 Mo.–Fr.: 09:00–12:00  
 und 15:00–18:00  
 Besuchen Sie uns auf und

**Achtsam in Bewegung - vielfältiges Bewegungsangebot**  
 Seit dem 09.05. gibt es nun schon das Bewegungsstudio „Achtsam in Bewegung“ in der Großen Straße 58 in Adenstedt und die ersten Kurse haben erfolgreich stattgefunden. „Wir waren ganz schön aufgeregt, aber es hat alles toll geklappt und hat richtig viel Spaß gemacht“, so Kerstin Barnert-Paul und Karin Lemcke, zwei der Yogalehrerinnen. Das Bewegungsangebot ist vielfältig, jeden Tag, fortlaufend und es ist für jeden etwas dabei, ob kraftvoll und mit viel Power oder etwas ruhiger und fließender, trotzdem schweißtreibend und fordernd, alles mit viel Achtsamkeit und innerer Balance. Am Montag wird ChiYoga mit Kerstin von 19.30-20.45 Uhr angeboten. Das ist ein fließender Hatha Yoga-Stil, das Besondere, es werden Wellen und Spiralbewegungen gemäß der natürlichen Physiologie des Körpers integriert. Es sind sanfte, achtsame Bewegungen, der Energiefluss (Chi aus der TCM) wird angeregt, Körper und Geist miteinander verbunden. Dienstag gibt Karin gleich 2 Kurse: BARRE Movement von 17.30-18.30 Uhr und Yoga von von 18.45-20.00 Uhr. BARRE ist inspiriert vom Ballet, es kombiniert Pilates und Yoga, kleine präzise Bewegungen, für mehr Balance und Körperbewusstsein. Yoga verbindet Körper, Geist und Atmung. Bewusste Bewegungen sorgen für mehr Achtsamkeit, Balance und Verbindung nach innen. Wenn Du morgens Zeit und Lust hast und mit viel Energie in den Tag starten möchtest, bist Du beim ChiYoga am Morgen mit Kerstin genau richtig, von 9.00-10.15 Uhr läuft dieser Kurs. Donnerstags findet von 18.00-19.00 Uhr TriloChi mit Kerstin statt. TriloChi basiert auf 3 Säulen, qigonginspirierte Bewegungen beginnen, danach folgt ein Herz-, Kreislaufteil mit schnelleren Bewegungsabfolgen, zum Schluss gibt es zum Dehnen und Mobilisieren noch ChiYoga, anschließend folgt Entspannung. So hast Du in diesem Body-Mind-Konzept eine bunte Mischung aus ruhigen und energiegeladenen Bewegungen. Freitags bietet Kerstin von 9.00-10.00 Uhr Qigong an. Diese Bewegungsform aus der traditionell chinesischen Medizin ist für alle Level und Lebensumstände geeignet. Es bewegt den gesamten Körper, Muskeln, Gelenke, Strukturen und kombiniert Bewegung, Atmung und Vorstellungskraft, stärkt Körper und Geist und reguliert den Energiefluss (Chi). Von 17.30-18.30 Uhr findet mit Karin Pilates statt. Der Fokus liegt hier auf der Körpermitte (Core). Gezielte, kontrollierte Bewegungen verbunden mit dem Atem stärken die Tiefenmuskulatur, verbessern Haltung und Stabilität. Und schließlich bietet Karin am Samstagvormittag von 8.30-9.45 Uhr noch einmal Yoga und von 10.00-11.00 Uhr Yoga for Sports an. Bei diesem besonderen Yoga liegt der Fokus auf Beweglichkeit und Stabilität. Er soll das Training ergänzen, unterstützt die Regeneration und sorgt für mehr Balance und Körperbewusstsein. Am 3.6. findet einmalig von 17.30-18.30 Uhr ein Drop In ChiYoga DANCE statt. Hier werden Yoga und Tanz miteinander zu fließenden Choreos und Warm ups verbunden, Bewegungen getragen von der Musik. Es gibt noch freie Plätze. Also melde Dich schnell an. Ab dem 4.6. gibt es bei uns einen Kinder Yoga- Kurs über 3 Termine mit Conny. Wenn Dich unsere Angebote ansprechen, Du noch mehr Infos haben oder Dich anmelden möchtest besuche gerne unsere Website, www.achtsam-in-bewegung.studio oder folge uns auf Instagram, achtsam.in.bewegung. Gerne kannst Du uns auch telefonisch, 0163-6312921 oder per Mail, info@achtsam-in-bewegung.studio kontaktieren. Wir freuen uns auf Dich.

*Achtsam in Bewegung*

**B & B**  
 Große Straße 21  
 Adenstedt  
 Schulbedarf – Bastelbedarf  
 Deko u. Geschenkartikel  
 Tabak – Zigaretten  
 Zeitschriften  
 Mangel – Reinigungsannahme  
 Öffnungszeiten:  
 Montag – Samstag 8:00 – 12:00  
 Dienstag – Freitag 15:00 – 17:00

**TUI ReiseCenter**  
 Reise & Touristik C. Gahre GmbH  
 Goschenstraße 80, 31134 Hildesheim,  
 Tel. 0 51 21 / 1 35 10, Fax 0 51 21 / 1 35 13,  
 E-Mail: hildesheim2@tui-reisecenter.de

**Hof Dettmer**  
 EIER AUS FREILANDHALTUNG  
 Molkereistraße 9  
 31246 Ilsede/Adenstedt  
 Tel.: 05172/126173  
 Selbstbedienung:  
 Montag bis Samstag 08-18 Uhr  
 oder nach tel. Absprache