

DER ÄLTESTE SPORTVEREIN DER WELT

## HT16-Schwimmer gleiten auf Erfolgswelle



**Senioren-sport:  
vielseitig und  
gesund**

Seite 6

**Aus der  
Studiowelt**

Seite 9





**Bezirksamtsleiter besucht HT16**

## ***Kann der Verein mit Unterstützung rechnen?***

**Hoher Besuch am Sievekingdamm. Sven Dahlgaard hatte ihn eingeladen: Markus Schreiber, den Leiter des Bezirkes Hamburg-Mitte. Er zeigte ihm das Sport- und Freizeitzentrum der HT16, berichtete von den gegenwärtigen Sorgen des Vereins und dem Sanierungskonzept - und fragte nicht zuletzt auch, ob "der Bezirk" etwas zur Entlastung beitragen könne.**

Ein Rundgang durch das SFZ und die Frage nach dem gewonnenen Eindruck: *"Eine vielfältige Sportfläche, großflächig und gut besucht. Sie sollte unbedingt erhalten bleiben."*

Im Büro des Geschäftsführers ging es dann zu Sache. Kann die HT16 mit finanzieller Unterstützung des Bezirkes rechnen?

Eine direkte Förderung durch das Sportreferat scheidet an den knappen Mitteln, doch der Amtsleiter versprach, sich dafür einzusetzen, dass aus "Sondermitteln des Bezirkes für Projekte und Sportgeräte" ein wenig zur Entlastung der HT16 beigetragen wird. Beschließen müssen das die Bezirkspolitiker, aber da ist die HT 16 schließlich *„eine gute Adresse im Bezirk.“*

### **Hoffnung für die "Querkamper"**

Dann waren da noch zwei konkrete Fragen: Kann die HT16 damit rechnen, die Halle Querkamp dauerhaft zu nutzen?

Dazu Markus Schreiber: *"Die Frage von Schulstandorten, deren Erhalt, Umwidmung oder Ausbau ist in Billstedt noch nicht abgeschlossen. Natürlich werde ich mich dafür einsetzen, dass es nicht zu Einschränkungen bei der Hallennutzung kommt"*.

Kurzum: Die Frage ist noch nicht entschieden.

### **Sportanlage Legienstraße in eigene Regie?**

Die HT16 würde gerne die Sportanlage in der Legienstraße, dem Sitz unserer Fußballabteilung, in eigene Regie übernehmen - unter der Voraussetzung, dass die Anlage zuvor instandgesetzt wird und einen Kunstrasenplatz erhält. Der Bezirksamtsleiter dazu:

*"Wie es mit der Platzübernahme nach der neuen Senatsbildung weitergehen wird, ist noch unklar. Das Signal der HT16 nehme ich auf und wenn ich dazu beitragen kann, dass dort ein Kunstrasenplatz geschaffen wird, tue ich es gern. Auch die Initiativen zur sozialen Stadtteilentwicklung können hierfür genutzt werden. Die Sportanlage befindet sich genau im Entwicklungsgebiet."*



Sven Dahlgaard fragte schließlich noch nach eigenen sportlichen Aktivitäten des Besuchers - im Hinterkopf die Absicht, ihn für die HT16 zu werben. Doch der Verein kann den früheren Ruderer nicht aktivieren. Wir haben keine Boote. Und so blieb nur das Angebot eines Minutentrainings für die Cyclastics, an dem sich Markus Schreiber auf dem Fahrrad auf der Strecke über 55 Kilometer beteiligen wird (siehe Foto).

### **Einen Freund gewonnen**

Sven Dahlgaards Fazit: Wir haben unseren Bezirksamtsleiter davon überzeugt, dass es sich lohnt, die Zukunft der HT16 zu sichern, das heißt, einen Breitensportverein zu erhalten, der nicht nur ein Stück Hamburger Geschichte verkörpert, sondern viel dazu beiträgt, die Jugend und das friedliche Zusammenleben der Bürger zu fördern.

Ich bin sicher, dass Markus Schreiber im Rahmen seiner Möglichkeiten alles tun wird, uns zu entlasten. Wir haben keine Illusionen: Die Möglichkeiten halten sich in Grenzen. In jedem Falle aber hat unser Verein einen neuen Freund gewonnen. K.W.

# HT16-Spiegel - Übersicht

## In eigener Sache

Die Redaktion ist dieses Mal nicht so reichlich mit Abteilungsberichten eingedeckt worden, wie wir es uns wünschen. Liegt es an den Hamburger Schulferien? Wir ziehen trotzdem eine positive Bilanz; denn so kommen die Abteilungen, die rege am Wettkampfsport teilnehmen auch etwas ausführlicher mit ihrer Berichterstattung zum Zuge. Mit spannenden Läufen haben die Schwimmer aufzuwarten, unsere Judoka sind voll im Geschehen, die Volleyballer halten die HT16-Fahne hoch und auch andere Abteilungen haben viel Neues zu berichten. Schön wäre es aber auch von Abteilungen zu hören, die sich nicht so oft zu Wort melden, da unser Bestreben dahin geht, die ganze Vielfalt der HT16 sichtbar zu machen, und wo anders kann das geschehen als im Vereinsorgan? Wie allen Mitgliedern macht auch uns die schwierige Lage des Vereins Sorge. Wir hoffen, dass sich alles noch zum Besten wendet und wir in der HT16 weiterhin auf bewährte Weise Sport treiben und Geselligkeit pflegen können.

Ein Satz von Honore de Balzac sagt uns: Die Vergangenheit enthält Lehren, die in der Zukunft ihre Früchte tragen müssen! Hoffen wir es!

Wir wünschen einen wunderschönen Spätsommer. Die Redaktion

Ein Neuanfang Zum aktuellen Stand	4
Seniorenport: vielseitig und gesund "Ich bin stolzer in der Bewegung"	6
Senioren auf dem Fahrrad Von Viborg/Dänemark nach Wedel	8
Aus der Studiowelt Boxen, ein Sport für Schäger, Der Nutzen moderner Hypnose	9
Sportpark Öjendorf	10
Judo	12
Nationales und Internationales	12
Nordic Walking	14
Tennis Hammer Park	14
HT16 persönlich "Das Wandern ist des "Scheffers Lust"	15
Kunstturnen	16
Volleyball Neustart	18
Schwimmen HT16-Schwimmer gleiten auf Erfolgswelle	20
Skikneipe	22
Jahnkneipe	22
Impressum	23

Redaktionsschluss  
Ausgabe 913  
19. November

### Der HT-16-Spiegel - Organ der Hamburger Turnerschaft von 1816

Redaktion: Sven Dahlgaard, Elke Heine, Edgar Toth,  
Jutta Völkers (Layout)

Redaktionsanschrift: HT16, Vereinszeitung, Sievekingdamm 7, 20535 Hamburg,  
Telefon 040/25 17 49-0,

E-Mail: elke.heine@t-online.de und edgar-toth@ht16.de

Erscheinungsweise: 4 x jährlich - Bezugspreis im Beitrag enthalten.

Die Redaktion behält sich vor, Manuskripte zu kürzen oder zu ändern. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben ausnahmslos die Meinung des Unterzeichnenden wieder und liegen nicht in der Verantwortung der Redaktion.

### Gesamtherstellung und Anzeigenverwaltung:

**Torge Thies - TRCT-Medien**

Mühlendamm 78-80 - 22087 Hamburg

Telefon: (040) 410 987 -10 / Telefax (040) 410 987 - 22 / E-Mail: tt@trct-medien.de

## Titelfoto

Jason (li.) beim Start zu seiner  
5 Goldmedaille über 400 m  
Lagen.

# Ein Neuanfang



Zum aktuellen Stand:

## Aussichten gut, Ausgang offen... Fragen an Sven Dahlgaard

### ***Ist der Vorstand bei den Verhandlungen mit den Gläubigern seit der Delegiertenversammlung voran gekommen?***

Ja, wir sind voran gekommen. Doch das Sanierungskonzept setzt die Zustimmung aller Gläubiger voraus. Noch aber sind nicht alle Verhandlungen abgeschlossen; es gilt noch Überzeugungsarbeit zu leisten. Auch werden wir gezwungen sein, die Personalkosten weiter zu senken, das gilt sowohl für den Verwaltungsbereich als auch bei den Übungsleitern.

Ich habe mich Ende Juli an unseren Bürgermeister Ole von Beust gewandt und ihm unsere schwierige Situation geschildert. Leider haben wir bis heute keine konkrete Antwort.

Kurzum: Noch kann noch nicht gesagt werden, dass der Fortbestand der HT16 gesichert ist.

### ***Mitglieder fragen, wann die versprochene Außerordentliche Delegiertenversammlung stattfinden wird?***

Ich plane die versprochene Versammlung zum 26. November einzuberufen.

Ich habe Verständnis für den Wunsch der Mitglieder, die gegenwärtige Unsicherheit zu beseitigen. Den Vorstandsmitgliedern geht es nicht anders. Wir sind alle daran interessiert, Klarheit zu schaffen, und wenden neben unserer Berufsarbeit viel Zeit auf, um dahin zu kommen.

Ich komme auf die erste Frage zurück: Wir können im Augenblick nur sagen, dass die Aussichten, die HT16 zu erhalten, gut sind, der Ausgang unserer Bemühungen aber noch offen ist.

### ***Und wie sieht der Vorsitzende seine Zukunft?***

Ich stehe zu meiner Verantwortung als Vorsitzender und bin weiterhin bereit, mit allen mir möglichen Mitteln die Sanierung des Vereins voranzutreiben. Dennoch werde ich - obwohl meine Amtszeit noch nicht abgelaufen ist - am 26. November um ein Votum der Delegierten bitten.

## Befreiung von Altlasten

Die Delegiertenversammlung 2008 am 25. Juni war gut besucht, besser als in den letzten Jahren. In der Aula der Schule Hohe Landwehr waren nur wenige Stühle frei. Es gab Fragen im Verein, viele Mitglieder waren beunruhigt. Der Vorsitzende kam gleich zur Sache: „*Unser Verein ist akut überschuldet!*“ Er nannte Zahlen: Drei Millionen Bankschulden, eine Million weitere Verbindlichkeiten. Kein Pappenstil!

Dass der Verein finanzielle Probleme hatte, war für die Abgesandten der Abteilungen nichts Neues; sie waren auf den Delegiertenversammlungen der letzten Jahre wiederholt diskutiert worden, die Gründe waren bekannt und an den Ursprung der Misere hatte der Vorsitzende zuletzt im HT16-Spiegel erinnert: „*Wir tragen an einer Altlast. In den frühen 90er Jahren wurde – in der Erwartung eines starken Nachfrage – in Sportanlagen investiert, die sich später nicht rechneten. Die Einkommen der Bürger stagnierten, die Betriebskosten stiegen, die sportlichen Trends entwickelten sich anders als erwartet.*“ Kurz gesagt: Fehlinvestitionen. Man hatte in den letzten Jahren einiges getan, um wieder schwarze Zahlen zu schreiben, und immer wieder Licht am Ende des Tunnels gesehen. Die Hoffnung trog, die Maßnahmen reichten nicht, das Licht blieb aus, mehr noch: Es wurde finsterner.

## Der Vorsitzende übernimmt die Verantwortung...

Wie war es dazu gekommen? „*Die Geschäftsführung wurde durch den Vorstand nicht ausreichend kontrolliert und es wurden strategische Fehler gemacht. Hierfür trage ich als Vorsitzender natürlich die Hauptverantwortung. Letztlich waren wir gezwungen, uns von unserem langjährigen Geschäftsführer zu trennen und noch weitere Entlassungen vorzunehmen.*“

Die Delegierten wollten dazu Näheres wissen. Mit Rücksicht auf eine arbeitsrechtliche Auseinandersetzung könne und wolle er dazu nichts sagen, erklärte der Vorsitzende. Es gehe ohnehin nicht um Sündenböcke und Schuldzuweisungen, sondern die Sicherung der Zukunft der HT16.

## ... und unterbreitet ein Sanierungskonzept

Der Vorstand unterbreitete ein Konzept zur Entschuldung, das auf drei Säulen beruht: 1. Dem Verzicht der Gläubiger auf einen Teil ihrer Forderungen, 2. Weiteren Einsparungen, insbesondere an Personalkosten, und 3. einer einmaligen Mitgliederumlage in Höhe eines Mitgliedergrundbeitrages.

Sven Dahlgaard hatte die Mitglieder darüber bereits Anfang Juni im HT16-Spiegel informiert und hob hervor, dass die

## HT16-Spendenkonto

HASPA BLZ 500 505 50  
Konto 1081 212274



Umlage ausschließlich zur Entschuldung verwendet und auf ein Treuhandkonto (Anderkonto) festgelegt werde, um im Falle der Insolvenz an die Mitglieder zurückgezahlt zu werden. Aus dem gleichen Grunde werden bis zur Abwendung dieser Gefahr keine Jahresbeiträge abgebucht. Kein Mitglied soll geprellt werden

## **Vereinsrat steht dahinter.**

### **Ziel: 2009 25.000 € Überschuss**

Unter Zugrundelegung dieses Konzeptes hatte der Vereinsrat - Vorstandsmitglieder und Abteilungsvorsitzende – den bis 2009 reichenden Haushaltsplan am 5. Juni bei nur einer Stimmenthaltung gebilligt. Durch drastische Personalkosteneinsparungen und einen erheblich verringerten Kapitaldienst sieht er seit vielen Jahren erstmals wieder einen Überschuss von 25.000 € vor. *„Wir hätten also erstmals wieder freies Geld, um dringende Investitionen aus Erträgen zu tätigen, und das ohne neue Schulden zu machen.“*

Sven Dahlgaard betonte, dass es zu diesem Konzept seines Erachtens keine Alternative gäbe.

Gegen die Sanierungsmaßnahmen erhob sich kein grundsätzlicher Widerspruch, dennoch gab es in der lebhaften Diskussion zahlreiche kritische Fragen, aber auch Vorschläge. Der Vorstand wurde entlastet, wobei sich eine hohe Zahl von Delegierten der Stimme enthielt - ein Zeichen ihrer Verunsicherung.

## **Noch ist die Kuh nicht vom Eis.**

### **Außerordentliche Delegiertenversammlung beschlossen.**

Ob das Konzept verwirklicht werden kann, ist noch nicht sicher. Seine Realisierung hängt davon ab, ob Gläubiger und Mitglieder mitziehen. Der Vorsitzende machte das mit den abschließenden Worten seines Berichtes deutlich: *„... bis zum heutigen Zeitpunkt kann nicht ausgeschlossen werden, dass die HT16 in die Insolvenz getrieben wird.“*

Sobald alle erforderlichen Verhandlungen abgeschlossen und Vereinbarungen getroffen worden sind, werden sich die Delegierten – wahrscheinlich im Spätherbst - zu einer Außerordentlichen Versammlung treffen, um sich informieren zu lassen und anstehende Entscheidungen zu treffen.

## **Geschäftsführerkandidat:**

### **Fachlich kompetent, hochmotiviert, mit dem Verein vertraut.**

*„Um die Probleme zu meistern und für die Zukunft gerüstet zu sein, wollen wir die Geschäftsführung in jüngere Hände legen“,*

hatte es zum Geschäftsführerwechsel im HT16-Spiegel geheißt, mit der Einsicht, *„dass ein früher tauglicher – inzwischen eingeschliffener Arbeitsstil heutigen Anforderungen nicht mehr gerecht wird.“*

Der Kandidat, Frank Fröhlich, stellte sich der Versammlung vor und versprach, sein Bestes zu tun. Die Voraussetzungen dafür bringt der aktive Kicker und ausgebildeter Sport- und Fitnesskaufmann mit. Der Verein und seine Probleme sind ihm bekannt. Und an Motivation fehlt es dem Dreißigjährigen ohnehin nicht.

Der Vorstand wird über Frank Fröhlichs Berufung zum Geschäftsführer entscheiden.

Beim Neuanfang geht es nicht nur um eine Sanierung der Finanzen und einen soliden Haushalt der Schwarzen Zahlen, es geht auch um die Vereinsstrategie. Dazu führte Sven Dahlgaard aus: *„Wir müssen nicht jedem neuen, oft fragwürdigen Trend hinterherlaufen, sondern wollen uns auf unsere ureigenen Aufgaben konzentrieren: Wettkampfsport, Gezielte Kinder- und Jugendarbeit, Gesundheits- und Seniorensport, vereinseigene Fitnessangebote, auf Geselligkeit und Gemeinschaft.“*

## **Veränderungen im Vorstand:**

### **Neubesetzung des Finanzressorts**

Im Zuge der Vorstandswahlen übernahm - nach anfänglichem Zögern - Torsten Schulz, ein Bankfachmann, das Finanzressort. Uwe Koopmann schied aus; Sven Dahlgaard dankte ihm für die langjährige Mitarbeit. Die übrigen Wahlen verliefen in großer Einmütigkeit. K.W.

## **Zuverlässige Stütze**

### **in guten wie in schlechten Zeiten**

#### **die Ehrenamtlichen.**

### **Hans-Reip-Schale für Rosi und Jürgen Erdmann.**

Die diesjährige Delegiertenversammlung stand ganz im Zeichen der Finanzmisere, dabei hätte über zahlreiche sportliche Erfolge berichtet werden können. Erfreulich war ein einziger Tagesordnungspunkt: die Verleihung der Hans-Reip-Schale an zwei Mitglieder, die für die ehrenamtliche Arbeit stehen: Rosi und Jürgen Erdmann. Seit fast 20 Jahren sind sie als Übungsleiter in der Gymnastik, in der Prävention und Rehabilitation als Übungsleiter tätig.



Sie betreuen Ausflüge und Urlaubsfahrten mit HT16-Gruppen und sind darüber hinaus in ganz Hamburg im Gesundheitssport aktiv und im Verband für Turnen und Freizeit tätig. Es war und ist die Vereinsverbundenheit und Einsatzbereitschaft der Ehrenamtlichen, die die HT16 bisher über alle Krisen ihrer bisher 192jährigen Geschichte gerettet haben. Ihr Beitrag ist auch in der aktuellen Krise unentbehrlich.

# Senioren sport: vielseitig und gesund

## „Ich bin stolzer in der Bewegung!“

Morgens um 9 Uhr in der HT16. Die U-Bahn entlässt eine Vielzahl von Seniorinnen und Senioren, die nur ein Ziel haben: die HT16. Im Foyer und in den Umkleieräumen herrscht reges Treiben und richtige Wortschwallbe. Unsere Mitglieder haben sich eine Menge zu erzählen. Danach verteilt sich die Menge auf drei Gymnastikhallen und los geht's mit dem Seniorensport.

Viele Mitglieder sind in unserem Verein groß geworden, sind jetzt in die Jahre gekommen, aber weiter aktiv. Die HT16 bietet hierfür eine große Plattform an Gymnastik und Gesundheitssport. Und das seit Jahrzehnten.

dies kein Grund ist, im Ruhestand nichts für sich zu tun. Es galt, die Hemmschwelle zu überwinden, ein Bewegungsangebot in einem Sportverein zu testen. Die Werbung ging Hamburg weit, selbst der damalige Innensenator machte mit und animierte zum Kommen.

Das war der Beginn des Seniorensports in der HT16 mit dem Programm „Gymnastik-Spiel-Tanz“ für Ältere, für solche, die in der Schule zuletzt einer sportlichen Aufgabe nachgegangen sind.

### Bewegung – Begegnung – Bildung

Eine Vielzahl an Angeboten. (siehe Kasten rechts). Zu viel? Mitnichten. Der Sport wird reichlich genutzt. Die Stunden sind zu seniorenfreundlichen Tageszeiten.

Das Fitness-Studio bietet ebenfalls eine ideale Ergänzung und eine sportliche Herausforderung. Es wird immer mehr genutzt, zumal hier auch günstige Tarife geboten werden.

Die Geselligkeit kommt automatisch durch die harmonischen Gruppen-



### „Jahrzehntelang nichts mehr gemacht!“.

Das war der allgemeine Tenor vor über 30 Jahren. Mit einem speziellen Programm hat die HT16 Entwicklungsarbeit in Hamburg geleistet, um Rentnerinnen und Rentner davon zu überzeugen, dass

### Von „Hacke-Spitze-1,2,3“ bis zum Englischkurs

Aus einer Gruppe wurden bis zu 18 Gruppen. Das reine Bewegungsprogramm wurde bis hin zu Englischkursen erweitert. Das Seniorenprogramm läuft heute unter dem Motto der „3 B's“:

gefüge. Man hat sich in den Gruppen kennen gelernt, man mag sich, ist oft zusammen, man unternimmt viel. Die HT16 setzt hier noch einen drauf, organisiert einiges mehr, u.a. Ausfahrten und lebenslanges Lernen ist ebenso ein wichtiger Bestandteil unserer Seniorenarbeit. Englischkurse und PC-Kurse

## Sportangebote

### Bewegungsangebote

allgemeine Gymnastik  
Gymnastik mit Klein- und Handgeräten  
Vitalgymnastik  
Bauch-Beine-Po  
Aerobic Light  
Wirbelsäulengymnastik  
WSG ohne Bodenteil  
Yoga  
Tanzen  
Folklore  
Nordic Walking  
Wandern  
Radwandern  
Tischtennis  
Kegeln

### Begegnung und Kommunikation

Begegnungen in und mit der Gruppe  
Klönsschnacks  
Singkreis  
Sommervergnügen  
Weihnachtsfeiern  
Faschingsausfahrt  
Stricken  
Kartenspielen  
Tagesausflüge  
Urlaubsreisen

### Englisch - und PC-Kurse:

Es sind wieder Plätze frei für Mitglieder und Nichtmitglieder, für Anfänger, für solche, mit "verschütteten Kenntnissen" und für Fortgeschrittene. Leitung: Englischlehrerin Barbara Ronnebaum  
Melden Sie sich bitte an der Rezeption an.

### Bildung und Kultur

Englischkurse  
PC-Kurse  
Informationsvorträge  
Besichtigungen  
Gesprächskreise in Hoch- und Plattdeutsch  
Ehrenamtliche Mitarbeit

dokumentieren darüber hinaus, dass man nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit bleiben möchte.

### „Aktion 1 plus 1“

Wir wissen, dass unsere Seniorinnen und Senioren sich in der HT16 wohl fühlen, einige sprechen von ihrem „Zweiten Zuhause“. „Wenn es mir gut geht, soll es auch anderen gut gehen!“ Deshalb, werben Sie doch einmal gezielt für unseren Sport! Denn unser Programm soll sich herumsprechen. Fragen Sie Ihren Arzt, ob Sie Programme der HT16 im Wartezimmer auslegen dürfen.

Laden Sie Bekannte, Freunde, Verwandte zum Schnuppern ein!.Bringen Sie jemanden mit, der einmal schnuppern möchte und wir sagen Ihnen mit einem kleinen Präsent Danke.

### „Nur wenige Schritte“

Die U-Bahn liegt direkt vor der Haustür der HT16. Nur wenige Minuten und man genießt den Flair der HT16. Ein HT16-Mitglied sagte einmal „Die HT16 ist wie eine kleine Stadt!“ Das Sportprogramm bietet eine Fülle an Angeboten zu Tages-

zeiten, das Vereinsrestaurant lädt zum Mittagstisch und zu Kaffee und Kuchen ein, wer will, kann die Sauna besuchen und sich massieren lassen. Und die Senioren-Begegnungsstätte ist Mittelpunkt für viele Klönsschnacks und Gesprächskreise.

1.600 HT16-Mitglieder im Alter von 60-97 Jahren sind in ihrem Verein angemeldet. Das älteste aktive Mitglied ist 95 Jahre alt und kommt

2 x in der Woche zum Sport. Er ist vor 30 Jahren, mit 65 Jahren in eine Seniorengruppe eingetreten und aus ihr nicht mehr wegzudenken.

Das beweist: Sport ist im Verein am schönsten und hält fit und vital. Wünschen wir, dass alle Seniorinnen oder Senioren der HT16 weiterhin viel Freude und Spaß an Bewegung und Geselligkeit haben. Die HT16 feiert in acht Jahren ihren 200. Geburtstag. E. T.

## T a b a k D o r n

Freundlichkeit & Service

H a m m e r L a n d s t r a ß e 8

( gegenüber U-Bahn Burgstraße )

Presse - Lotto - Toto

Schmuck & Accessoires

Getränke - Geschenkartikel

Telefonkarten - Büroartikel

Hermes Paketshop

Stempel / Schilder

**Frische  
Brötchen**

**Kaffee To Go:  
1 €**

## Paul Pundt & Co.

Billwerder Steindamm 32  
20537 Hamburg

Telefon: 250 02 58

Wir liefern für Sie:

Spielkistensand  
Fallschutzsand  
Sprungkies  
Beach- Volleyballsand  
Golfsand  
Reitplatzsand



# Senioren auf dem Fahrrad

## Von Viborg / Dänemark nach Wedel



Fit dank Senioren-Gymnastik bei der HT 16, und als begeisterte Radfahrer unternehmen wir seit vielen Jahren einmal im Jahr Radtouren quer durch Deutschland. Das ist immer eine große Herausforderung. Viele schöne und unvergessliche Erlebnisse bleiben in Erinnerung. In diesem Jahr stand der Ochsenweg auf dem Programm, beginnend in Flensburg. Nach dem Radtourenbuch "bikeline" beginnt der historische Fernweg aber in Viborg / Dänemark (Nordjütland).

Der Ochsenweg, in Dänemark als Hærvejen = Heerweg bezeichnet, ist einer der ältesten Landfernwege Nord- und Mitteleuropas, auf denen im Mittelalter Pilger, Viehtreiber mit ihren Ochsenherden, Kaufleute und Handwerker sowie Könige und Fürsten mit ihren Heeren von Nord nach Mitteleuropa zogen.

Da wir keine halben Sachen machen, entschlossen wir uns also zur Fahrt ab Viborg. Wie kommt man da aber hin? Mit der Bahn heißt das fünfmal umsteigen. Toll, dass unser Sohn uns hingefahren hat. Silkeborg war unser erstes Ziel. Wer von Dänemark nur die Ostsee- bzw. Nordseeküste kennt, weiß

wahrscheinlich nicht, wie abwechslungsreich die Landschaft ist. Der Heerweg führt auf der Wasserscheide zwischen Ost- und Nordsee durch sehr hügeliges Land, durch Wald und Heide, vorbei an vielen großen Seen. Heerwegsteine, Hügelgräber, Burgruinen säumen den Weg. Nicht immer sind die Wege gut befahrbar. Manchmal muss man Sand- und Schotterwege bewältigen, schieben, wenn es bergauf geht. Selten nur fährt man auf einer stärker befahrenen Straße. Da wir in Jugendherbergen übernachtet haben, denn Hotels sind sehr teuer, legten wir am Tag etwa 45 bis 50 km zurück. So kamen wir auch durch interessante Orte wie Jels, wo im Sommer die Wikingerspiele stattfinden, lernten nette Leute kennen, die halfen, den richtigen Weg zu finden oder für uns telefonierten, um bei der nächsten Herberge Quartier für uns zu bestellen, denn unser Handy streikte, und öffentliche Fernsprecher gibt es oftmals nicht.

Auf der letzten Etappe durch Dänemark überquert man die drei ältesten, originalgetreu rekonstruierten Steinbrücken zwischen Vojens und Padborg. Natürlich mussten Fotos davon gemacht werden. - Und nun passierte das Malheur! Aus der leider nicht verschlossenen Jackentasche verlor ich, ohne es zu bemerken, meinen Fotoapparat, den ich erst bei der nächsten 10 km entfernten Gejlåbro, der letzten und romantischsten Brücke, vermisste. Den ganzen Weg zurück? Unmöglich und zu beschwerlich, auch würden wir dann unser Quartier nicht erreichen.

Zwei Tage später: Inzwischen weit hinter Flensburg, begegneten wir einem einsamen Radler. "Aha, auch auf großer Tour?" Wie das so ist, man kommt ins Gespräch und es stellte sich heraus, dass der Mann, ein Bayer aus dem Allgäu, unterwegs auf dem Ochsenweg von HH-Altona nach Viborg war! Na so was!

Wir erzählten ihm von unserem Missgeschick und spontan erklärte er sich bereit, an dem vermeintlichen Ort Ausschau nach dem Fotoapparat zu halten, notierte unsere Adresse und Telefonnummer, wollte uns anrufen, falls er das gute Stück finden würde. Da er genau so ein Radtourenbuch hatte wie wir, konnten wir anhand der Karte zeigen, wo ungefähr der Fotoapparat verloren ging. Bei großer Hitze setzten wir unseren Weg fort.

Den richtigen Weg zu finden war nun nicht immer leicht, denn die Wegzeichen fehlten manchmal oder führten in die Irre. Aber auch das gehört zum Abenteuer einer Radtour.

Etwa 520 Kilometer lagen nun hinter uns, als wir Wedel gesund und munter erreichten. Den Rest des Weges nach Hamburg legten wir mit der S-Bahn zurück und freuten uns auf unser Zuhause und den Garten.

Dann, wir waren schon seit zwei Wochen wieder zu Hause, klingelte das Telefon: "Frau Scheitzow, i bin der Radler aus Bayern. I hab' Ihren Fotoapparat gefunden! Komme mit der Bahn von Kiel und habe Aufenthalt in Hamburg. Können wir uns HH-Hbf. treffen? Oder soll i den mit der Post schicken?" Ich war sprachlos. Klar, dass wir uns getroffen hatten! Weil bis zur Abfahrt nach Augsburg noch viel Zeit war, nahmen wir unseren jungen Freund gerne mit zu uns nach Hause, wo wir dann die unwahrscheinliche Geschichte erfuhren, wie und wo er die Kamera gefunden hatte: Während er sein Rad an der bewussten Brücke Povls Bro reparieren musste, weil er einen 'Platten' hatte, war ein Austreten" nötig geworden. Ob auch ich dort im Busch war? Ja, war ich. Und just dort lag friedlich das gute Stück. - Das war wohl eine Fügung. Es gibt doch noch Wunder und ehrliche Menschen. Marianne und Karl Scheitzow, Senioren-Gruppe 4



# Aus der Studiowelt

## Boxen, ein Sport für Schläger?



Ein Vorurteil! Davon kann man sich jetzt auch am Sievekingdamm überzeugen. Seit kurzem bietet **Marion Einsiedel** im Fitness-Studio der HT16 Boxtraining an. Die leidenschaftliche Boxtrainerin bringt interessierten Sportlern bei, mit Spaß an ihre Grenzen zu gehen; dabei werden Kraft, Technik, Taktik, Ausdauer, Schnelligkeit und Beweglichkeit trainiert. Hinzu kommt für Kinder die pädagogische Seite: *Dabei geht es im Wesentlichen darum, dass die Kinder durch Disziplin, Regeln und Respekt lernen, sich durchzusetzen, um ihre*

*Ziele zu erreichen*“, heißt es in einer Werbung der Heinrich Hertz Schule für ihr “Schulprojekt Boxen”.

Boxen zählt weltweit zu den ältesten und populärsten Sportarten. Schon 3000 Jahre v. Chr. fanden Faustkämpfe zum Zwecke der Unterhaltung statt und wurden erstmals in Griechenland bei den Olympischen Spielen der Antike ausgetragen. Auch bei Gladiatorenkämpfen im antiken Rom führte man den Faustkampf vor. Der Ursprung des modernen Boxens liegt im England des 17. und 18. Jahrhunderts und feierte 1904 in St.

Louis sein olympisches Comeback. Von diesem Zeitpunkt an galten feste Regeln, die Größe des Boxringes wurde bestimmt und es wurden grundlegende Unterschiede zwischen dem Amateur- und Profiboxsport festgelegt. Was man zunächst belächelte, fing an, sich immer größer werdender Beliebtheit zu erfreuen; denn seit längerer Zeit ist auch die Damenwelt in dieser Disziplin stark vertreten.

Man muß ausprobieren, ob man am Boxen Gefallen finden kann. Auskünfte dazu können im Fitness-Studio eingeholt werden. E.H.

## Der Nutzen moderner Hypnose - Vortrag von Carsten Schmilgeit

### Am Mittwoch den 8. Oktober findet um 19:00 Uhr ein Vortrag zum Thema - Der Nutzen moderner Hypnose - statt.

Der Vortrag wird im Seminarraum der Begegnungsstätte der HT16 (Tür neben dem Haupteingang) gehalten. Es ist jeder eingeladen, der Vortrag wird voraussichtlich 90 Minuten dauern, anschließend ist Zeit für Fragen und Diskussionen.

Vortragender ist Carsten Schmilgeit, Heilpraktiker seit 2001 mit den Therapieschwerpunkten Hypnose und Osteopathie.

#### Auszug aus dem Inhalt - Was ist Hypnose?

Klassische Hypnose, Moderne Hypnose

Typische Ansichten über Hypnose, Wahrheiten und Märchen

Hypnose oder: Der Königsweg zum Unbewussten

- Kurzer Ausflug ins Gehirn, - Sonderbare psychische Phänomene

#### Was ist Glück?

Was lässt einen lange und gesund leben? Wie funktioniert ein gutes Gedächtnis?

Extreme geistige Leistungen, körperliche Phänomene

- Anwendung der Hypnose

Psychosomatische Erkrankungen

Praktische Beispiele, konkrete Fälle

Weg von Manipulationen, Freiheit zurückgewinnen

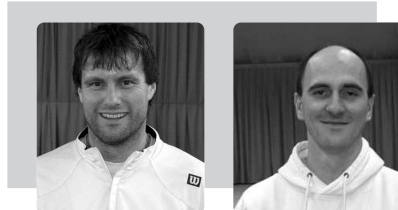
Versteckte Potenziale der eigenen Psyche

- Erwachsenenhypnose, Kinder- und Jugendlichenhypnose

Eine Antwort zuvor auf die häufigste Frage: **Jeder** ist hypnotisierbar! Wenn er will.

## Smash the night... die kürzeste Nacht des Jahres

Am Samstag, den 21. Juni, fand das große Badminton Mitternachts-Doppeltturnier in der Badmintonhalle



Torsten Kamerke    Oliver Meyer

## Sport on Court

„Sport on Court“ heißt die neue Tennisschule im Sportpark.. Unter der Leitung von Cheftrainer Torsten Kamerke wird z.Zt. ein umfangreiches Kursangebot für alle Spielstärken angeboten. Besonderes Augenmerk richtet Torsten Kamerke auf die Förderung des Jugendtennis. In den Sommerferien findet daher ein abwechslungsreiches Trainingscamp für Kinder und Jugendliche statt. Bei „Sport on Court“ erhalten Tennisbegeisterte aller Altersklassen, vom Anfänger-, Hobby- bis zum Turnierspieler, von dem qualifizierten Trainerteam Einzelintensivtraining oder preiswerten Gruppenunterricht. Durch ihre große Erfahrung sind die Trainer in der Lage, jedes Leistungsspektrum abzudecken und auf die individuellen Bedürfnisse eingehen zu können. Hierfür stehen moderne Trainingsmethoden und Hilfsmittel, wie die Videoanalyse, zur Verfügung. Mehr unter [www. sportoncourt.de](http://www.sportoncourt.de)

Klaus Scheufler

## Anlagen-Turnier – Krüll-Cup

Nach über 14 Jahren Turnierpause haben wir vom Sportpark Öjendorf das traditionelle Anlagenturnier wieder ins Leben rufen können. 46 spielwütige Tennisfreunde haben am Turnier teilgenommen und machen Hoffnung auf einen Anstieg im nächsten Jahr. Besonders gefreut hat sich der gesamte Sportpark über Teilnahmen aus verschiedenen Vereinen rund um Hamburg. So konnte sich unsere

Die Hallenfront in neuem Glanz



schöne Anlage auch endlich wieder im Erwachsenenbereich überregional präsentieren. Es war ein sehr faires und freundschaftliches Miteinander, das seinen dramaturgischen Höhepunkt in der „Players night“ mit fetziger Discomusik und Tombola erreichte. Insgesamt hat-



des Sportparks Hamburg Öjendorf statt. Unter der Leitung von Alexander Frenzel wurde die kürzeste Nacht des Jahres sportlich gefeiert. Bei kühlen Drinks, heißer Musik und rasanten Badminton-Matches stand der Spaß bei dieser Veranstaltung im Vordergrund!

## Neue Bewirtung

Seit 1. Juli hat das Sportparkrestaurant neue Pächter. Frau Martina Hartung und Herr Roland Schibek sorgen nun für das leibliche Wohl der Sportparkgäste. Eine abwechslungsreiche Karte mit einem wechselnden Mittagstisch machen einen Besuch im Sportpark Restaurant lohnenswert. Neu auch: Täglich von 15:00 – 18:00 Uhr „Kaffee und Kuchen satt“.



ten sich gar 70 Tennisspieler für die Feier angemeldet und viele wunderten sich über die tanzlustigen Tennisspieler vom Sportpark Öjendorf. Gewinner dieses herrlichen Abends waren Hannelore und Wolfgang Hofmann, die dank der Unterstützung des Autohauses Krüll



nun ein Wochenende im vollgetanktem Cabrio vor sich haben. Nicht weniger glücklich waren Myriam und Thomas Witt, die eine romantische Nacht in der Heide inklusive Candlelight-Dinner erwartet.

Aber auch die Sieger des Turniers gingen nicht mit leeren Händen nach Hause. Hochdotierte Gutscheine für Karstadt und Douglas gingen in den Besitz der Sieger über. Hier sind allen voran Alex Hugel und Martin Paindelli vom FTC Rahlstedt zu nennen, das wohl spielstärkste Paar des Turniers und verdiente Gewinner der Herren-Konkurrenz. Unser Sportpark-Öjendorf-Doppel Gerhard Behlke und Claus Steimann konnte zwar mithalten, musste sich dennoch dem jugendlicheren Elan und Spielwitz beugen und belegte den 2. Platz. Bei den Damen in der offenen Klasse waren Andrea Hering und Heike Griep vom SC Langenhorn „Scala“ die klaren Favoriten und wurden dieser Erwartung auch gerecht. Die

beachtliche Gegenwehr des Öjendorf-Doppels Marianne von Zmuda-Stein und Gisela Nissen ließ sich jedoch am Ergebnis ablesen. Das Siegerdoppel gewann knapp mit 7:6 und 6:4.

Bei den Herren Plus war die Entscheidung ähnlich eng. Günter Kulemann und Werner Stremlau vom SG Sportpark Öjendorf gewannen mit einem Spiel mehr gegen die starken Spieler Raimond Wallut vom THC Forstthof und Siegfried Brick vom SC Condor. Auch bei den Damen Plus konnte der Heimverein einen Sieg verbuchen. Hannelore Hofman und Barbara Wobst gewannen hier gegen das wohl sympathischste Doppel dieses schönen Turniers: Ute Wrede und Brigitte Nujuid aus Börnsen.

Der Sportpark Öjendorf hofft auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr!

Christian Erichsen

**Wir sind traurig,  
denn am 07. Mai 2008 verstarb  
Horst von Witzler**

Er war ein lieber Freund und guter Tennisspieler. In seinen Ehrenämtern als Sportwart, Jugendbetreuer und Mannschaftsführer hat er Spuren hinterlassen und Lücken, die man nicht so schnell wieder schließen kann. Alle Mitglieder, Kinder, Jugendliche und Eltern trauern mit der Familie von Witzler. Horst von Witzler hat sich um den Tennissport im Sportpark Öjendorf verdient gemacht.

Für den gemeinsamen Vorstand der Tennisabteilungen  
Klaus Scheuffler



# Nationales und Internationales vom Judo

### Internationales Turnier in Graz

Einen schönen Erfolg feierte Janina Henning (-57kg/U17) auf dem 10. Internationalen Creativ-Turnier im österreichischen Graz mit dem Gewinn der Bronzemedaille. Ebenfalls achtbare Resultate erkämpften Annika Bartels (-48kg/U15) mit dem 5. Platz und Viktor Dundurs (-40kg/U13) mit einem 7. Rang. Das Turnier zählt mit mehr als 1.400 Teilnehmern aus 20 Nationen zu den größten in Europa.

### Internationales Turnier in Venray

13 HT16er starteten beim Internationalen Wettkampf im niederländischen Venray, der zusammen mit der Veranstaltung in Graz zu den stärksten europäischen Nachwuchsveranstaltungen zählt. In den Niederlanden waren fast 2.000 Kämpfer/innen aus mehr als 20 europäischen Ländern am Start. Unsere Jüngste, Ivana Iwanski (-32kg/U10), belegte einen schönen 3. Platz. Ebenfalls Bronze gewann Jana Redmann (-48kg/U17). Sie musste eine Niederlage gegen die spätere Turniersiegerin aus Großbritannien hinnehmen, gewann aber alle anderen Begegnungen mit großer kämpferischer und technischer Leistung. Beachtenswerte 5. Plätze belegten Janina Henning (-57kg/U17) mit 4 vorzeitig gewonnenen Begegnungen und Moritz „Bodenkampf-Fuchs“ Neltner (-30kg/U12). Annika Bartels (-48kg/U15) und Rebecca Tönsing (-32kg/U12) erkämpften jeweils den 7. Platz.

### Ronja Uder: Platz 5. auf Studentenmeisterschaft

Auf ihrer ersten Deutschen Hochschulmeisterschaft am 21. Juni in Köln konnte Ronja Uder (-70kg) einen sehenswerten 5. Platz erkämpfen. Nach schnellen und vorzeitigen Auftaktsiegen durch Harai-Goshi und Kata-Guruma musste sie sich im Viertelfinale ihrer Gegnerin mit O-Soto-Gari geschlagen geben. In der Trostrunde konnte Ronja wieder 2 vorzeitige Ippon-Siege durch Tate-Shio-Gatame und Sumi-Gaeshi feiern. Im Kampf um die Bronzemedaille stand ihr dann eine ehemalige Nationalmannschaftskämpferin gegenüber. Ronja lieferte einen großen Kampf, so dass es nach Ablauf der offiziellen Kampfzeit unentschieden hieß und die Entscheidung im „Golden Score“ fallen musste. Die Unparteiischen stimmen hauchdünn für die Kontrahentin. Mit 4 Siegen und 2 Niederlagen zeigte unsere Erstsemesterin eine ganz grosse Leistung.

### HT16 Judoka holen 3 von 4 Titeln bei Hamburger Katameisterschaften und werden Landesmeister in Schleswig Holstein

Bei den diesjährigen Hamburger Katameisterschaften konnten sich unsere Judoka Stephan Gressl mit seiner Partnerin Katja Kiencke (Walddörfer SV) und Christian Böttger mit Sönke Schillig (Bramfelder SV) in den Wettbewerben Katame no kata, Nage no kata und Ju no kata behaupten und sich jeweils den ersten Platz sichern. Stephan und Katja wurden zudem Zweite bei der Nage no kata hinter Sönke und Christian. Damit sicherten sich unsere Wettkämpfer ihre Startberechtigung bei den Deutschen Katameisterschaften, die in diesem Jahr am 14./15.06.2008 in Bochum stattfanden.

Mit seinem Partner (Training Judo- Kata !) Sönke hat Christian am Sonntag den 18.05.2008 offiziell an den „Offenen Landes-Katameisterschaften Schleswig-Holstein“ in Kiel teilgenommen. Mit jeweils drei Startpaaren sind unsere HT16er als „Ausländer“ sogar in die Wertung aufgenommen worden. Bei der Nage no kata mussten Christian und Sönke sich nur den amtierenden Landesmeisterinnen (Dauerkonkurrentinnen) knapp geschlagen geben. Bei der Ju no kata haben die beiden „HT16- Kata-Experten“ dagegen das Feld dominiert und sind tatsächlich zu Landesmeistern Schleswig-Holsteins gekürt worden.

### Pokalturnier des PSV Berlin 2./3.Mai 2008

Dieses Jahr waren wir mit einigen von den kleineren und größeren Judokas und der Trainerin Amneh Abu Saris in Berlin zum Kämpfen.

Am Freitag waren bereits die U21er dran, um zu beweisen, was sie konnten. Nachdem sich Rosa Hübner (-63/) im ersten Kampf noch aufwärmte, war sie danach nicht mehr aufzuhalten und wanderte sogar durch das Finale. Auch Sarah Völckers (-63/) kämpfte bis zum Letzten, musste sich dann aber einer polnischen Kämpferin geschlagen geben. Sie belegte am Ende den dritten Platz.

Am Samstag waren dann auch die U14er dran. Das Turnier war in der Jugend stark besetzt. Trotz zwanzig Kindern in seiner Gewichtsklasse konnte Robin Iwanski (-46/) es durch klare technische Überle-



genheit schaffen, den ersten Platz zu belegen. Lino Rodiek (+55) musste sich bei den etwas Schwereeren durchsetzen, da die anderen Gewichtsklassen gestrichen wurden. Dieses machte er jedoch richtig gut und sicherte sich damit die Silber-Medaille. Einen dritten Platz belegten Rebecca Tönsing (-30), Mehrad Shelamazar Nejad (-37) und Marvin Agarius (-43).

## Kata - Training bei Christian Böttcher

Nach den Sommerferien wird Christian (Katapreisträger im Land Hamburg) wieder samstags bis zum Jahresende in regelmäßigen 4-wöchigen Abständen ein Katatraining (ggf. gemeinsam mit seinem Uke Stephan) anbieten, gedacht wie immer für alle Dan-Anwärter und die Kyu-Grade. Dazu wird es natürlich auch wieder einen Aushang im Dojo geben.

## Norderstedter Stadtmeisterschaften U11 HT16 gewinnt 8 Medaillen

Die Norderstedter Stadtmeisterschaften waren in diesem Jahr leider nur schwach besetzt. In fast allen Gewichtsklassen waren nur so wenig Teilnehmer, dass jeder gegen jeden kämpfen musste. Dies führte zu hervorragenden Ergebnissen für die HT16:

1.Plätze:	-40 kg Rebecca Tönsing (U14),
	-43 kg Viktor Dundurs (U14),
	-46 kg Robin Iwanski (U14),
	-57 kg Janina Henning (U17),
	-90 kg Marc Schulz (U17)
3.Plätze:	-40 kg Rebecca Geisler (U14),
	Alexander Peters (U14)
5.Plätze:	-66 kg Dennis Peters (U17)

1. Platz	Ivana Iwanski
1. Platz	Blerina Seferi
1. Platz	Bengt Braunschweig
1. Platz	Tim Schneider
1. Platz	Sian-Tang Teng

2. Platz	Ece Herek
2. Platz	Giulia Vendel
3. Platz	Jana Garves
5. Platz	Nils Freier
5. Platz	Philipp Grodt
5. Platz	Nirojan Nityarajah

Besonders hervorzuheben sind unsere 5 Erstplatzierten Ivana, Blerina, Bengt, Tim und Sian-Tang, die alle ihre Begegnungen vorzeitig beenden konnten.

Herzlichen Glückwunsch den Teilnehmerinnen und Teilnehmern an allen Wettkämpfen und Turnieren.

Thilo Rößler

## 9 Medaillen beim XVI. HT16-Cup 2008

Am 10.05.2008 und 11.05.2008 fand in der Halle der HT16 zum 16.mal der HT16-Cup für den Judonachwuchs statt. In den Altersklassen U11, U14, U17 und U23 haben insgesamt über 700 Mädchen und Jungen die/den Beste/n ermittelt.

Mit insgesamt 9 Medaillen hatte die HT16 ein gutes Ergebnis erzielt. In der Gewichtsklasse U11 weiblich bis 26kg, kam es sogar zu einem reinen HT16-Finale, in dem sich Blerina Seferi gegen Isabella Kalautschke durchsetzen konnte. Beide Kämpferinnen hatten zu diesem Zeitpunkt bereits 4 Siege auf ihrem Konto.

### Die weiteren Platzierungen aus HT16-Sicht :

#### 1. Platz:

Ronja Uder (U23/-70kg)

#### 2. Plätze

Jana Garves U11w bis 44 kg

Bastian Seemann U11m bis 23 kg

Rebecca Tönsing U14w bis 30 kg

Lino Rodiek U14m bis 60 kg

Meysam Mahmoudi Farahani U14m bis 55 kg

Gesa Dorendorf (U23/-70kg)

Daniel Klann (U23/-70kg)

#### 3. Plätze

Ivana Iwanski U11w bis 33 kg

Robin Iwanski U14m bis 46 kg

### Und hier die Gesamtplatzierungen: XVI. HT16-Cup 2008

#### U11w

- 26 kg	Blerina Seferi	S/10; S/10; S/10; S/5; S/1	1.Platz
- 26 kg	Isabella Kalautschke	S/7; S/10; S/5; S/10; N/10	2.Platz
- 26 kg	Giulia Vendel	N/7; S/10; N/10	
- 33 kg	Ivana Iwanski	N/10; S/1; S/5; S/10	3.Platz
- 44 kg	Jana Garves	N/10	2.Platz

#### U11m

- 26 kg	Jacob Hübner	N/10; S/10; S/10; N/10	
- 35 kg	Maximilian Stehen-Alvarez	N/7; S/10; N/10	
- 42 kg	Torben Dierks	N/10; N/10; N/10	
- 26 kg	Leon Geßner	N/10; N/5	
- 23 kg	Bastian Seemann	N10	2.Platz
- 29 kg	Moritz Neltner	S/10; S/5; N/10; S/10; N/7	
- 35 kg	Philipp Grodt	N/3; N/10	
- 35 kg	Tim Schneider	N/10; S/10; S/5; N/5	5.Platz
- 29 kg	Sian Tang Teng	S/1; S/10; N/5; S/10; N/1	7.Platz

#### U14w

- 30 kg	Rebecca Tönsing	S/7; S/7; S/10 (Aufgabe); N/10	2.Platz
- 40 kg	Rebecca Geisler	S/10; N/10; S/5; S/5; N/10	

#### U14m

- 60 kg	Lino Rodiek	S/10; N/10; S/10	2.Platz
- 40 kg	Alexander Peters	N/10; N/10	
- 46 kg	Pavel Graf	N/10; N/10	
- 43 kg	Jan-Hendrik Bartels	N/7; N/3	
- 43 kg	Viktor Dundurs	S/10; N/10; N/3	5.Platz
- 43 kg	Dzemali Seferi	N/10; N/10	
- 55 kg	Meysam Mahmoudi Farahani	S/7; S/1; S/10; N/10	2.Platz
- 40 kg	Mehrad Shelamzor Nejad	S/3; N/5 (GS); S/10; N/5	
- 46 kg	Robin Iwanski	N/10; S/10; S/10; S/10; S/10	3.Platz
- 40 kg	Jesse Hübner	S/3; N/10; N/10	

### NW steht für NORDIC WALKING

Fünf Jahre ist es her! Im Juni 2003 schlug die Geburtsstunde des neuen Sportangebotes der HT16, nämlich das „Nordic Walking“. Eine ausgebildete Trainerin in Nordic-Walking mit der Lizenz des Deutschen Turner-Bundes gründete damals zusammen mit einigen Mitgliedern der Osteoporose- und Herzgruppe die Gruppe „Nordic Walking“. Am Anfang traf man sich nur dienstags um 10.00 Uhr auf dem Parkplatz der HT16 und ging von dort aus zum Walken in den Hammer Park. Heute hat unser Verein drei Gruppen „NW“ und mehrere Trainer. So walked man immer dienstags und sonnabends um 10 Uhr um den Öjendorfer See bzw. dienstags um 9.30 Uhr im Hammer Park. Welch ein rasanter Aufstieg! Heute gibt es etwa 70 Nordic Walker in der HT16!

Was waren die Beweggründe zu dieser, damals trendigen Sportart? Ja, sie ist auch heute noch nach wie vor total „in“!

Diese Fortbewegungsart hat einen sehr großen gesundheitlichen Aspekt. Wissenschaftler, Krankenkassen und Orthopäden fördern und

bezuschussen im Rahmen des §20 diese Sportart. Was macht sie so toll und gesundheitsfördernd?

Bewegung an frischer Luft zu jeder Tages- und Jahreszeit, Glatteis und Gewitter ausgenommen, erhöht den Herzschlag, steigert den Kalorienverbrauch, aktiviert nahezu 90% aller Körpermuskeln, löst Muskelverspannungen im Nacken- und Schulterbereich, erhöht die Beweglichkeit, stärkt die Muskulatur und schont die Gelenke.

Was macht NW außerdem noch so reizvoll?

Es treffen sich nette und kommunikative Leute bei dieser gesunden Sportart zu vielen gemeinsamen sportlichen Aktivitäten.

Selbst unsere Gesundheitsministerin, Frau Ulla Schmidt, rief zur Aktion „täglich 1000 Schritte“ auf. Wir „HT16er“ waren dabei und liefen mit ihr an der Alster.

Unser lieber Harald Schunk hat „Elmshorn“ ins Leben gerufen und die Gruppe ist dabei. Harald, „der Fitte“, hat auch gleich noch in diesem Jahr, bei den „2. Bad Segeberger Herztagen“, in seiner Altersklasse den 1. Platz belegt! Herzlichen Glückwunsch!

Ist die Düne „Boberg“ bekannt?

Walken rauf und runter, mit den Stöcken durch den Pudersand und den Wald. Auch hier haben wir unsere Fitness überprüft. Sie war gut und alle haben den Fitnesstest bestanden! Anschließend ging es neben der Düne zum Brunch der besonderen Art. Alles selbst gemacht und unter freiem Himmel. Auch der Wettergott spielte mit.

Was tut sich sonst noch so?

Die Hafen-City mit ihrem Lauf. Drei Mal waren wir mit einer großen Gruppe dabei, um uns die „neue Stadt“ mit sportlichen Augen anzusehen. Es hat sich gelohnt.

Das „Neue Jahr“ wurde bei uns im Öjendorfer Park mit Berlinern und Punsch unter freiem Himmel willkommen geheißen. Das Weihnachtsfest wurde fürstlich mit einem Essen eingeläutet.

Jedes Jahr findet ein Sommerfest zum Jahrestag der Gründung auf der HT16 Anlage in der Legien Straße statt.

Das alles tut sich in der jungen NW-Gruppe! Unsere beiden Trainer Rosi und Jürgen Erdmann hoffen auf eine lange und tolle Zukunft und würden sich über noch mehr „NW-Enthusiasten“ freuen!

Rosi und Jürgen Erdmann



## Tennis Hammer Park

### Der Sportwart blickt zurück auf die Medenspielsaison

Auch wenn nicht alle Blütenträume reiften, können wir immerhin zwei Mannschaften zum Aufstieg gratulieren: Die Herren 30 und die Herren 40 werden in der nächsten Saison in der nächst höheren Spielklasse angreifen. Glückwunsch! Auch die Jugend kann Erfolge vorweisen: Die erstmals gemeldete Mixedmannschaft U14 wurde Staffelsieger. Prima! Das kann so weitergehen! Der Klassenerhalt gelang allen

anderen Mannschaften – leider mit Ausnahme der Herren 60, die die Ausfälle einiger spielstarker Männer nicht kompensieren konnte. Wer hat schon eine Ersatzbank wie Bayern München – aber Tennis spielen können die auch nicht ...

### Fußball ist unser Leben...

Die EM hat in Hamburg diesmal neben dem Heiligengeistfeld eine weitere attraktive *public viewing*-Stätte zu verzeichnen: unsere verträumte Anlage im Hammer Park.

Sooo viele Menschen waren zuletzt beim Herren-Endspiel im Vereinsturnier 1962 auf der Anlage.... Detlef Meyer hatte eine großartige Leinwand aufgebaut und Wiebke unverdrossen für viele hungrige Mäuler und durstige Kehlen etwas angeboten. Wir konnten wirklich Fußballfeste feiern! Vielen Dank noch an die große Zahl von freiwilligen Helfern, die einen schönen Rahmen für vielfach gute und häufig sehr spannende Spiele bereitgestellt haben.



## Jugend-Vereinsturnier

Das Jugend-Vereinsturnier war in diesem Jahr wieder ein voller Erfolg und hat allen Beteiligten viel Spaß gemacht. Dank geht an unseren Jugendwart Detlef Schulze und an Torsten Kamerke für ihre gute Arbeit. Ein Glückwunsch an die Sieger in den vier Klassen:

Bambini Mädchen: Hannah Riebau, Chadia Boukobza, Caro Abayomi.  
Bambini Jungen: Charly Story, Marc Petersdorf, Nikita Kabanov.  
Juniorinnen: Leslie N'Guessan, Celina Rutz, Sabina Ramovic.  
Junioren: Robert Streibl, Max Brug, Frederic Urbanek.

## Vermischtes

Das Schnuppertraining in dieser Saison war in diesem Jahr nicht so ganz gut organisiert. Der Vorstand gelobt Besserung.

Der Newsflash, den unser Abteilungsleiter Claus Petersdorf zur Information zwischendurch verschickt, ist ein prima Service, um auch zu Hause über alles kurzfristig informiert zu sein.

Wer noch keinen Newsflash bekommt und über eine E-Mail-Adresse verfügt (besser ist es...), möge sich kurz an Claus wenden (cmcpe@web.de).

## Bitte vormerken:

20.09	Sommerfest
27.09.	Damen-Doppeltturnier
12.10.	Herren-Doppeltturnier
17.10.	Pokernacht
09.11.	Aufräumtag

Für die Veranstaltungen sind jeweils Anmeldungen erforderlich; die Listen hängen im Clubhaus aus. Weitere aktuelle Termine und Terminänderungen sind unserer Internet-Seite zu entnehmen (<http://www.tennis-hapa.de>). K. D.

## HT16 persönlich: Das Wandern ist des „Scheffers“ Lust...



Schon immer liebte Jürgen Scheffer die Natur. Um diese hautnah zu spüren, ihre Schönheit zu erfassen, den Duft der Wälder, Felder und Blumen zu genießen, ist das Wandern und dann noch in netter Gesellschaft für ihn wahre Erholung. Der rüstige Pensionär durchstreifte mit seiner Frau Deutschland, wanderte in der Bretagne. Alles in Maßen, ca. 25 km am Tag, dann war man am anderen Tag wieder frisch für die nächste Etappe. Als der Wunsch in seiner Gymnastikgruppe, der er seit 1984 angehört, laut wurde, sich wieder einmal zum Wandern zu treffen, horchte er auf und stellte sich spontan als Führer zur Verfügung. Seit 1997 leitet Jürgen Scheffer jetzt die Wandergruppe der HT16, die mit 15-25 Teilnehmern immer gut besetzt ist. Man trifft sich in den Sommermonaten alle 14-15 Tage, in der Winterzeit ca. alle drei Wochen. Der Bramfelder Bürgerverein profitiert ebenfalls von seinem ehrenamtlichen Engagement; denn hier wird dem gleichen Hobby nachgegangen. Auch wenn sich im Laufe der Jahre ein gewisser Stamm gebildet hat, legt Jürgen Scheffer großen Wert darauf zu vermerken, dass seine Unternehmungen

für jedermann offen sind. Ein ca. 15km langer Marsch ist zumutbar und endet meistens mit einem gemeinsamen Essen. Das Wandernetz des Hamburger Wandervereins ist umfangreich, bietet genügend Kartenmaterial und ist gut ausgeschildert. So betritt man Wege und Pfade, von dessen Existenz man vorher gar nichts wusste, und ist immer wieder von der Vielfalt der Natur und unserem wunderschönen Umfeld Hamburg begeistert. Der Jahreshöhepunkt ist jedoch eindeutig die jährlich stattfindende Wanderreise, die Jürgen Scheffer heuer zum 13.Mal ausrichtet. In diesem Jahr mit dem Ziel Voigtland bis in das Fichtelgebirge. Die Reisen führen die Wanderer immer durch deutsche Mittelgebirge von einzigartiger Kulturlandschaft, die ohne große Anstrengungen bewältigt werden können und sehr abwechslungsreich sind. Während unserer Unterhaltung merke ich, wie Herr Scheffer ins Schwärmen gerät und mir zum Schluss noch ganz schnell von dem einmaligen Erlebnis seiner geführten Eiswanderung im Jahre 1996 auf der zugefrorenen Alster erzählt. Ein langer kalter Marsch mit einer ungewohnten Perspektive, einfach fantastisch.

Wandern, ein wunderschönes Hobby, frei vom Stress, in enger Verbundenheit mit der Natur.

Wir wünschen Jürgen Scheffer, dass er bei guter Gesundheit der HT16 mit seinem ehrenamtlichen Engagement noch lange erhalten bleibt. E. H.



### Unsere Kunstturner Jeremy Musik und Marvin Kießlich beim Helmut-Lanzke-Pokal und Hamburger Einzelmeisterschaften dabei

Am 17. Mai 2008 fuhren unsere beiden Turner Jeremy und Marvin nach Heide zum Helmut-Lanzke-Pokal. Sie turnten in den Mannschaften des ATSV mit. Jeremy (9 Jahre) und Marvin (8 Jahre) fanden es toll, dass in den Mannschaften auch ältere Turner waren. Marvin belegte am Ende mit seiner Mannschaft den 1. Platz und Jeremy den 2. Da es sich um einen Wanderpokal handelt, beschlossen die älteren Turner des ATSV, dass Marvin ihn für 1 Jahr behalten darf. Dieses machte Marvin sehr stolz und er freute sich. Für beide war es der erste Wettkampf in diesem Jahr. Sie waren am Anfang noch ein bisschen nervös, turnten aber sehr gut. Ende Juni waren dann die Hamburger Einzelmeisterschaften. Beide mussten in der Altersklasse 9 - 11 Jahre starten und waren somit die Jüngsten. Dieses war für beide sehr schwer. Jeremy erwischte leider einen nicht so guten Tag und belegte am Ende Platz 12. Jeremy, beim nächsten Mal klappt es bestimmt wieder besser.

Marvin konnte sich einen tollen 5. Platz erturnen, obwohl auch er nicht fehlerfrei turnte. Bei den



Gerätefinals wurde Marvin Hamburger Meister am Boden und Vizemeister am Sprung und am Reck. Herzlichen Glückwunsch! Mach weiter so.

Unsere Turnerinnen können auf ihre Leistungen stolz sein, sie haben alle bei insgesamt sieben Wettkämpfen toll abgeschnitten.



### Hamburger Meisterschaften

Zuerst fanden im April die Hamburger Meisterschaften statt. Hamburger Meisterin in ihrer Altersklasse wurden Jekaterina Appel, Anna Burgmann, Elisa Schröttke, Anja Gurewitsch, Maibritt Radloff, Miriam Kaya und Jennifer Kießlich. Vizemeisterin wurden Ekaterina Vorobyeva, Chantal Niebuhr, Chantal Woodson und Nina Wegner. Die Bronzemedaille bekamen Lea Karbasi und Emily Paulsen.

Anna Burgmann und Jennifer Kießlich qualifizierten sich mit ihrer Punktzahl für die Deutsche Jugendmeisterschaft und den Deutschland-Pokal. Eine Superleistung der HT 16 Turnerinnen. Als nächstes folgte im Mai der **RTB-Pokal bzw. Pre Olympic Youth Cup** in Bergisch-Gladbach. Für die HT 16 meldeten wir Anna Burgmann, Louisa Knapp und Jennifer Kießlich. Jenny turnte ihr Pflichtprogramm mit kleinen Fehlern und belegte den 11. Platz, Louisa zeigte auch einige Unsicherheiten und konnte wegen Verletzung nicht alle Geräte turnen, und auch Anna zeigte sich nicht in Bestform. Sie belegte den 21. Platz.

Trotzdem waren alle zufrieden, da dieser Wettkampf als Vorbereitung für den Deutschland-Pokal und die Deutsche Jugendmeisterschaft war.

Ende Mai sollten dann alle 3 Turnerinnen Anna (Kür), Louisa und Jenny, unsere beiden Bundeskaderturnerinnen, zum **Deutschland- Pokal** nach Dortmund fahren. Leider mussten wir den Start von Louisa wegen Krankheit kurzfristig und auch 3 Wochen später bei den Deutschen Jugendmeisterschaften, absagen. Aber Anna und Jenny, beide hochmotiviert, gingen an den Start. Anna turnte ihre Übungen ohne Fehler stabil und etablierte sich verdient im Mittelfeld der besten Turnerinnen in Deutschland in ihrer Altersklasse. Sie wurde 15. Jenny konnte ihre Leistungen zum letzten Wettkampf deutlich verbessern und turnte diesmal ihr schwieriges Pflichtprogramm durch, so dass sie am Ende den 11. Platz belegte.





Im Juni fanden die **Deutschen Jugendmeisterschaften** in Berkeheim und der **Deutschland-Cup** in Koblenz statt. Maibritt Kretschmer und Chantal Woodson fuhren zum Deutschland-Cup. Für Anna war es eine schwere Aufgabe, ihren Erfolg vor 3 Wochen noch einmal zu wiederholen, und sie hat es mit Bravour geschafft, sie wurde bei den Deutschen Jugendmeisterschaften 7. Dieses schaffte vor 3 Jahren zuletzt unsere Turnerin Anna-Lena Gottschling. Auch Maibritt und Chantal turnten sehr gut und konnten sich im Mittelfeld platzieren.

Nach vielen Jahren fuhr die HT16 Ende Juni dann mit 14 Turnerinnen das erste Mal wieder ins Ausland nach **Deventer/Holland** zum Wettkampf. Wir fuhren mit 4 Autos von der Angerstr. morgens los zum SVOD Fame-open-Cup. Es waren 9 Länder am Start. Wir starteten für Deutschland in 4 verschiedenen Altersklassen und präsentierten die HT16. Für die meisten war es die erste internationale Erfahrung und ein unvergessliches Erlebnis. Unsere Jüngsten (8-10 Jahre) belegten in der Mannschaft den 3. Platz. In der Einzelwertung wurde Nina Wegner 5. Mirijam Kaya 6. Maibritt Radloff 16., Emelie Paulsen 18. und Lea Karbasi 30.

Eine Altersklasse höher starteten unsere erfahrenen Athletinnen Jenny K., Chantal W. und Louisa K. Sie hatten es etwas schwerer, da sie keine Streichnote in ihrer Mannschaft hatten. Alle 3 haben schöne und stabile Leistungen gebracht und standen verdient am Ende auf Platz 1. Sie erhielten einen großen Pokal. Auch in der Einzelwertung stand Louisa ganz oben, Jenny auf Platz 3. In der nächsten Altersklasse präsentierte sich die HT16 mit Rabea Homp, Anna Burgmann, Maibritt Kretschmer, Anja Gurewitsch und unseren beiden Seniorinnen Jekaterina Appel und Ekatarina Vorobjova ausgezeichnet. Auch diese Mannschaft belegte den 1. Platz. Erste in der Einzelwertung wurden Rabea, 3. Anna, 5. Maibritt und 9. Anja. Bei den Seniorinnen wurde Jekaterina 1. und Ekatarina 2. mit ausdrucksvollen Übungen. Am nächsten Tag ging es um die Gerätefinals. Auch dort holten wir 7 Goldmedaillen, 3 Silber und 4 Bronze. Fazit: Die HT16 hat bei dem Ausrichter durch ihr tolles Auftreten einen hervorragenden Eindruck hinterlassen und eine super Gemeinschaft gezeigt. Sie würden sich freuen wenn wir im nächsten Jahr wieder dabei wären. Bevor wir dann müde aber glücklich nach Hause fuhren, gab es zum Abschied noch ein gemeinsames Essen.

Am 12. Juli 2008 bestritten wir vor den Sommerferien unseren letzten Wettkampf, den **Elbecup**, ein Mannschaftswettkampf in Hamburg. Es war ganz Norddeutschland vertreten. Auch hier waren unsere Turnerinnen die Besten. In der Altersklasse 1995 - 1998 mit Veronica Woodson, Mirijam, Nina Jenny und Chantal W. belegten wir den 1. Platz. In der Altersklasse 1994 und älter starteten Chantal Niebuhr mit Anja Gurewitsch in einer Turngemeinschaft mit der HTBU ihr Comeback. Sie belegten hinter Großburgwedel (2. Bundesliga) den 2. Platz.

Das 1. Halbjahr war durch die vielen Wettkämpfe sehr anstrengend. Es gab aber auch sehr viele Erfolge zu verbuchen. Wir, unser Trainerteam Svetlana Heinrich, Jekaterina Appel und Alexander Palnau, bedanken uns bei all unseren Mädchen für die schönen Ereignisse. Wir hatten viel Spaß mit euch beim Training. Auch bei allen Helfern und Organisatoren möchten wir uns auf diesem Wege bedanken und wünschen uns auch weiter eine produktive und erfolgreiche Arbeit in der 2. Jahreshälfte.

Alexander Palnau



### 75. Geburtstag Meri Andronikashvili

Am 18.05.2008 feierten wir mit Meri Andronikashvili ihren 75. Geburtstag. Als verdiente Trainerin und Meisterin des Sportes der Sowjetunion blickt sie auf eine erfolgreiche Vergangenheit als Trainerin der Rhythmischen Sportgymnastik zurück. Die 15 Gymnastinnen der HT16 profitieren von ihrem reichen Erfahrungsschatz im Training, ihrem unentwegten Engagement für die sportliche Zukunft der Gruppe, ihrer Lebensweisheit beim mentalen Aufbau der Mädchen und ihrer Güte, auch außerhalb der Trainingszeiten für die Mädchen da zu sein. Meri lebt für die Rhythmische Sportgymnastik und diese hält sie jung. In diesem Sinne wünschen wir ihr und uns noch viele erfolgreiche Jahre.



Blicken nach oben: Elli und ihre Freundinnen



## Volleyball

an Hamburgs Stränden an den Ball und ihre Fähigkeiten erproben. WiWa Hamburg richtete am 17. Mai das Auftaktturnier im Hamburger Stadtpark aus, und über 80 Aktive erfreuten sich an Sonne, Sand und Sport. Am Ende des Tages gelangten vier unserer Athletinnen auf das Ehrenpodest - in der Spielklasse U19 Jahren weiblich wurde es sogar ein Doppelerfolg: Sindy Albrecht und Theresa Lange besiegten Svenja Ruhnke und Karina Seedorf, Emanuel Weidemann und Sergej Fink belegten in der Spielklasse U19 Jahren männlich Rang 3. Doch nicht nur Turniere wurden von den JugendbetreuerInnen durchgeführt. Wöchentlich wurde in Kooperation mit der Schule Hermannstal ein offenes Trainingsangebot gestaltet, das sich vor allem in den

## Neustart

Das erfolgreiche, jüngste Jugendteam wurde aufgrund von verbandlichen Veränderungen in den Altersklassen zerrupft: Rebecca Philippsen, Nelly Westphal, Freya Tiegelitz, Elli Kilintzoglou, Florentzya Felsendorff, Daria Bewersdorf und Anna Asantewaa erspielten sich im Frühjahr Rang 7 bei den Hamburger Meisterschaften der Geburtsjahrgänge 1995 und 1996. Alicia Hillmer, Co-Trainerin des Teams, blickt mit gemischten Gefühlen zurück: „Die Mädchen hätten, bis auf die beiden Teams im Finale, tatsächlich jedes Team schlagen können. Das wäre der gaaanz große Hammer gewesen. Gereicht hat es nur für Platz 7, aber immerhin haben sich die Mädchen im Hinblick auf ihre erste Teilnahme bei den Hamburger Meisterschaften verbessert: Vor einem Jahr landeten sie noch auf Platz 8.“ Jetzt heißt es für den Großteil des Teams, sich an das „große“ Spielfeld und die Teamgröße der Erwachsenen (9 mal 9 Meter mit 6 Spielerinnen) zu gewöhnen. Alicia Hillmer ist zuversichtlich: „Die, die schon länger dabei sind, schaffen das bestimmt, und die Neuen – Melanie Hermann, Jennifer Knoch und Florentzya Felsendorff – ziehen wir mit.“ Wer Lust hat, Volleyball auszuprobieren, kann dies tun: Für Mädchen der Geburtsjahrgänge 1994/1995 findet das Training jeweils Dienstag (17.30-19.30 Uhr in der Sporthalle Horner Weg) und Donnerstag (17.00-19.00 Uhr in der Sporthalle Luisenweg) statt, für Mädchen und Jungen der Geburtsjahrgänge 1996/1997 findet das Training jeweils Mittwoch (16.30-18.30 Uhr in der Sporthalle Horner Weg) und Freitag (17.00-19.00 Uhr in der Sporthalle Horner Weg) statt.

### Draußen im Sand

Der Sommer kam und mit ihm die Strandsaison für alle jugendlichen Volleyballer. Bereits im siebten Jahr konnten Kinder und Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren



Auf großer Fahrt im Sand: Sindy Albrecht und Theresa Lange

Sommerferien als beliebter Treffpunkt entwickelte. Mit Hilfe bezirklicher Sondermittel soll es zum nächsten Sommer geschafft werden, die vorhandene Anlage instand zu setzen, so dass noch mehr Spielvergnügen möglich sein wird. Zum Saisonende, nach insgesamt 15 Turnieren, platzierten sich Jugendspielerinnen von uns ganz oben in der Rangliste. Auf Platz 1, in der Spielklasse U19 weiblich steht Alicia Hillmer, gefolgt von Jennika Sieber (Platz 3), Sindy Albrecht (Platz 8), Svenja Ruhnke (Platz 10) und Theresa Lange (Platz 14). In der Spielklasse U19 männlich steht ebenfalls „einer von uns“ vor allen anderen: Sergej Fink, gefolgt von Emmanuel Weidemann auf Platz 3, Jesse Hinrichsen (Platz 8) und Marcus Sternhagen (Platz 21)

In der Spielklasse U15 männlich belegten Robin Studt und Lennart Matuchniak in ihrer ersten gemeinsamen Saison bereits Rang 28. Den größten Erfolg bei den Jugendmeisterschaften des Hamburger Volleyball-Verbands verzeichneten Sindy Albrecht und Theresa Lange: Mit einem 2. Platz in der Spielklasse U19 weiblich qualifizierten sich die beiden für die Teilnahme an den Norddeutschen Meisterschaften: Gratulation!



# Volleyball



Hat viel vor mit ihrem Team: Jennika Sieber

## Besser als zuvor

Mit viel Energie startet das Team U20 Jahren in die Hallensaison. Die erste Pokalrunde des HVbV wird als Vorbereitungsturnier für die am nächsten Tag anstehende Qualifikationsrunde genutzt. Bereits drei Wochen danach wird die zweite Qualifikationsrunde gespielt. Da nicht viele Spielerinnen in den aktuellen Geburtsjahrgängen 1990 und 1991 zur Verfügung stehen, wird Trainer Oliver Camp auch Jüngere einbinden: „Wir haben uns im vergangenen Jahr aus eigener Kraft qualifiziert und platzierten uns bei den Hamburger Meisterschaften auf Rang 6. Wenn uns unsere Talente aus den älteren Jahrgängen komplett zur Verfügung stehen, ist in dieser Saison sogar etwas mehr drin. Um das zu erreichen, benötigen wir jedoch auch überdurchschnittliche Leistungen von Jüngeren. Hanna Paff und Johanna Gienapp aus dem Geburtsjahrgang 1992 können den Sprung ins Team schaffen. Für Luisa Huyskens und Anna Asantewaa, Geburtsjahr 1994 und 1995, geht es darum, möglichst viel von den Älteren zu lernen.“ Die Endrunde um den Titel in der „Champions-League“ des Hamburger Jugend-Volleyballs findet am 6.

und 7. Dezember in der Sporthalle Voßhagen in Rissen statt. Fans sind willkommen.

## Volley-Woche

Mit über 65 TeilnehmerInnen war die Ferien-Volleyball-Veranstaltung für Kinder und Jugendliche wieder ein überregionaler Magnet. Aus Bremen, Heidelberg, Kiel, Sachsen-Anhalt und Griechenland kamen die Aktiven, um vier prall gefüllte Tage lang Neues zu erfahren und bekannte Techniken zu perfektionieren. Zum Dritten Mal richteten die Jugendbetreuer das Ereignis aus und ernteten viel Lob von den Sportlerinnen und deren Eltern. Einen Nachmittag guckte der Trainer des Bundesligisten NA. Hamburg, Helmut von Soosten, vorbei, leitete Trainingseinheiten der unterschiedlichen Gruppen und war ebenfalls begeistert: „Das ist eine super Veranstaltung“, lobte der ehemalige Co-Trainer der National-

mannschaft die engagierten TrainerInnen. Im nächsten Jahr soll es, wenn es nach dem Willen vieler TeilnehmerInnen geht, wieder eine Volley-Woche geben: Vom 19. bis 23. August 2009. Gleich anmelden!

## Abteilungsversammlung

Aufgrund der im Frühjahr unklaren Zukunft unserer HT16, wurde die jährliche Abteilungsversammlung verschoben. Bis zum Mittwoch, den 29.10.2008, sollte weitgehend Klarheit darüber herrschen, wie es weitergeht. Daher lädt die Abteilungsleitung an diesem Tag um 20.00 Uhr alle Abteilungsmitglieder ein in das Hans-Reip-Zimmer im 1. Obergeschoss des Sport- und Freizeitzentrums am Sievekingdamm.

Die Tagesordnung wird Finanzen, Wahlen, Ausblicke und Rückblicke enthalten und zu Sitzungsbeginn endgültig zusammengestellt. Sei dabei! Oliver Camp

**BESTATTUNGEN**

**Wir helfen im Trauerfall  
seit über 85 Jahren**

Erdb-, Feuer-, See-, Anonym-Bestattungen. Überführungen im In- und Ausland. Übernahme sämtlicher Bestattungsgangelegenheiten. Persönliche Beratung und Betreuung.

Eigene individuelle Trauerkonditorei · Eigener Trauerkartendruck mit großer Auswahl an Trauerpapier · Bestattungswesorgeberatung · Sterbegeldversicherungen · Antragsstellung für Witwen- und Wäwerente · Begleitung beim Grabkauf

**Tag und Nacht unter  
Telefon 672 20 11 (Rahlstedt)  
Telefon 210 10 54 (Horn)  
für Sie erreichbar**

Rahlstedter Str. 23 · 22149 Hamburg  
Hornr Weg 80 · 20530 Hamburg  
[www.ruge-bestattungen.de](http://www.ruge-bestattungen.de)

Unsere Kunden sind Profis  
Profis brauchen Profis.

- Feuerreinigung
- Büroreinigung
- Treppenhausreinigung
- Grundreinigungen nach Hausfeuer
- Auch für Privat
- Rufen Sie an:

0174 787 0517

# HT16-Schwimmer gleiten auf Erfolgswelle

## Jason Marcus und Johannes Kolderhoff von der HT16 holen 8 x Gold bei den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften in Berlin

Auf einer Erfolgswelle glitten die HT16 Schwimmer durch das Becken der Schwimmhalle des Olympia Parks in Berlin.

Den Reigen der Erfolge eröffnete **Johannes Kolderhoff** (15 Jahre) in einer Zeit von 16:44,28 über die Marathon Distanz von 1.500 m Freistil mit seiner ersten Goldmedaille. Am Freitag folgte über 200m Freistil, in einem kaum an Spannung zu überbietenden Finale, sein zweiter Titel in 1:58,08. Mit einer Zeit von 1:58,33 gab es hier drei zeitgleich Zweitplatzierte. Ein sehr seltenes Ergebnis im Schwimmsport. Am Samstag ließ Johannes, mit einer Zeit von 4:12,14, seinen dritten Titel folgen. Über 200m Schmetterling erfolgte dann noch in 2:19,76 ein 11. Platz.

Mit einem Doppelschlag eröffnete **Jason Marcus** (16 Jahre) am Donnerstag seine Meisterschaften. Mit neuen persönlichen Bestzeiten von 0:52,37 über 100m Freistil und nur kurze Zeit später mit 2:09,09 über 200m Rücken, hat er bereits zwei Meistertitel auf seinem Konto. Am Freitag folgte sein dritter Titel über 200m Freistil. Mit erneuter Bestzeit von 1:54,26 erfüllte er eine weitere C-Kader-Norm des Deutschen Schwimmverbandes. Am Wochenende setzten sich seine Erfolge mit Titel 4 und 5 fort. Souverän siegte er über 400m Freistil in 4:04,36 und nach hartem Kampf ebenfalls über 400m Lagen in 4:36,93.

Überglücklich war **Shannan Bott** (15 Jahre) nach dem erstmaligen Erreichen eines Finales bei Deutschen Meisterschaften. Sie verbesserte sich auf der Distanz von 200m Schmetterling über 3 Sek. und erreichte 2:23,86. Im Finale

reichte die Kraft dann nicht mehr ganz, und so belegte sie mit 2:26,44 einen sehr guten 7. Platz. Ähnlich erging es ihr einen Tag später über 100m Schmetterling, wo sie als Achte in persönlicher Bestzeit von 1:07,49 das Finale erreichte. Nachdem sie am gleichen Vormittag noch die 400 m Lagen im Vorlauf in sehr guten 5:19,16 (Platz 15) schwamm, langte die Kraft im Finale über 100m Schmetterling nicht mehr, sie wurde 8.

Sehr zufrieden mit den HT16-Aktiven ist **Trainer Stephen Marcus** „Wir haben mit unseren 3 Aktiven eine optimale Ausbeute erreicht und sind Hamburgs erfolgreichster Verein“.

**In der Medaillenwertung der Meisterschaften belegt die HT16 unter 274 Vereinen einen sensationellen 5. Platz.**

**An dieser Stelle herzliche Glückwünsche.**

## Shannan Bott und Jason Marcus sind Norddeutsche Meister

### Die Staffel der Herren wird Norddeutscher Vizemeister

„Es hätte nicht besser laufen können“, resümierte Stephen Marcus

die Ergebnisse der HT16 Schwimmer nach Abschluss der Norddeutschen Meisterschaften am zurückliegenden Wochenende in der Alsterschwimmhalle“.

In der Hamburger Alsterschwimmhalle waren 931 Aktive aus acht Bundesländern am Start, die 3916 Starts absolvierten. Die SG HT16 war mit 9 Einzel- und 3 Staffelteilnehmern, die bei 55 Einzel- und 6 Staffelstarts antraten, vertreten.

Erfolgreichster Schwimmer der SG HT16, mit 7 Medaillen bei neun Einzelstarts, war Jason Marcus. Er gewann 5 Goldmedaillen des Jahrgangs 1992:100m (0:52,95 min), 200m (1:55,09) und 400m Freistil (4:02,30) sowie über 200m Lagen (2:12,17) und 50m Freistil (0:25,45). Hinzu kommen zwei Silbermedaillen über 100m (1:02,58) und 200m Rücken (2:12,22). Mit der fantastischen Zeit über 400m Freistil belegte Jason sogar in der offenen Klasse den dritten Platz.

Erstmals einen Titel bei einer norddeutschen Meisterschaft erschwamm sich Shannan Bott (Jg. 93) über 100m Schmetterling in 1:08,26 min. Ihre guten Leistungen wurden mit einer Bronzemedaille



Jason Marcus, Johannes Kolderhoff, Jens Kuhlmann und Marcel Wenzel sind Norddeutsche Vizemeister im 4 x 100 m Freistil der Herren



Shannan Bott bei der Siegerehrung



über 200m Schmetterling in neuer Bestzeit von 2:26,29 min gekrönt.

Besonderes Highlight war der zweite Platz der 4 x 100 m Freilstaffel der Herren (Jens Kuhlmann, Marcel Wenzel, Johannes Kolderhoff und Jason Marcus), die in der großartigen Zeit von 3:35,16 min Norddeutscher Vizemeister wurden. Die zweite Mannschaft der Herren belegte mit guten 3:51,38 min einen 11. Platz. Dieselbe Platzierung erreichten die Damen (Aimée Motylski, Ann-Kathrin Braun, Kim Zühlke und Shannan Bott) in 4:21,83 min.

Bei seinem ersten Start für die SG HT16 brachte Johannes Kolderhoff (Jg. 93) drei Bronzemedailles über 100m Freistil (0:56,36), 200m (2:00,04) und 400m Freistil (4:02,30) mit nach Haus.

Mit neuer Bestzeit von 1:12,00 min belegte Aimee Motylski (Jg. 93) über 100m Schmetterling einen guten 12. Platz. Auch mit ihrer Zeit von 1:04 min, über 100m Freistil, war ihr **Trainer Stephen Marcus** sehr zufrieden. Nick Zühlke (Jg. 91) erzielte Bestleistung über 100m Rücken in 1:08 min.

Julia Gupta (Jg. 95) hatte mit viel Trainingsfleiß erstmals die Qualifikation für die Norddeutschen Meisterschaften geschafft. Ihr Trainer Philipp Sieber war mit ihrer Leistung über ihre Paradestrecke 100m Brust in guten 1:26 min sehr zufrieden. Damit erreichte sie trotz der verständlichen Aufregung fast ihre Bestzeit.

Der Nachwuchs der Jahrgänge 1996/1997 weiblich und 1995/1996

männlich verglich sich zeitgleich im Landesleistungszentrum Dulsberg-Bad mit 50 m Kraulbeinbewegung, 7,5m Gleittest, 15m Delphin-beinbewegung und Dreierhop. Darauf folgten noch zwei 100m Strecken (Schmetterling, Rücken, Brust oder Freistil) nach Wahl, sowie 200m Lagen und 400m Freistil.

Hierbei belegte Marie Motylski den 18. Platz von 40 Starterinnen im Jg. 1997. Joey Müller und Norman Marcus belegten im Jg. 1995 die Plätze 13 und 14 von 39 Kindern aus dem norddeutschen Raum.

### Olympia- Qualifikation in Berlin und Master WM in Perth

Große Erfolge bei den Deutschen Meisterschaften in Berlin sowie bei den Weltmeisterschaften der Masters in Perth. Die zurückliegende Woche brachte für die HT16 Schwimmer die bisher größten Erfolge.

Bei der Masters WM im australischen Perth wurde der 29jährige Jens Kuhlmann über 100m Freistil in 0:52,82 min. und 200m Freistil in 1:55,15 min. Masters Weltmeister in der AK 25. Über 100m Schmetterling errang er in 0:57,33 min. die Bronzemedaille. Danach verabschiedete er sich in den verdienten Urlaub.

Bei den 120. Deutschen Meisterschaften verpasste der 32jährige Alexander Kahl über 50m Schmetterling, in einer Zeit von 0:25,54 min., als 4. nur knapp die Bronzemedaille. Über 50m Freistil blieb die Uhr für ihn bei 0:23,37 min. stehen. Damit verpasste er als Neunter den Endlauf nur um 7 Hun-

dertstel. Trainer Stephen Marcus war von den Leistungen seiner Aktiven sehr angetan.

### HT16-Schwimmer im Goldrausch

Mit dem besten Ergebnis aller Zeiten schlossen die HT16 Schwimmer die Saison 2007/2008 bei den Hamburger Meisterschaften ab. In den Jahrgangswertungen belegten die 18 HT16 Schwimmer mit insgesamt 39 Gold-, 5 Silber- und 10 Bronzemedailles den 3. Platz in der Medaillenwertung. In der offenen Klasse wurde der 2. Platz mit 9 Gold-, 14 Silber- und 9 Bronzemedailles erzielt. Bei der Wertung zum Werner-Groth-Pokal, bei dem alle geschwommenen Leistungen der jüngeren Jahrgänge von Platz 1-6 gewertet werden, wurde die HT16 mit 327 Punkten vierter aller Hamburger Vereine. Wesentlicher Garant für diesen Erfolg war Jason Marcus Jahrgang 92 (16 Jahre), der im Jahre 2008 in Berlin nicht nur fünfmal Deutscher Meister wurde, sondern auf den diesjährigen Hamburger Meisterschaften 28 Medaillen erschwamm. Im Jahr 2004 hat er 13 Titel geholt und einen neuen Hamburger Rekord gesetzt. Jetzt hat er seine Leistung auf 21 Titel hochgeschraubt und damit seinen eigenen Rekord deutlich verbessert, der wahrscheinlich bundesweit seinesgleichen sucht.

Jasons Leistung im Detail:

- 15 x Gold im Jahrgang 92
- 6 x Gold in der Offenen Klasse
- 5 x Silber in der Offenen Klasse
- 1 x Silber im Jahrgang 92
- 1 x Bronze in der Offenen Klasse

Neben den von Jason gesammelten Titeln brachten es noch weitere SchwimmerInnen zu hervorragenden Leistungen. Johannes Kolderhoff wurde im Jg. 1993 bei sieben Starts sieben Mal Erster. Joey Müller gehört ebenfalls zu den erfolgreichsten Aktiven des Wochenendes: Er wurde bei 11 Starts sieben Mal Erster im Jg. 1995. Nick Zühlke



## Schwimmen

wurde im Jg. 1991 fünf Mal Erster Sehr erfreulich waren Marcel Wenzels (Jg. 1981) Leistungen in der offenen Klasse mit zwei ersten und fünf zweiten Plätzen. Über 100m Brust ist er mit beeindruckenden 1:07,7 min. schnellster Hamburger gewesen.

Bei den Damen errang Shannan Bott 6 Gold-, 1 Silber- und 3 Bronze-medailen und wurde dabei sogar über 200m Schmetterling in der offenen Klasse in 2:29,9 min Erste. Dabei blieb sie zwar unter ihrer Zeit von den Deutschen Meisterschaften in Berlin, zum Titel in Hamburg reich-

te es. Marie Motylski erreichte über 800m Freistil im Jg. 1997 den ersten Platz in 11:39,9. min. Neben seinem Titel über 200m Freistil in 2:19,00 min. erreichte Norman Marcus (Jahrgang 95) einen zweiten, sowie vier dritte Plätze.

Am Sonntag konnten die beiden 4 x 100m Freistilstaffeln der Herren vorerst Platz 1 und 3 belegen. Die erste Mannschaft mit Jens Kuhlmann, Marcel Wenzel, Jason Marcus und Johannes Kolderhoff wurde jedoch nachträglich disqualifiziert, weil festgestellt wurde, dass man Jens Kuhlmann, als Staffelteilnehmer

ohne Einzelstart, hätte extra melden müssen. Damit rückte die zweite Mannschaft mit Felix Oss, Nick Zühlke, Norman Marcus und Karsten Sasse auf den zweiten Platz vor (3:59,8). Einen Staffelsieg konnte die Mannschaft allerdings am Vortag über 4 x 100m Lagen erschwimmen: Nick (100 Rücken), Marcel (Brust), Johannes (Delphin) und Jason (Freistil) gewannen in 4:11,7.min.

Die Damenstaffel mit Ann-Kathrin Braun, Aimée Motylski, Kim Zühlke und Shannan Bott wurde bei den Meisterschaften 4. über 4 x 100m Freistil und 5. über 4 x 100 m Lagen.

Andreas Wolff



## Skineipe

### Liebe Skineipers,

nachdem mein erster Bericht durch Missverständnisse nicht zu meiner Zufriedenheit ausgedrückt wurde, hoffe ich, dass es dieses Mal besser klappt. Ich freue mich über die rege Kneipenbeteiligung und darüber, dass sich doch immer genügend Gesprächsstoff findet, um das Treffen treffenswert zu machen. Unser Unternehmungsgestirn hat nicht gelitten und die Möglichkeit, seinen Horizont auch im fortgeschrittenen Alter zu erweitern, bietet sich stets aufs Neue.

Die von Jutta Nentwig organisierte Tour, mit der Barkasse von Brücke 10 bis zur Veddel (das alleine war schon toll) in die Ballin-Stadt, hat sich wirklich gelohnt. 60 Millionen Menschen kehrten innerhalb von ca. 30 Jahren Europa den Rücken, um in Übersee eine neue Heimat zu finden. Sehr informativ und eindrucksvoll. Danke, Jutta! Auch der von uns ausgerichtete, schon traditionelle Opernbesuch in Schwerin, war ein voller Erfolg. Petrus war in letzter Sekunde gnädig und ließ uns trok-

kenen Hauptes eine moderne Carmen-Inszenierung, mit hervorragender Besetzung genießen. Durch Karin und Werners unermüdlischen Einsatz konnten wir wieder bei herrlichem Wetter, selbstverständlich mit Grillen (ich meine Fleisch und Wurst) auf dem Freizeitgelände den Sommer ausklingen lassen. Doch eigentlich soll er uns noch nicht verlassen. Ein herzliches Dankeschön an Karin und Werner, an die Bardamen Eva und Jutta und an die „Pistensau“, die uns die Wurst gesponsert hat. Das Heringessen hat Ingrid auf den 9. Okt. verschoben. Hoffentlich hat sie zu Petrus einen guten Draht!

**Herzliche Glückwünsche den Geburtstagskindern:**  
**Ulla Reschke (80)**  
**Ilse Behrendt (80)**  
**Werner Kohlbrandt (75)**

Bleibt alle gesund und genießt einen hoffentlich noch schönen Spätsommer!

Die nächsten Kneipen finden statt am 2.10. und 6.11., Weihnachtsessen ist am 4.12. E. H



## Jahnkneipe

### Jahnkneipe

#### Abt. Luer-Tobaben

Die letzten Zusammenkünfte beschäftigten sich in erster Linie mit den Geschehnissen in unserem Verein. Da es keine weitreichenden Informationen seitens der Geschäftsführung und des Vorstandes gab, müssen wir die nächste Delegiertenversammlung abwarten. Mit den Schulferien begann auch bei der Jahnkneipe die Sommerpause. Wir hoffen dann bei Wiederbeginn näheres über den Fortgang der HT16 zu erfahren.

Peter Plehn

## Hat Olympia Auswirkungen auf die HT16?

### Man kann gespannt sein!

Jan Frodeno, Olympiasieger im Triathlon. Die HT16 hat Triathlon für Breiten- und Leistungssportler im Angebot. Britta Steffen hat auch einmal mit Schwimmen im Verein angefangen, die HT16 ist über Hamburg hinaus bekannt für ihre hervorragende Jugendarbeit.

Timo Boll, die Mannschaft und Tischtennis: Wer kommt zum Training mit dem schnellen Zelluloidball? Judoolympiasieger, Ole Bischof, ist ein Vorbild für die Jugend. Judo in der HT16 wird ab 6 Jahren angeboten, ist neben anderen Sportarten ein toller Sport für die Jugend.

Vergessen wollen wir nicht Turnen, Basketball, Handball, Fußball, Badminton, Tennis, Volleyball mit den vielen Trainingsmöglichkeiten in der HT16.

Dies sind Beispiele, die vielleicht für viele Kinder und Jugendliche Anreize geben, Sport in der HT16 zumachen. Unsere Rezeption informiert und berät gerne.

### Neue Angebote

#### Erstmalig in der HT16: Boxtraining

Ab September mit der lizenzierten Trainerin, Marion Einsiedel, dienstags 20.00-21.30 und freitags 20.00-21.30 Uhr im HT16-Fitness-Studio.

Für nur Euro 18,00 monatlich.

Information und Anmeldung an der Rezeption oder im Studio.

#### Neuer Judo-Anfängerkurs für Kinder von 6-10 Jahren

mittwochs 15.00-16.00 Uhr Halle D

Beginn: 17. September 2008 Leitung: Diplom-Trainer Mark Borchert.

#### Helma Boltze – 30 Jahre für die HT16

Wir gratulieren herzlich unserer Übungsleiterin im Seniorensport, Helma Boltze, und danken ihr für drei Jahrzehnte herzliches und tiefgreifendes Engagement- und dazu: Gute und schnelle Genesung des Beinbruchs

## Hamburger Turnerschaft von 1816

**Sievekingdamm 7 w 20535 Hamburg w Postfach 261425**

Geschäftsführung	frank.froehlich@ht16.de sekretariat@ht16.de	Fon 25 17 49-49 Fon 25 17 49-50	Fax 25 88 59 Fax 25 88 59
Sportbüro	jutta.vis@ht16.de	Fon 25 17 49-20	Fax 25 17 86 46
Studiorezeption		Fon 25 17 49-40	Fax 25 88 59
Mitgliederverwaltung	info@ht16.de	Fon 25 17 49-30	Fax 25 88 59
Geschäftsstelle:	geschaefsstelle@ht16.de	Fon 25 17 49-0	Fax 25 88 59

Montag - Donnerstag 9:00 - 19:00 - Freitag 9:00 - 13:00  
ansonsten: Rezeption Studio, Schwarze Straße

[www.ht16.de](http://www.ht16.de)

Hamburger Sparkasse (BLZ 200 505 50) 1081-240358  
Postbank Hamburg (BLZ 200 100 20) 5716-203  
HT16-Spendenkonto: HASPA (BLZ 200 505 50) 1081 212274  
Hans-Reip-Stiftung: HASPA (BLZ 200 505 50) 1081 210872



# Sportliche Partnerschaft



Agentur

## Rolf Svensson

Michaelisstraße 24

20459 Hamburg

Telefon (040) 68 09 81

Fax (040) 35 71 67 88

E-Mail: [Rolf.Svensson@DeutscherRing.de](mailto:Rolf.Svensson@DeutscherRing.de)

**Deutscher Ring**   
Wir erledigen das.

## Lust auf mehr Finde Deine Werbung

Art (Kunst):  
schöpferische, gestaltende Tätigkeiten

Grafik:  
Gestaltung praktischer Aufgaben,  
Repräsentationsgrafik



Fotos: Art of Picture  
z.B. für Flyer, Visitenkarten



Grafik: Art of Grafik  
z.B. HT16 Programmheft



Kunst: Art of Animals  
Bilder in Acryl auf Leinwand

