

# HT16 Spiegel

Oktober 2011

Nummer 920

113. Jahrgang

Schutzgebühr 2 €

Magazin für Mitglieder und Freunde des ältesten Turnvereins der Welt



## HT16 Schwimmer bei der Jugend EM



Staffelheld Paul Wiechusen



Neue Jugendwartin gewählt



Sportsenator Neumann gratuliert



# Hamburg Gymnastics 11

Turnkunst International | 28./29. Oktober



Mit  
HT16-Mitglied  
Jennifer Kießlich  
Eintrittskarten gibt es auch in  
der HT16 Geschäftsstelle

Hamburg  
Gymnastics 10



Veranstalter



Unterstützer



Partner

FRANKE  
KOMMUNIKATION



SPIETH  
Gymnastic

BLEYER

## Sporthalle Wandsbek

Freitag, 28. Oktober 2011  
15:00 - 21:00 | Qualifikation

Samstag, 29. Oktober 2011

11:00 - 13:00 | Lucky Loser Runde

14:00 - 17:00 | Hauptrunde

18:00 - 20:00 | Top-Five-Finale

Party ab 20:30 im Cabrio Sport, Wandsbeker Zollstrasse 25-29

Weltklasseturnen und hochkarätiges Rahmenprogramm.  
[www.hamburg-gymnastics.de](http://www.hamburg-gymnastics.de)

## TICKET Vorverkauf

Tickets: Telefon: 040-2840 7010 oder 040-41908117  
E-Mail: [tickets@hamburg-gymnastics.de](mailto:tickets@hamburg-gymnastics.de)  
Bestellformular unter: <http://hamburg-gymnastics.de/tickets>

Qualifikation Freitag 6 € (Kinder\* 4 €) Samstag 12 € (Kinder\* 8 €)

Kombikarte Freitag und Samstag 14 € (Kinder\* 10 €)

Maxi-Ticket: Kombikarte plus Party 25 € (Kinder\* 19 €)

Gymcard-Inhaber erhalten im Verkauf 20 % Rabatt auf Karten (außer auf Party- und Maxi-Tickets)  
\*Kinder bis 14 Jahre

## Liebe Mitglieder,

die Schulentwicklungsplanung in Hamburg wird dazu führen, dass immer mehr Ganztagschulen eingerichtet werden. Die ganztägige Betreuung unserer Schulkinder ist sicherlich der richtige Weg, um Bildungschancen zu verbessern und die Vereinbarkeit von Beruf und Kindererziehung zu erleichtern.

Für Kinderhorte, Sportvereine, Kindermusikschulen, Konfirmandenunterricht und vieles mehr erfordert diese neue Schulform ein besonderes Maß an Flexibilität. Den Kindern bleibt viel weniger Zeit, außerschulische Freizeitangebote zu nutzen. Um dennoch die Sportbegeisterung der Kinder zu fördern, müssen sich die Vereine als Partner der Schulen verstehen. Mit unserem Projekt Sportfüxxe sind wir auf einem guten Weg und für viele Schulen ein willkommener Partner zur Gestaltung des Schulnachmittags.



Vorsitzender Sven Dahlgaard

Auch unsere Nachbarschule Hohe Landwehr geht im Zuge der Schulentwicklung neue Wege. Es liegen realistische Planungen vor, dass im Zuge des Umbaus dieser Schule auch die umfangreiche Modernisierung unserer Sportanlage am Sievekingdamm vorgenommen wird. Dies sollte uns alle optimistisch in die Zukunft der HT-16 blicken lassen. Schon jetzt hinweisen möchte ich Sie auf eine große Mitgliederbefragung, die wir in Kooperation mit dem Hamburger Sportbund durchführen werden. Wir möchten genau wissen, welche Wünsche und Erwartungen unsere Mitglieder an Vorstand und Geschäftsführung haben, um gut aufgestellt in das 3. Jahrhundert HT16 zu starten. Bitte beteiligen Sie sich daran. Nicht vergessen sollten Sie, unsere neue Gastronomie zu besuchen. Ich hoffe sehr, dass hier wieder ein gemütlicher Treffpunkt für unsere Mitglieder, Freunde und Nachbarn entstehen wird.

Ihr Sven Dahlgaard

## THEMENÜBERSICHT



### 4 Schwimmen

Vom Seepferdchen bis zum EM Medaillengewinner bietet die HT16 ein breites Spektrum an Schwimmangeboten.



### 7 Delegiertenversammlung

Auf der diesjährigen Delegiertenversammlung wurde der scheidende Finanzvorstand Torsten Schulz für seine Verdienste mit der Hans Reip Schale ausgezeichnet. Wer der Nachfolger ist und wer zukünftig welches Amt bekleidet lesen Sie auf Seite 7.



### 8 Neues aus der HT16

Wichtige und neue Informationen aus Ihrem Verein, die Sie interessieren sollten. Geschäftsführer Andreas Wolff hat Neues für Sie.



### 9 Neues aus dem Studio / Gesundheits- und Freizeitsport

Was gibt es Neues? Was hat sich geändert? Z.B. neue Angebote, neue Trainer



### 12 Neues aus den Abteilungen

Abteilungsereignisse und -erfolge unserer Sportlerinnen und Sportler auf den Seiten 12-20



### 21 Veranstaltungen

Termine, Termine, Termine

#### IMPRESSUM

Herausgeber:  
Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.  
Sievekingdamm 7  
20535 Hamburg  
www.ht16.de

V.L.S.d.P: Andreas Wolff (andreas.wolff@ht16.de)  
Redaktion: Sven Dahlgaard, Edgar Toth, Oliver Camp,  
Christian Böttger, Andreas Wolff, Claudia Deppermann,  
Harald Hennig, Peter Dietrich, Patrick Harke  
(redaktion@ht16.de)

Texte: Christian Erichsen, Sebastian Franke, Detlef  
Schulze, Ingrid Werner, Dr. Knut Dahlgaard, Lanny Schäfer,  
Jürgen Schöler, Helke Dahlgaard, Kasten Sasse,  
Karl-Helz Roya, Reinhard Cohrs, Christel Lüders  
Fotos: Patrick Harke, Lanny Schäfer, Karsten Sasse,  
Ingrid Werner, Dr. Knut Dahlgaard, Christel Lüders, Karl-  
Helz Roya

Redaktionsschluss Ausgabe 921: 31. Oktober 2011  
Alle Texte, Bilder und Grafiken unterliegen dem Urheberrecht und anderen Gesetzen zum Schutz geistigen Eigentums. Mit Namen gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion oder des Herausgebers wieder. Nachdruck - auch auszugsweise - nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. Mitglieder der HT16 erhalten das Magazin kostenlos. Auflage: 3.500 Exemplare  
Gestaltung: FRANKE KOMMUNIKATION  
Produktion: TRCT MEDIEN GmbH  
Anzeigen: FRANKE KOMMUNIKATION  
Brennerstraße 90  
20099 Hamburg  
anzeigen@ht16.de  
Es gilt Anzeigenpreisliste # 3/2010.



Auf dem Rücken werden die ersten Bahnen gezogen

## Unsere Schwimmer immer ganz vorn dabei!

**28 Medaillen bei der Norddeutschen Meisterschaft in Hannover, 9 Medaillen bei der Deutschen Meisterschaft in Berlin, zweimal Silber bei der Jugend Europameisterschaft in Belgrad und zwei erfolgreiche Halbfinal- und Finalteilnahmen bei der Junioren Weltmeisterschaft in Peru: Die Schwimmabteilung der HT16 kann sich sehen lassen und steht für ein optimales Förderkonzept von der Wassergewöhnung bis zum Leistungssport.**

Als eine der ersten Sparten in der HT16 gehört die derzeit rund 300 Mitglieder



So startet Vize Europameister Paul Wiechhusen

starke Schwimmabteilung zu den erfolgreichsten Sportarten des Vereins. Die Meldungen über die Erfolge der Spitzenschwimmer reißen nicht ab. Bastian Vollmer und Paul Wiechhusen, beide 18 Jahre alt, vertraten den Verein, Hamburg und Deutschland bei der Junioren Weltmeisterschaft in Peru. Bastian erreichte mit Platz sechs im Finale über 50 Meter Brust seine beste Einzelplatzierung in der diesjährigen WM. Auch Paul Wiechhusen freute sich über einen guten Saisonabschluss mit dem 14. Platz im Halbfinale bei seiner ersten WM-Teilnahme. Beide Sportler erkämpften sich bereits zwei Silbermedaillen bei der Jugend Europameisterschaft in Belgrad, auf der sie zusammen mit Max Claussen (17) die Vereinsfahne hochhielten. Vorab punkteten ebenfalls der 16-Jährige Norman Marcus sowie die Schwimmerinnen Shanann Bott (18) und Marie Motylski (13) mit guten Mittelfeldplatzierungen in ihren Jahrgängen bei der Deutschen Meisterschaft in Berlin. Ganz zu schweigen von der Norddeutschen

Meisterschaft in Hannover, aus der die HT16 mit insgesamt 28 Medaillen als erfolgreichster Hamburger Verein hervorging.

### Angebote für alle Alters- und Leistungsklassen: Hier ist Jeder willkommen

„Wir gratulieren allen Sportlern zu ihren Leistungen und sind stolz darauf, sie in unseren Reihen zu haben“, sagt Andreas Wolff, Geschäftsführer der HT16 und Leiter der Schwimmabteilung. „Wenngleich unsere Abteilung sich nicht nur über die obere Leistungsspitze definieren will“, fügt er hinzu. Ganz im Gegenteil: Die Liste der wöchentlichen Trainingsmöglichkeiten für alle Alters- und Leistungsklassen ist lang. An nahezu jedem Wochentag gibt es diverse Schwimmgruppen für Anfänger und Fortgeschrittene. Los geht es im Alter von vier Jahren mit der Wassergewöhnung. Danach folgt die Vorbereitung auf die Jugendschwimmabzeichen – vom Seepferdchen bis zum Rettungsschwimmer. Wer bereits über das Goldene Sportabzeichen verfügt, kann in den höheren Trainingsgruppen unterschiedliche Schwimmtechniken vertiefen. Fortgeschrittene trainieren in verschiedenen Leistungskursen für erste Wettkämpfe bis hin zur Deutschen Meisterschaft.

Abgerundet wird das Angebot durch Frauenschwimmgruppen sowie Aqua-Gymnastik für Erwachsene und Senioren. Trainiert wird in unterschiedlichen Trai-

ningsstätten, darunter die Schwimmbäder in Billstedt und Wandsbek sowie das neu eröffnete Lehrschwimmbecken an der Schule Steinadlerweg.

## Die Abteilung ist so gut wie das Engagement ihrer Mitglieder

„Die Schwimmabteilung lebt – wie andere Sportarten auch – von dem Engagement der Trainer und Betreuer, die sich zum Teil ehrenamtlich und auf jeden Fall über das Soll hinaus für den Nachwuchs einsetzen“, sagt Andreas Wolff, der selber seit mehr als 35 Jahren aktiver Schwimmer ist. Zusammen mit seinen ehemaligen Aktiven, Natalie Reuß und Marcel Wenzel und vielen anderen, sorgt er seit Mitte der 1980er Jahre für einen kontinuierlichen Aufbau der Schwimmabteilung des Vereins. „Dass wir heute Damen- und Herrenmannschaften haben, die sich in der Landesliga und der zweiten Bundesliga behaupten, sowie sieben jugendliche Spitzenschwimmer, die am Deutschen Olympiastützpunkt in Hamburg gefördert werden, spricht für unsere gute Vereinsarbeit“, erklärt Wolff. Und die beginne nun einmal bei den Allerjüngsten. So ist es nur konsequent, dass sich die HT16 im Zuge der neu strukturierten Bildungslandschaft auch um die Schwimmkenntnisse der Vorschüler und Schüler kümmert. „Wir bieten Schulschwimmen von Klasse 1 bis Klasse 4 am Seeadlerstieg an und sind jüngst eine Kooperation mit der KiTa Hermannstal eingegangen. Bereits im Vorschulalter bringen wir Kindern das Schwimmen bei und erfüllen



Bastian Vollmer (li): der frisch gekürte Silbermedaillengewinner

somit eine wichtige Bildungsaufgabe in dieser Stadt“, so Wolff.

## Viel Spaß bei den kleinen und großen Schwimmerevents

Dass zwischen dem Erwerb des Seepferdchenabzeichens und der Aquagymnastik, zwischen nationalem Ligaschwimmen und dem Kampf um internationale Medaillen der Spaß nicht zu kurz kommt, dafür sorgt die Schwimmabteilung der HT16 ebenfalls. Seit vielen Jahren organisiert der Verein ein Kinderschwimmfest für alle Nachwuchssportler, zu dem auch Teilnehmer aus anderen Vereinen herzlich willkommen sind. Legendar ist das vereinsinterne Nikolausschwimmen, das sich an Mitglieder aller Leistungsklassen richtet. Und last but not least zeichnet die HT16 für den „Hamburger Sprint Cup“ verantwortlich, der am Wochenende vom

1. Oktober im Landesleistungszentrum Dulsbergbad ausgetragen wurde. Mit bis zu 300 Teilnehmern aus Deutschland und dem benachbarten Ausland gehört der SprintCup zu den internationalen Top Events im Nachwuchsbereich. Hier geht es nicht nur um Leistung, sondern um internationale Völkerverständigung und den Spaß in der sportlichen Gemeinschaft. Top Schwimmer wie Markus und Steffen Deibler, Johannes Dietrich, Rafed El-Masri, Hendrik Feldwehr und Janne Schäfer haben in den vergangenen Jahren den Nachwuchs mit ihrer Teilnahme motiviert. In diesem Jahr durften sich die Jugendlichen auf den derzeit schnellsten Schwimmer in Deutschland, Marco di Carli, und viele andere freuen.

Mehr zur Schwimmabteilung der HT16 gibt es im Internet unter [www.ht16.de](http://www.ht16.de)



Mit der Wassergewöhnung auf der Treppe fängt alles an



Paul (li) und Bastian (re) mit Trainer Veith Sieber

## „Zähne zusammen beißen und alles geben!“

**Bastian Vollmer und Paul Wiechhusen haben die HT16, Hamburg und Deutschland bei den Jugend Europameisterschaften in Belgrad und den Junioren Weltmeisterschaften in Peru vertreten. HT16 Spiegel sprach mit den Spitzenschwimmern.**

**Herzlichen Glückwunsch zu euren tollen Leistungen in Lima. Welchen Stellenwert hat dieser Wettkampf für euch?**

**Vollmer:** Erst einmal vielen Dank für die Glückwünsche! Die Jugend Weltmeisterschaft war für mich eine riesige Erfahrung. Auch mit meinen Leistungen, die ich am Ende einer so langen Saison erbracht habe, bin ich sehr zufrieden. Dreimal unter den Top 8 der Welt zu sein ist schon ein Ergebnis, das mich sehr stolz macht und mich für die kommenden Jahre motiviert.

**Wiechhusen:** Für diese Saison stand sowohl für uns als auch für den nationalen Schwimmverband die Junioren-EM ganz klar im Vordergrund. Die WM war sozusagen nur noch ein kleines Extra, das auf die EM folgen sollte. Nichtsdestotrotz ist eine WM natürlich immer etwas Besonderes und war deshalb ebenfalls von großer Bedeutung für mich.

**Wie anstrengend muss man sich so eine WM auf der anderen Seite der Welt samt den ganzen Vorbereitungen vorstellen?**

**Vollmer:** Es ist mir nicht leicht gefallen, mit der großen Zeitumstellung von sieben Stunden umzugehen. Ich habe fast eine ganze Woche gebraucht, um endlich im richtigen Rhythmus zu sein. Die letzten paar Tage vor dem Wettkampf stieg meine Nervosität gewaltig, und ich konnte es kaum erwarten, dass es endlich los ging.

**Wiechhusen:** Unsere Unterkunft war toll und auch sonst war alles gut organisiert und für uns vorbereitet. Das Training in Lima war nicht mehr allzu umfangreich, da wir uns schon in der Erholungsphase vor dem Wettkampf befanden. Der Wettkampf selber war sehr kräftezehrend. Die ständige Belastung sowohl mental als auch physisch durch die Vor- und Zwischenläufe ist bei einem so hochklassigen Wettkampf besonders groß.

**Was bedeutet die HT16 für euch?**

**Wiechhusen:** Die HT16 ist mein Heimatverein. Mir gefällt besonders, dass wir bei Wettkämpfen immer sehr viel lachen können. Auch außerhalb des Wettkampfbekens sorgen unsere Verantwortlichen

dafür, dass der Spaß nicht zu kurz kommt. Das ist gut für die Motivation.

**Vollmer:** Ich bin sehr froh, für die HT16 starten zu können. Mit ihr habe ich hier in Hamburg einen Verein gefunden, der mich nahezu optimal unterstützt und ich hoffe, dass das in Zukunft so weitergeht.

**Was gibt ihr dem Nachwuchs mit auf den Weg?**

**Wiechhusen:** Meiner Meinung nach ist es sehr wichtig, neben dem Spaß am Sport früh zu wissen, wozu man das alltägliche Training auf sich nimmt. Auch wenn man mal durchhängt, sollte man die Zähne zusammenbeißen und alles geben. Denn irgendwann wird man sich vielleicht ärgern, dass man zu spät angefangen hat, sich richtig reinzuhängen.

**Vollmer:** Auch mir ist es oft nicht leicht gefallen zu trainieren, während andere chillen. Training kann nicht jeden Tag Spaß machen. Haltet durch. Geht trotzdem hin. Und wenn ihr bei einem nationalen oder internationalen Wettkampf auf den Startblock oder besser noch aufs Siegerpodest gehen dürft, dann wisst ihr, dass es sich lohnt hat.

**Was sind eure nächsten Ziele?**

**Vollmer:** Bei mir steht im Frühjahr 2012 das Abitur an. Vor lauter Schwimmen sollte die Schule auf keinen Fall vernachlässigt werden, denn früher oder später ist der Lebensabschnitt ‚Schwimmen‘ vorbei. Auf das, was danach kommt, sollte man sich frühzeitig gut vorbereiten, und das geht nur über einen guten Schulabschluss. Parallel dazu möchte ich mich sportlich weiter entwickeln. Der Anschluss an die nationale Spitze in der offenen Klasse ist mein Ziel.

**Wiechhusen:** Ich möchte in knapp zwei Jahren ein für mich sehr gutes Abitur machen und nebenher natürlich so gut wie es nur möglich ist weiter schwimmen. Da für mich nun der Juniorenbereich endet, will ich versuchen, immer mehr an die „Großen“ heranzuschwimmen, um möglichst schnell den Anschluss zu schaffen!

**Vielen Dank und weiterhin viel Glück auf euren sportlichen und beruflichen Wegen.**

## Schale für Schulz

Die Ordentliche Delegiertenversammlung 2011 stand im Zeichen weiterer personeller Erneuerung des Vorstands. Kurz nach Beginn der Sommerferien vertraten 53 Delegierte die Interessen der Abteilungen.

Der Vorsitzende, Sven Dahlgaard, und der scheidende Finanzvorstand, Torsten Schulz, zogen eine positive Bilanz:



Torsten Schulz erhält die Hans Reip Schale

Mit zahlreichen Veranstaltungen wie der Hammer Lauf und die Ehrung der Sportlerinnen und Sportler des Jahres ist die HT16 in der Öffentlichkeit präsent und wird positiv wahrgenommen. Auch weit über Hamburg hinaus sorgen attraktive Veranstaltungen unserer Abteilungen für Aufsehen: Die HT16 Open der Judoabteilung, der Hamburger Sprint Cup der Schwimmer und die Volley-Woche der Volleyballabteilung. Mit einstimmiger Entlastung wurde die Arbeit des ehrenamtlichen Vorstands honoriert.

Die Positionen im Vorstand für Finanzen, Marketing und Öffentlichkeitsarbeit sowie zur Förderung des Ehrenamtes wurden neu besetzt. Mit Andre Nöbbe (Finanzen)

wurde ein Mitglied der Tischtennisabteilung in den Vorstand gewählt. Ekkehard Mueller (Marketing und Öffentlichkeitsarbeit) ist in der Triathlonabteilung aktiv und ebenfalls ohne Gegenkandidat gewählt worden. Lanny Schäfer (Förderung des Ehrenamtes) ist Leiter der Handballabteilung und übernimmt nun mehr Verantwortung. Alle Kandidaten wurden jeweils einstimmig gewählt.

Als neue Jugendwartin hat die Jugendversammlung Karen Strumann (siehe HT16 persönlich) als Nachfolgerin von Peter Dietrich gewählt hat. Die Bestätigung durch die Delegierten erfolgte einstimmig.

Die höchste Auszeichnung für ehrenamtliche Mitarbeiter in der HT16, die Hans-Reip-Schale, wurde Torsten Schulz überreicht, der aus dem Vorstand ausschied.



Sabine Böttcher mit der Erinnerungsschale

Sven Dahlgaard dankte in seiner Laudatio für dessen großes Engagement und seine Sachkunde in den finanziell schwersten Zeiten der HT16. Torsten Schulz war einer der wesentlichen Garanten für den erfolgreichen Weg zur finanziellen Sanierung der HT16. Sabine Böttcher erhielt als letztjährige Preisträgerin die Erinnerungsschale.



Die neue Jugendwartin Karen Strumann

Kopierer - Drucker - Scanner - Fax - Dokumentenmanagement

**Diringer  
Jakubowski** **Büro-Dialog-  
Systeme**  
Diringer Jakubowski & Co, GmbH



Partner der  
**HT16**  
**SHARP** \*\*\*  
competencepartner



Viel Erfolg, Cengiz Sen (re) und Thomas Kanzler

### Neue Gastronomie im Sportzentrum

Am 1. Oktober startete unser neuer Gastronom, Cengiz Sen, in der HT16 und bringt eine lange Erfahrung in der Gastronomie mit. Er betreibt seit über 25 Jahren in Ottensen das Lokal „Kick & Company“. Parallel dazu hat er zehn Jahre das Vereinslokal des Hamburger Traditionsvereins Altona 93 geführt. Nachdem dies wieder in Vereinsregie übergegangen ist, fehlte ihm, einem leidenschaftlichen Volleyballer, das Betätigungsfeld Sportverein. So kamen wir zusammen und nun wollen wir gemeinsam mit Cengiz Sen unserer Gastronomie zu neuem Leben erwecken. Mit seinem Koch, Thomas Kanzler, sowie seinem freundlichen Serviceteam, das bereits im Kick & Company mit ihm zusammen arbeitet, will er Gutes bewahren und Appetit auf Neues machen.

Den beliebten Mittagstisch wird es natürlich weiter geben. Freuen Sie sich darauf, denn er wird auch einige neue, insbesondere sportgerechte Speisen anbieten.

Da Cengiz Sen selbst Mannschaftsspieler ist, liegt ihm die Gemeinschaft am Herzen. Sein Ziel ist es, alle Sportgruppen der

HT16 nach dem Training mit Getränken und Speisen zu verwöhnen.

Selbstverständlich richtet er für alle Gruppen und Teams gern jegliche Formen von Feiern aus. Hier verfügt er über große Erfahrung. Keine Gruppe ist ihm zu groß oder zu klein. Mit speziellen Angeboten für Weihnachtsfeiern wird er kurzfristig auf die Abteilungen zukommen. Vorstand und Geschäftsführung wünschen Cengiz Sen und seinem Team viel Erfolg in der HT16.

### Neue Mitgliedausweise

Sie haben mittlerweile einen neuen Mitgliedausweis erhalten. Er ist als neuer, bundesweiter „Deutscher Sportausweis“ vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) zur Förderung des organisierten Sports erstellt und an Sie von ihm kostenlos verschickt worden. Der neue Ausweis reduziert unsere Verwaltungskosten in erheblichem Maße und bietet Ihnen auch einen handfesten Einkaufsvorteil bei den Firmen, die sich diesem Verbund angeschlossen haben.

Weitere Informationen finden Sie dazu unter [www.sportausweis.de/info](http://www.sportausweis.de/info)



### Mitgliederbefragung 2011

Da uns Ihre Meinung sehr wichtig ist, führt die HT16 in Zusammenarbeit mit dem Hamburger Sportbund erstmals im November eine Mitgliederbefragung durch. Nachdem Sie, liebe Mitglieder, die HT16 in schwierigen Zeiten tatkräftig unterstützt und damit einen wichtigen Beitrag zur schrittweisen Sanierung geleistet haben,

möchten wir Ihre Wünsche und Bedürfnisse noch genauer kennen lernen, um gezielt Maßnahmen zur weiteren Verbesserung in die Wege zu leiten.

Helfen Sie daher mit und nehmen Sie sich ca. 10 bis 12 Minuten Zeit, um die Fragen zur HT16 zu beantworten. Die Befragung ist anonym. Es werden keinerlei Personenbezogene Daten übermittelt.

Unter allen Teilnehmern verlosen wir als kleines Dankeschön lukrative Preise. Über das weitere Verfahren wird Sie der Vorstand und die Geschäftsführung in den nächsten Wochen informieren.

### Neue FSJler

Drei neue FSJler absolvieren ein Freiwilliges Soziales Jahr in der HT16. Bis Juli 2012 assistieren sie bei diversen Trainingsgruppen, leiten Neigungskurse in Schulen, betreuen SPORTFÜXXE und helfen bei Veranstaltungen der HT16.



v.u. Aaron, Svenja und Christian

Vereinsübergreifender Träger des Freiwilligen Sozialen Jahres im Sport ist die Hamburger Sportjugend, die mit vielen Aus- und Fortbildungen weiteren Nutzen für die Freiwilligen schafft.

#### Kontakt

Hamburger Turnerschaft von 1816 r.V.

Sievekingdamm 7

20535 Hamburg

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

Neue Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr, Mo 15-18 Uhr, Mi 15-17 Uhr, telefonisch Mo-Do 9-17 Uhr

Allgemeine Informationen

[birgit.bachmann@ht16.de](mailto:birgit.bachmann@ht16.de) 251749-0

#### Geschäftsführung

[andreas.wofff@ht16.de](mailto:andreas.wofff@ht16.de) 251749-49

[detlef.schulze@ht16.de](mailto:detlef.schulze@ht16.de) 251749-40

#### Fitness-Studio, Freizeitsport

[detlef.schulze@ht16.de](mailto:detlef.schulze@ht16.de) 251749-40

#### Gesundheits-/Senioren-sport

[edgar.toth@ht16.de](mailto:edgar.toth@ht16.de) 251749-29

#### Gesundheitssport

[carsten.henkel@ht16.de](mailto:carsten.henkel@ht16.de) 251749-20

#### Mitgliederverwaltung

[ina.noebbe@ht16.de](mailto:ina.noebbe@ht16.de) 251749-26

#### SPORTFÜXXE

[oliver.camp@ht16.de](mailto:oliver.camp@ht16.de) 251749-21

#### Kindergarten

Monika Großmann 254932-85

#### Restaurant

Cengiz Sen 253134-93



*Früher an  
Später danken!*

#### Ihr Geld würde „Ja“ sagen.

Umfassend ist besser als einseitig. Ob's um Ihr Geld, Ihre Sicherheit, Ihre Gesundheit oder Ihre Zukunft geht. Planen Sie das Beste für sich: Mit Allfinanz-Beratung aus einer Hand. Sagen auch Sie „Ja“

#### Kontakt:

Philipp Wilhelm König  
Oehleckerring 2  
22419 Hamburg  
040 28571226  
philipp.koenig@dvag.de

**Diringer  
Jakubowski** **Büro-Dialog-  
Systeme**

Diringer Jakubowski & Co. GmbH

Diringer Jakubowski ist seit über 25 Jahren im Bereich Bürotechnik bei zahlreichen, zufriedenen Kunden erfolgreich tätig. Als Ansprechpartner für Kopierer, Scanner, Drucker, Fax und Dokumentenmanagement arbeiten sie ausschließlich mit namhaften Herstellern zusammen. Diringer Jakubowski ist in und um Hamburg für Sie im Einsatz.

#### Kontakt:

Diringer Jakubowski & Co. GmbH  
Klaus-Groth-Straße 92  
20535 Hamburg  
040 251940-0  
info@diringer-jakubowski.de  
www.diringer-jakubowski.de

## Rückenwind mit Fahrrad Pagels

E-Bike? Das ist doch was für Bewegungsmuffel! Oder für Rentner! Doch nicht für mich! Ja gut, manchmal hängt mir schon die Zunge, wenn ich über den Geesthang bergauf in die Stadt zu einem Termin fahre. Mein Mann drängelt: Bei Fahrrad Pagels, dem HT16-Partner, kann man Pedelecs (mit Batterie betriebene Räder) testen. Lass' uns doch mal hingehen! OK, wir bekommen ein Test-Bike und düsen los. Mein Mann auf seinem 7-Gang-Rad und ich mit dem Testrad. Nach Glinde, so bummelige 10 km, da wollen wir Kaffee trinken. Spätestens im hügeligen Oststeinbek bin ich begeistert. Ganz locker fahre ich Steigungen, muss immer wieder drosseln, will ja meinem Mann nicht zu weit weg fahren. Es macht echt Spaß, man bewegt sich, aber alles, was beim Radfahren anstrengend ist, wird einem abgenommen. Mein Mann strampelt. „In Glinde gibt's Kaffee!“ locke ich ihn. Dort angekommen, kann ich sagen, ich sitze völlig entspannt, nicht abgekämpft und doch „bewegt“ im Sessel, trinke Kaffee und freue mich auf die Rückfahrt.

Fazit: So ein E-Rad schafft neue Mobilität. Je nach Bewegungsdrang und Kondition lässt es sich stufenlos einstellen. Man kann ins Schwitzen kommen, muss es aber nicht. Wege lassen sich spielend erledigen. Schauen Sie doch mal rein bei Fahrrad Pagels und überzeugen Sie sich selbst. Wir brauchen wohl zwei davon, sonst kommt mein Mann nicht mehr mit!

**farbspiel!**  
frisch - frech - kompetent

Unser Friseurpartner mit drei Filialen in Hamm und Horn steht für frische Frisuren und Kompetenz beim Thema Farben. Sowohl die HT16-Damen als auch die Herren sind unseren Geschäften gern gesehene Kunden und erhalten HT16-Sonderkonditionen bei Vorlage des Vereinsausweises.

#### Kontakt:

Hilde Schwab  
farbspiel!  
Sievekingallee 61 040 203435  
farbecht!  
Horner Landstraße 161 040 6554542  
farbrausch!  
Hammer Steindamm 55 040 202949



**FAHRRAD PAGELS**  
Meisterbetrieb für Zweiradmechanik  
Inhaber Jens Meer

Fahrräder fahren für HT16-Mitglieder von Pagels besonders günstig. Jens Meer verkauft, repariert und bietet Mountainbiketouren und Seminare rund um Fahrtechnik für Mountainbike-Rennradfahrer an. HT16 Mitglieder bekommen Sonderkonditionen.

#### Kontakt:

Jens Meer  
Horner Landstraße 191  
22111 Hamburg  
040 65 18 38 6  
info@fahrrad-pagels.de  
www.fahrrad-pagels.de

**FRANKE**  
KOMMUNIKATION



**Nehmen auch Sie unsere Erfahrung in Anspruch!**

franke@franke-kommunikation.com

Tel. 040-28407010 oder 0178-3136892

**Public-Relations  
Sponsoring  
Marketingberatung  
Eventkonzeption  
Eventmanagement  
Moderation**



### Jungbrunnen Fitness-Studio

Wussten Sie, dass Menschen ab dem 50. Lebensjahr pro Jahr ca. 200 gr Muskelmasse verlieren? Durch ein gezieltes Kraft- und Muskelaufbautraining im Fitness-Studio lässt sich dies verhindern! Studien belegen, dass derjenige, der 20 Wochen lang regelmäßig Krafttraining macht, im Durchschnitt ca. 1 kg Muskelmasse zulegt. Es gibt weitere positive Nebeneffekte:

- Knochen, Sehnen und Gelenke werden gestärkt, wodurch die Gefahr, an Osteoporose zu erkranken, reduziert wird
- Verbesserung der Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislaufsystems
- Bluthochdruck senkende Wirkung
- Stärkung des Immunsystems
- Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit inkl. des psychischen Wohlbefindens.

Gerade Krafttraining am Gerät ist für ältere Menschen sehr gut geeignet, da Fitness-Training mit ganz geringen Belastungen ausgeführt werden kann. Bitte probieren Sie das einmal aus und vereinbaren Sie einen Termin mit einer unserer erfahrenen Flächentrainerinnen bzw. mit einem unserer -Trainer (siehe unten)

### Flächentrainer

Mit Boris Scheibe begrüßen wir einen neuen Flächentrainer. Boris ist ein erfahrener Gerätetrainer. Er hat seine Ausbildung bei der TÜV Rheinland Akademie absolviert, ist als fest angestellter Trainer und Kursleiter im Elixia tätig gewesen und zurzeit in verschiedenen Studios in Hamburg freiberuflich tätig. Er wird die Donnerstagsschicht von Hermann Oldenburg übernehmen. Hermann ist gerade in der Ausbildung zum Personaltrainer, die er mit sehr guten Ergebnissen absolviert und daher beim Treffen der besten Personal-

Trainer Deutschlands dabei ist. Glückwunsch, Herrmann.

### Tage der offenen Tür

Dieses ausgesprochen beliebte Angebot mit der Vorstellung von etablierten Kursen und auch der Präsentation neuer Kursinhalte findet wie im Frühjahr an zwei aufeinander folgenden Sonntagen statt: am 9.10. und 16.10.2011

Auch dann wird es wieder ein besonderes günstiges Einstiegsangebot geben. Bitte verfolgt die weiteren Ankündigungen dazu und erzählt davon in eurem Freundes- und Bekanntenkreis.

### Renovierungsarbeiten

Erneut werden neue Armaturen im Sauna- und Umkleidebereich des Studios eingebaut, so dass wir allmählich in diesem Punkt wieder einen Schritt weiter kommen und Hygiene sowie Optik weiter verbessert werden.

### Zusammenarbeit mit der AOK

Bekanntermaßen führen wir seit Jahren Präventionskurse im Namen der AOK durch.

Mit einem Lauffest, den wir ab September regelmäßig durchführen, wird diese Zusammenarbeit weiter ausgebaut. Alle AOK - Mitglieder, die diese Kurse mitmachen, erhalten besondere Vergünstigungen im Rahmen ihrer AOK - Mitgliedschaft.

### Werbung im Studio

Die Screens auf der Gerätefläche können wunderbar für Werbung in eigener Sache genutzt werden. Gern stellen wir Werbezeit für Mitglieder, die ein eigenes Unternehmen führen, freiberuflich tätig sind u.ä. gegen geringes Entgelt zur Verfügung.

Bitte informieren Sie sich bei der Studioleitung.

### Neuer Ausweis

Um in der Anfangsphase Probleme weitestgehend zu vermeiden, bitten wir Sie, den alten Ausweis nicht zu vernichten, sondern diesen beim ersten Einchecken mit dem neuen Ausweis mitzubringen und an der Rezeption abzugeben. Vielen Dank!

### Sonntags-Cycling

Mit Andrea Tomaszewski haben wir eine neue und durch Vertretungsstunden bereits bekannte und beliebte Indoor-Cycling Trainerin gewinnen können, die ab Oktober das Sonntags-Cycling leiten wird. Allen Teilnehmern und auch Andrea viel Spaß dabei!

### Pilates

Die Montags-Pilates-Kurse wird ab Oktober Eva Holdorf übernehmen, die seit längerer Zeit den Studio-Mitgliedern durch Vertretungsstunden bekannt ist. Eva ist gebürtige Schweizerin, Gymnastiklehrerin mit großer Ballett-Vergangenheit. Außerdem - man höre und staune - hat sie auch Schauspiel-Erfahrung als Dozentin an einer Schauspiel-Schule und ist in verschiedenen Fernseh-Rollen zu sehen gewesen.

### Neuer GymPlan

Ab 3. Oktober wird ein neuer Gymplan veröffentlicht. Sandra arbeitet bereits mit Hochdruck daran. Lasst euch überraschen.

### Outdoor-Cycling

Unser Indoor-Cycling Instructor Bernhard Busch, der über das Sommerhalbjahr Mitglieder auch zum Outdoor-Biken einlädt und begleitet, ist mit einigen Mitgliedern zur Nachtfahrt rund um den Väner-See in Schweden aufgebrochen. Diese ca. 300 km lange Tour in reizvoller schwedischer Landschaft wird in einer Etappe durchgeradelt und bringt unvergessliche Erlebnisse. Wer im kommenden Jahr diese anspruchsvolle Tour mit Bernhard mitradeln will, sollte vorher Cycling-Kurse im Studio besucht haben. Bitte erkundigt euch, wann ein passender Kurs für euch angeboten wird und meldet euch im Studio an!

## Von der HT16 nach Deutschland: 40 Jahre Herzgruppen im Sportverein

Was 1971 mit der ersten Herzsportgruppe in einem deutschen Sportverein, der HT16, begann, ist heutzutage eine Selbstverständlichkeit in größeren deutschen Sportvereinen. Fast 7000 sind es zur Zeit, die den Sport am Wohnort für Herzpatienten anbieten. Im sogenannten „Hamburger Modell“ war die HT16 Pilotverein mit Einrichtung der ersten deutschen Vereinsherzsportgruppe. Heute bietet unser Verein acht Herzsportgruppen an mit der Auf-



v.l. Prof. Nägele, Prof. Krasemann, Dipl.Med.  
Haberecht, S.Dahlggaard, Dr. Gocke

teilung in Herz-Trainings- und Herzübungsgruppe. Mit einer Rehabilitationsverordnung bezuschussen viele Krankenkassen den Herzsport bis zu 2 Jahren. Das Zusammenwirken dieser Institutionen bewirkt, dass viele Herzpatienten auch nach Ablauf der Verordnung Mitglied im Verein werden und somit sich auch weiterhin physisch und psychisch-sozial fit halten. Die HT16 verfügt über eine qualifizierte Mannschaft aus speziell ausgebildeten Übungsleitern, Ärzten und haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitern. In einer Feierstunde am 25. September wurde an dieses Jubiläum im HT16-Sportzentrum erinnert, und zahlreiche Ehrengäste blickten auf diese Zeit zurück. Vorsitzender Sven Dahlggaard dankte in seiner Begrüßungsrede sehr herzlich allen Verantwortlichen, die im Herzsport der HT16 schon viele Jahre mitwirken in einer starken Säule des HT16-Gesundheitssportes und hier viel Positives leisten. Er begrüßte u.a. das Vorstandsmitglied der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für kardiologische Prävention und Rehabilitation mit Sitz in Koblenz, Dipl.Med. Olaf Haberecht, und das Gründungsmitglied des „Hamburger Modells“, Prof. Dr. E.O. Krasemann aus Hamburg. In seiner Festrede betonte Prof. Dr. Her-

bert Nägele, der Vorsitzende von Herz in Form, der Arbeitsgemeinschaft für kardiologische Prävention und Rehabilitation in Hamburg, die Notwendigkeit und Unverzichtbarkeit des Herzsports in Sportvereinen. Weiterhin richteten Grußworte an die Jubilarin, Vorstandsmitglied des VTF, Jürgen Erdmann und Dr. Heinrich Gocke, der leitende HT16-Arzt. Alle Ehrengäste der Jubiläumsveranstaltung waren sich einig, dass auf diesem Gebiet Hervorragendes geleistet wird, um die Herzpatienten vor einem Reinfarkt zu bewahren und sie wieder in den Alltag zu integrieren.

### Herzsport

Ingeborg Veldung hat ihr Amt als Sprecherin der Herz-Übungsleiter nieder gelegt. Sie hat dies über Jahre inne gehabt und möchte jetzt gerne auch wieder mehr für sich tun. Es sei ihr gegönnt mit einem herzlichen Dank für ihre aufopfernde ehrenamtliche Tätigkeit. Nachfolger sind Hans-Dieter Wohlleben und Klaus-Dieter Voigt, denen wir eine ebenso glückliche Hand wünschen.

### Selbstlos

Ein großer Dank gebührt unserem leitenden Herzgruppenarzt, Dr. Heinrich Gocke. Ihm ist es zu verdanken, dass wir für unseren Verein einen automatisierten Defibrillator anschaffen konnten. Anstatt Geburtstagsgeschenke zu seinem 70. Geburtstag – (Wir berichteten darüber, die Red.) bat er seine Geburtstagsgäste um eine Spende für die HT16 für diese gezielte Verwendung. Eine tolle Idee, dem Verein zu helfen. Herzlichen Dank.

### Aquagymnastik

Unsere Reha-Sportlehrerin, Kerstin Hönigschmid, hat die Nachfolge der Lungensportstunden von Hilke Horstmann, die aus privaten Gründen leider ausscheiden musste, übernommen.

Kerstin hat zur Zeit die Reha-Aquagymnastik am Mittwoch um 18.30 Uhr in der Halle Seeadlerstieg übernommen.

### Rehabilitationssport in der HT16

im Rahmen des Gesundheitssports in der HT16 nimmt der Reha-Sport einen großen Bereich ein. Man kann sich von seinem Arzt eine sogenannte Rehabilitationsverordnung (Reha-Verordnung) und sich

somit „auf Rezept“ Bewegung verschreiben lassen. Für viele Bereiche bietet hierzu die HT16 das passende Programm an: Herzsport, Wirbelsäulengymnastik, Lungensport, Osteoporosegymnastik, Nordic Walking, Diabetessport, Endoprothesengymnastik. Es kann also jeder seinen Arzt wegen einer Reha-Verordnung ansprechen. Viele Krankenkassen übernehmen dann hier die Bezuschussung für bis zu 2 ½ Jahre. Die Übungsleiterinnen sind speziell ausgebildet und sorgen dafür, dass jeder dosiert in das Bewegungsprogramm eingeführt wird.

### Neue Karategruppe für Kinder ab 8

Dienstags 17-18 Uhr, Sportzentrum, Halle E Trainerin Khanh Hoang empfiehlt das Training aus pädagogischer und sportmedizinischer Sicht. Es fördert die Persönlichkeitsentwicklung und man lernt, mit Aggressionen umzugehen. Karate vermittelt ebenfalls Respekt vor dem Partner, dem Trainer, dem Lehrer, dem Mitschüler. Ein fester Ablauf von Techniken schult aus sportmedizinischer Sicht die Konzentration sowie die Koordination, Beweglichkeit, Kraft und Schnelligkeit.

### Line Dance: Einstieg jederzeit möglich

Line Dance ist ein Tanzen in Reihe oder Formation, ideal für Singles aber auch für Paare. Flotte Rhythmen, vornehmlich aus der Countrymusik animieren sofort zum Bewegen. Beim Line Dance, mittwochs 11.30-13.00 im Sportzentrum Halle E, erlernt die Gruppe fortlaufend neue Tänze, so dass ein Einstieg in das laufende Angebot jederzeit möglich ist.

### Tolle Leistung

Wir gratulieren Christa Wagenknecht zum Erwerb des 40. Deutschen Sportabzeichens. Sie ist seit 47 Jahren Mitglied der HT16 und hat seit ihrem 30. Lebensjahr in jedem Jahr die Übungen und Wettbewerbe zum Deutschen Sportabzeichen erfolgreich absolviert. Herzlichen Glückwunsch.

### Danke

Die Osteoporose-Gruppen haben selbstlos uns einen Teil der Kosten für die neuen Gymnastik-Nackenzstützen gespendet. Wir sagen herzlichen Dank.



Hier sind die Besten versammelt

## Krüll-Cup 2011: Hier kam jeder voll auf seine Kosten

**Dank dem „Autohaus Krüll“ in Bergedorf und seiner großzügigen Spende und Preise konnten wir unser Turnier in gewohnter Weise durchführen. In diesem Jahr hatte Petrus es gut mit uns gemeint.**

Keine Hammerhitze, kein Dauerregen, ganz normales Tenniswetter mit Sonne, Wolken und ein bisschen Regen. Wie bereits im vergangenen Jahr haben wir in Gruppen spielen lassen. Jeder Teilnehmer kam somit auf mindestens drei Partien. Bei den Damen 30 setzte sich Vanessa Wolski vom HSV ohne Satzverlust durch. Im Finale schlug sie Ines Junge von Wandsbek-Jenfeld mit 6:4 und 6:2. Auch bei den Damen 40+ hatten wir eine souveräne Siegerin, Siglinde Jäschke vom TV Gut Heil Billstedt, die ohne Satzverlust den 1. Platz belegte.

Im Doppel konnten sich die Damen vom Sportpark Öjendorf durchsetzen. Im Damen-Doppel 50+ gewannen M. Allers-Witt/Andrea Bach gegen die zweitplatzierten Ute Benecke/Veronika Wöhlert in zwei Sätzen mit 6:4 und 6:3. Im Damen-Doppel 90+ siegten Ingrid Werner/Hannelore Hofmann vom Sportpark Öjendorf souverän ohne Satzverlust.

In der Einzelkonkurrenz der Herren 30 gewann Dennis Schack vom TC an der Schirnau in einem spannenden Match in drei Sätzen gegen Oliver Baltzer vom TaF. Bei den Herren 40 siegte Henri Dabow vom TC Langenhorn in zwei Sätzen gegen Bernd Willmann vom TC Hummelsbüttel. Der überragende Sieger bei den Herren 50 war Tim Meyer vom TC Barsbüttel, der ohne Satzverlust blieb.

Etwas spektakulärer ging es bei den Herren 60 zu. Michael Merk vom SSV Thönse siegte mit 3:1 Punkten und 7:2 Sätzen. Punktgleich, aber mit einem Satz weniger,

musste sich Holger Pöhl vom TSV Niendorf mit dem 2. Platz zufrieden geben.

In der Herren-Doppel-Konkurrenz 60 siegten Oliver Baltzer/Rudi Hass in einem packenden Spiel gegen Claus Petersdorf/Kay Ritz vom Tennis Hammer Park mit 6:1 und 7:6.

Sehr überlegen spielten Gerhard Behlke/Thomas Witt in der Doppel-Konkurrenz 90 in ihrer Gruppe ohne Satzverlust. Und auch im Finale gegen Bernd Müller/Helmut Sevecke vom SC Condor gaben sie keinen Satz ab und siegten mit 6:1 und 6:4.

In der AK 120 gewannen Manfred Wilkens/Norbert Meyer (SG Sportpark Öjendorf/WTHC Walddörfer) gegen Heinz Schaludek/Josef Toth (SG Sportpark Öjendorf/HtuHc) in einem spannenden Match mit 4:6; 6:1 und 6:3.

### Player's Night

Richtig gut feiern konnten die Spieler, die bereits mit ihren Matches durch waren - und auch schon ihre Preise abholen konnten. DJ Manne heizte mit flotter Musik ein, und somit war gute Laune programmiert. Besonders gefreut hat sich Jessica Grimm vom TC Langenhorn, die ein Wochenende mit einem Volvo-Cabriolet gewonnen hat. Über den Hauptpreis, eine Wochenendreise nach Berlin, durfte sich Gisela Scheufler freuen. Viele Spieler kündigten an, im nächsten Jahr wieder dabei zu sein. Die Turnierleitung freut sich auf ein Wiedersehen in 2012.

### Die Platzierungen

#### Damen 30 +

- 1.) Vanessa Wolski (HSV)
- 2.) Ines Junge (Wandsbek-Jenfeld)
- 3.) Yamini da Cruz (THC Lüneburg)

#### Damen 40 +

- 1.) Siglinde Jäschke (TV Gut Heil Billstedt)
- 2.) Jutta Rück (SV St. Georg + SG HT16)
- 3.) Uschi von Grudzinski (SV St. Georg + SG HT16)

#### Damen-Doppel 50 +

- 1.) Myriam Allers-Witt/Andrea Bach (SG Sportpark Öjendorf)
- 2.) Ute Benecke/Veronika Wöhlert (SC Condor)
- 3.) D. Petersen-Ruppel/K. Hannemann (SC Condor)

#### Damen-Doppel 90 +

- 1.) Ingrid Werner/ Hannelore Hofmann (SG Sportpark Öjendorf)
- 2.) Uschi von Grudzinski/Jutta Rück (SV St.Georg/HT 16)
- 3.) Ute Engert/Renate Meier-Matysiak (SG Sportpark Öjendorf)

#### Herren-Einzel 30

- 1.) Dennis Schack (TC an der Schirnau)
- 2.) Oliver Baltzer (TaF)
- 3.) MartinKnopp (SC Condor)

#### Herren-Einzel 40

- 1.) Henri Dabow (TC Langenhorn)
- 2.) Bernd Willmann (TC Hummelsbüttel)
- 3.) Kay Ritz (HT16 Hammer Park)

#### Herren-Einzel 50

- 1.) Tim Meyer (TC Barsbüttel)
- 2.) Josef Toth (HTUHC)
- 3.) Hans-Jürgen Spitzkat (TV Gut Heil Billstedt)

#### Herren-Einzel 60

- 1.) Michael Merk (SSV Thönse)
- 2.) Holger Pöhl (Niendorfer TSV)
- 3.) Norbert Meyer (Walddörfer THC)

#### Herren-Doppel 60

- 1.) O. Baltzer /R. Hass (TaF/TV Zinnowitz)
- 2.) K. Ritz/C. Petersdorf (HT16 Hammer Park)
- 3.) M. Ruppel/E. Ruppel (SC Curslack-Neuengamme)

#### Herren-Doppel 90

- 1.) G. Behlke/T. Witt (SG Sportpark Öjendorf)
- 2.) B. Müller/H. Sevecke (SC Condor)
- 3.) P. Unruh/R. Redenz (SG Barmstedt/SC Condor)

#### Herren-Doppel 120

- 1.) M. Wilkens/ N. Meyer (SG Sportpark Öjendorf/WTHC Walddörfer)
- 2.) H. Schaludek/ J. Toth (SG Sportpark Öjendorf/HtuHC)
- 3.) S. Brick/P. Stehr (SC Condor)

## Freie Tennishallenplätze im Sportpark Hamburg Öjendorf

Am 12. September begann im Sportpark Hamburg Öjendorf die Hallensaison! Für alle Tennisinteressierten in der HT16: Wir haben noch Ganzjahres- und Wintersaisonplätze zu attraktiven Zeiten zu vergeben! Wenn Sie nur gelegentlich Tennis spielen möchten, bieten wir Ihnen unsere

Hallenplätze in der Einzelvermietung zu günstigen Konditionen an, z.B. am Wochenende für EUR 12,00 pro Platz/Std. Über freie Hallenzeiten können Sie sich auch ganz bequem online informieren unter [www.bookandplay.de](http://www.bookandplay.de) - oder telefonisch unter 040 / 714 86 87.

## Hammer Park: Ein gallisches Dorf entwickelt sich weiter

Vermutlich seit der Römerzeit liegt im Hammer Park eine kleine Tennis-Dreiplatzanlage der HT 16. Erinnerungen an die Geschichte von Asterix und Obelix werden wach: Ein kleines Dorf, wohl ausgestattet und schmuck, das ein gewisses Eigenleben führt und der feindlichen Umwelt trotz. Bei Asterix und Obelix waren es die fiesen Römer, bei uns sind es Trendsportarten, Kostendruck, Bewegungsmuffel, Vereinsmüdigkeit und Überalterung (vornehm: demografische Entwicklung...).

Kein Miraculix stellt einen Zaubertrank her, der den Mitgliedern übermenschliche Kräfte verleiht. Aber: Es geht auch so. Einige Tennisabteilungen mussten schon schließen, etliche verloren viele Mitglieder, bei uns ist die Mitgliederzahl einigermaßen konstant. Wahrscheinlich liegt es (auch) daran, dass wir das Motto „HT 16 – mehr als ein Sportverein“ ernst nehmen.

rührend altmodisch, aber es funktioniert noch. Natürlich müssen auch wir Gallier uns etwas nach der Decke strecken. Wir müssen vor allen Dingen Menschen zwischen 20 und 40 gewinnen, die nach und nach die alten Druiden ersetzen. Einige neue, spielstarke Herren sind in diesem Jahr zu uns gekommen, so auch unser neuer Vereinsmeister Kay Ritz im Endspiel der Herren 40 mit Jan Bontoux jun.. Dass auch die älteren Druiden noch gut zu Fuß sind und Tennis ein Familiensport ist, bewies im Seniorenendspiel der Vater von Kay (Johann Ritz, links im Bild) gegen Fred Timm.



Johann Ritz und Fred Timm



Kay Ritz und Jean Bontoux jun.

Geselligkeit spielt eine große Rolle, Zusammenhalt zwischen alt und jung, Veranstaltungen und Feste. Irgendwie im Zeitalter von Twitter, Facebook und Blind Dates

Der Generationenwechsel ist eingeleitet. Unsere alten Obelixe verlangen noch nach ganzen Wildschweinen bei unserer Wirtin Wiebke Meyer, die jüngeren Gallier verabreden sich per SMS, trinken Cola Zero und gehen nach dem Spiel auch mal gleich nach Hause. Aber sie kommen wieder. Und fühlen sich wohl. Das ist auch gut so. Und soll so bleiben.

SGV  
**DGV-Mitgliedschaft**

Spielrecht auf allen deutschen GolfRange-Anlagen, attraktive Spielmöglichkeiten auf 18-Loch-Anlagen der Umgebung

ab € 79,-<sup>inkl.</sup>

**Sonderkonditionen für Kunden**

SPORTPARK

# GREENHORN WAR GESTERN!

**Schnupperkurs**

€ 19,-

Rabatt

**20%**

für Kunden

SPORTPARK

**Schnupperkurs**

ab € 149,-

Rabatt

**10%**

für Kunden

SPORTPARK

SPORTPARK-Kunden profitieren bei uns auch bei Greenfees und Rangefees!

# GOLF RANGE

**NUR EIN ABSCHLAG VON DER CITY!**

GolfRange Hamburg-Oststeinbek  
 Meesen 38 • 22113 Oststeinbek  
 Tel. 040/4130490 • [www.golfrange.de](http://www.golfrange.de)

## Debüt in der Landesliga geglückt

In diesem Jahr startet die HT16-Triathlon-Abteilung erstmals mit einer Mannschaft in der Landesliga Hamburg, dem „Team HT16 Fahrrad Pagels“. Eine solide Mitgliederzahl und steigende Leistungen führten zu der Entscheidung, im Ligageschäft Präsenz zu zeigen. Es stellte sich schnell heraus, dass genügend Mitglieder die Idee teilten, und so fanden sich ausreichend Teilnehmer für die 5 Veranstaltungen in diesem Sommer (1 x Swim & Run, 2 x Sprintdistanz und 2 x Olympische Distanz). Verletzungsbedingt und aufgrund einer Terminumlegung konnte nicht immer in Bestbesetzung angetreten werden.

Der 7. Platz nach 4 von 5 Veranstaltungen in der 12 Mannschaften umfassenden Liga ist akzeptabel, aber auch ausbaufähig. Die Mannschaftsleistung war über die vier bisherigen Rennen sehr konstant. Das spektakulärste Rennen lief sicherlich in St. Peter Ording ab: Bei starken Winden wurde die Schwimmstrecke in der Nordsee gekürzt, aber mit den hohen Wellen hatten alle zu kämpfen. Zusätzlich erschwert wird die erste Disziplin durch das lange Laufen durch das Watt und knietiefes Wasser. Beim Radfahren geht es „Gegen den Wind“, wie der Titel der Veranstaltung verspricht. Auf der abschließenden Laufstrecke durch zum Teil tiefen Sandstrand wird einem der Rest abverlangt, bis man glücklich und wund vom Sand ins Ziel läuft.



Karsten Sasse und Sebastian Barsch (v. li) dominierten die Konkurrenz

## HT16-Doppelsieg beim Wakenitzman

Der mangelnde Wettkampfbetrieb während der Sommerpause macht kreativ: Die Freiwassersaison lädt zum Schwimmen im See oder Fluß ein. Und so gewann am 31.07.2011 Sebastian Barsch in 2:57,50 vor Karsten Sasse in 3:12,00 den vom TriSport Lübeck organisierten Wakenitzman – ein 14-km-Langstreckenschwimmen durch die Wakenitz vom Ratzeburger See bis zum Freibad Falkenried in Lübeck. Für die beiden Schwimmer war es ein Start-Ziel-Sieg. Beide konnten sich schon 100 m nach dem Start in Rothenhusen vom Feld absetzen und bis nach Lübeck ihr Rennen durchschwimmen. Für ca. 1 km schwammen die beiden noch zusammen, dann hatten beide ihr eigenes Tempo gefunden und Sebastian konnte sich Meter für Meter absetzen. Im Schnitt schwamm Sebastian ca. 4500 m/Stunde, Karsten lag bei gut 4200 m/Stunde.

Betreut wurde jeder der 60 Einzel- bzw. Staffelstarter durch ein persönliches Beiboot mit zwei Paddlern, die für Navigation und Verpflegung sorgten. Karsten wurde alle zwei Kilometer durch ein isotonisches und mit Kohlenhydraten angereichertes

Getränk versorgt, Sebastian hat sich alle drei Kilometer versorgen lassen. Ab Kilometer 8 kamen dann Krämpfe und Rückenschmerzen ins Spiel, aber der Wille, einen Doppelsieg zu erlangen, trieb die beiden weiter an. Bis auf einen Ausflugsdampfer, dem Karsten an der engsten Stelle der Strecke begegnete, war aufgrund des Wetters wenig Wassersport auf der Wakenitz zu finden, so dass das Rennen zwar einsam, aber auch ungestört absolviert werden konnte.

Undankbar für die begleitenden Paddler war der fast unaufhörliche Niederschlag, so dass sie am Ende von Kopf bis Fuß nass und durchgefroren waren. Luft- und Wassertemperatur betrug ca. 17°, aber die Schwimmer durften gegenüber 2010 dieses Jahr aufgrund der Wassertemperatur wieder mit Neoprenanzug schwimmen, den Paddlern blieb nur die Regenjacke. Nach der Ankunft gab es warme Getränke, Kuchen und belegte Brötchen für alle und zur Siegerehrung um 14.00 Uhr kam dann tatsächlich die Sonne heraus.

Fahrräder  
Zubehör  
Kleidung  
Ersatzteile  
Reparaturen

Partner der  
**HT16**



**FAHRRAD PAGELS**  
Meisterbetrieb für Zweiradmechanik  
Inhaber Jens Meer

**Fahrrad Pagels**

Horner Landstr. 191  
22111 Hamburg  
Tel 040 / 651 83 86  
Fax 040 / 651 24 54

info@fahrrad-pagels.de

www.fahrrad-pagels.de

HT16 Mitglieder erhalten bei uns Sonderrabatte



Rathauskicker und HT16



Senator Neumann gratuliert der Fußballabteilung

## Kunstrasen zum Jubiläum

Mit einem zweitägigen Fest hat die Fußballabteilung Anfang Juni ihr 100-jähriges Bestehen gefeiert. Am Himmelfahrtstag haben 20 Mannschaften am Jubiläumsturnier teilgenommen: Stolze Sieger sind die B-Jugendlichen der HT16. Höhepunkt des zweiten Tages war ein Fußballspiel einer HT16-Auswahl gegen die „Rathauskicker“.

Die Gastgeber siegten 3:1 und erhielten einen Ehrenpokal von Sportsenator Michael Neumann. Mit dem Senator und zahlreichen Ehrengästen feierten mehr als 60 aktive und ehemalige Fußballerinnen und Fußballer die offizielle Geburtsstunde der Fußballabteilung, die mit dem Aufnahmeantrag der HT16 in den Fußballverband am 3. Juni 1911 festgeschrieben ist. Unter den Gästen waren auch der Vizepräsident des HFV, Reinhard Kuhne, das Sportausschussmitglied der Bezirksversammlung Hamburg-Mitte, Aytekin Peker, und HT16-Ehrenvorsitzender Hans-Jürgen Kopka.

Seit 1952 wird an der Legienstraße unter Flagge der HT16 gekickt. Im Mai 1970 bestritt die neu gegründete Damenmannschaft der HT16 das erste Frauenfußballspiel der Hansestadt. Heute zählt die Fußballabteilung über 350 Mitglieder mit 14 Kinder- und Jugendmannschaften. Sportliches Flaggschiff sind derzeit die D-Juniorinnen von Trainer Marcel Brandt, die um den Aufstieg in die Verbandsliga kämpfen. Soziales Aushängeschild ist die seit Jahrzehnten wie selbstverständlich praktizierte Integration von Kindern aus verschiedenen Nationalitäten zu funktionierenden Teams.

„Mit 16 Mannschaften ist die Kapazitätsgrenze unserer Anlage erreicht“, sagte Sven Dahlgaard in seiner Rede und nutzte die Feierlichkeiten, für einen großen Kunstrasenplatz zu werben. „Bei Schmutdelwetter verwandelt sich der vorhandene Grandplatz in ein Matschfeld und bedeutet

Trainingsausfall und Spielabsagen. Das ist ein sehr unbefriedigender Zustand“, so der Vorsitzende. Das Bezirksamt Hamburg-Mitte hat bereits die Finanzierung eines Kunstrasenkleinfelds bewilligt, das 2012 den beschädigten Gummiplatz ersetzt. Zusätzlich gab's vom Fußballverband eine Spende von 500 Euro als Grundstock zu den notwendigen Eigenmitteln für den großen Kunstrasenplatz.



Stolze HT16-Jugend mit ihren neuen Caps mit Namen und Logo

## Berlin, Berlin, wir waren in Berlin!

Auch für unsere Handballjugend wurde es Wirklichkeit. Ziel war das traditionelle Kleinfeldturnier, der „BarLin-Cup“, eines der größten Jugendturniere in Deutschland. Rund 50 Kinder der Handballabteilung, von 7-12 Jahren, waren mit ihren Trainern Jutta Vis, Jana Backes und Lanny Schäfer ein Wochenende in der Bundeshauptstadt mit gutem Abschneiden aller Mannschaften, die Minis belegten

sogar den 2. Platz von 9 Mannschaften. Egal, wo man hinguckte, das HT16-Rot war überall zu sehen. Abteilungsleiter Lanny Schäfer war hochzufrieden: „Es ist alles gut gelaufen, die Kinnings waren super drauf, und wir sind alle gesund und unverletzt nach Hause gekommen.“ Das Turnier im nächsten Jahr steht schon im Terminkalender.



Aufmerksamkeit siegt: Aylin bekommt gute Tipps

sammenarbeit begeistert: „Das Konzept kommt bei den Kindern gut an. Langfristig hat sich die Kooperation bewährt und schafft sportliche Erfolge für die Schule.“ Bis in Hamburgs zweithöchste Liga hat es SAS-Schülerin Luisa Huyskens bereits geschafft und werkt trotz Abiturvorbereitungen an der Verbesserung ihrer volleyballerischen Fähigkeiten. „Ein tolles Beispiel, wie sich Sport und Schule ergänzen“, meint Ciupek.

## Young Stars

Die jüngsten Volleyballer der HT16 sind im Alter noch einstellig: Kim Fröhlich, Merle Lutz und die übrigen Jungen und Mädchen aus ihrer Trainingsgruppe schaffen das. Mit ihrer neuen Trainerin, Daniela Friedrich, wollen sie ab Herbst auch am Spielbetrieb der Jugendliga 5 teilnehmen. Zu dritt auf dem verkleinerten Feld und mit neuem Spielmodus – eine tolle Herausforderung. Der Hamburger Volleyball-Verband hat den Spielbetrieb für die ganz Jungen zu Beginn dieser Saison neu konzipiert, so dass die SpielerInnen pro Spieltag mehr Ballwechsel und verschiedene GegnerInnen erleben. Dass sich die Trainingsgruppe nur einmal pro Woche trifft, findet Daniela passend: „Wichtiger als viel Volleyball ist, dass die Kinder auch andere Sportarten ausprobieren. Davon profitiert ihr Volleyballspiel mehr als von frühzeitiger Spezialisierung.“

Jeden Freitag ab 17.30 Uhr lernen Jungen und Mädchen bis 10 Jahre gemeinsam in der Sporthalle Querkamp (Horn). Mitzubringen sind Sportschuhe und -kleidung sowie ein Getränk. Kontakt: [daniela.friedrich@ht16.de](mailto:daniela.friedrich@ht16.de)

## My Generation New Kids

Aus vielen unterschiedlichen Schulen führt die HT16 junge Volleyballtalente zusammen, um den Einstieg in die Sportart mit viel Spaß zu gestalten. Das größte Abenteuer der bevorstehenden Saison erleben die Mädchen der Geburtsjahrgänge 1998 bis 2000. Zum ersten Mal wird sechs gegen sechs und auf der Feldgröße der Erwachsenen (9x9 Meter) gespielt. Für Jolene West, Aylin Cetinkaya und Vanessa Niepelt steht altersbedingt die Hamburger Meisterschaft U16 im Vordergrund, während Adriana Nedic, Lea Pradel, Buket Okumus und Julia Kaevel noch ein weiteres Jahr Zeit zur Umstellung haben. Die vier werden zusätzlich an der Meisterschaft U14 im Februar 2012 teilnehmen. „Bis dahin soll nicht nur ein Spielsystem mit sechs Personen gelernt sein, sondern auch die Grundtechniken noch erfolgreicher angewendet werden. Es wäre toll, wenn die Spielerinnen zur Meisterschaft Angriffe im Sprung hinbekommen“, blickt Trainer Oliver Camp voraus. Da einige Mädchen bereits in den letzten Ferientagen die Volley-Woche zur Vorbereitung genutzt haben, steht einer erfolgreichen Saison nichts im Weg. Wer das Team als Fan unterstützen möchte, ist beim Heimspiel in der Jugendliga 3 am 6. November in der Sporthalle Hammer Weg um 15.30 Uhr herzlich willkommen.

Für neue Spielerinnen der Geburtsjahrgänge 1999 oder jünger findet das Training am Dienstag ab 17 Uhr in der Sporthalle Sterntalerstraße (Horn) oder am Donnerstag ab 18 Uhr in der Sporthalle Luisenweg (Hamm) statt.

Über Partnerschaften mit weiterführenden Stadtteilschulen und Gymnasien in Hohenfelde, Hamm, Horn und Marienthal können Kinder nach wenigen Trainingsmonaten bereits an Volleyball-Wettkämpfen teilnehmen, mit ihren Schulfreundinnen am bundesweiten Wettkampf „Jugend trainiert für Olympia“ und als Mitglieder der HT16 an Hamburger Jahrgangsmeyerschaften und anderen Volleyball-Events. Die HT16 sorgt mit ihren lizenzierten TrainerInnen für eine optimale Grundausbildung und Betreuung. Die neuen 5. Klassen an der Sankt-Ansgar-Schule, dem Gymnasium Hamm, dem Gymnasium Marienthal, der Stadtteilschule Hamburg-Mitte sowie der Klosterschule können Volleyball als freiwilliges Zusatzangebot wählen und in „ihrer“ Schulsporthalle lernen. Die frühe Teilnahme an Wettkämpfen sorgt für zusätzliche Motivation und zeigt den Kindern die Trainingsfortschritte. Hartmut Ciupek, Sportlehrer an der Sankt-Ansgar-Schule, ist von der Zu-



Jugendliche Volleyballerinnen feuern an und gucken sich Tricks ab

## Champions

Ungeschlagen ist das Frauenteam der HT16 in die Landesliga aufgestiegen. Kann das Team um Mittelblockerin Kirstin Dau dort bestehen? Die erfolgreiche Vorbereitung gibt Anlass zur Hoffnung. Im Hanse-Pokal (Juni) wurde erneut die Finalrunde erreicht und das Rote-Hammer-Turnier (August) gegen direkte Konkurrenz gewonnen.

**Zur Heimspiel-Premiere am 12. November ab 14.30 Uhr in der Sporthalle Hammer Weg sind der Barsbüttler SV und der SV St. Georg die Gegnerinnen. Der Eintritt ist frei.**

Da das Team erst Ende Oktober in den Wettkampf startet, bleibt noch Zeit, die Abstimmung zu verbessern und das Spiel schneller zu machen. Mittelfristiges Ziel des Teams ist es auch, den Leistungsabstand zum Team in der Bezirksklasse zu verkürzen und 16jährige Spielerinnen wie Jessica Hrkalovic und Anna Asantewaa an das höhere Niveau heranzuführen. „Auf jeden Fall wollen wir bei unseren Heimspielen in der Sporthalle Hammer Weg unser Publikum begeistern und grundsätzlich auch alle Spiele gewinnen“, legt sich Susanne Borkert fest. „Das mit der gefühlten ewigen Tabellenführung in der letzten Saison hat mir sehr gefallen!“

## Gummi-bärchen-Cup

Judoka unter 11 Jahren, die höchstens den 7. Kyu (orangener Gürtel) tragen, können am Gummibärchen-Cup 2011 teilnehmen. Am Montag, dem 3. Oktober, findet das beliebte Einsteiger-Turnier statt. Die Ausschreibung und weitere Informationen sind unter [www.ht16-judo.de](http://www.ht16-judo.de) zu finden.



Spektakuläre HT16 Spezialtechnik Uchi Mata

## „Wir“ gewinnt

Der aufmerksame Leser des Artikels über die XIX. HT16 Open aus der letzten Ausgabe des HT16-Spiegels wird sich fragen: „Ist es so gekommen, wie vermutet? Sind die HT16 Open auch in 2011 verlaufen, wie in den Jahren zuvor?“

Darauf gibt es zwei Antworten: Ja und Nein. Das Schöne daran ist: Beide Antworten sind gute Nachrichten. Ja - es hat wieder alles wie am Schnürchen geklappt. Viele Helferinnen und Helfer sorgten dafür, dass der Zeitplan eingehalten und damit allen rund 650 Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein angenehmer Turnierverlauf garantiert werden konnte.

Und Nein - hatten 2010 noch elf HT16er eine Treppchen-Platzierung erkämpft, sind in diesem Jahr insgesamt 17 erste bis dritte Plätze erkämpft worden. Unser selbst gestecktes, ehrgeiziges Ziel von zehn Goldmedaillen haben wir dabei leider nicht erreicht.

Außerdem konnten wir einige der "kantigen Ecken", die jede Veranstaltung dieser Größe zwangsläufig hat, weiter "abschleifen". Das bedeutet aber auch, dass uns einige Dinge aufgefallen sind, die wir nächstes Jahr noch besser machen können und werden. Dank hervorragender

Leistungen der Kampfrichter und Wertungstischbesetzungen sind die als notwendig kalkulierten Pausen zwischen den Altersklassen zu lang gewesen. Eine entsprechende Optimierung für die kommende - die 20. Auflage des größten Judo-Turniers in Norddeutschland zu Pfingsten - ist bereits in Vorbereitung. Denn auch 2012 wird es Pfingsten wieder heißen: Willkommen bei den HT16 Open!

**Übrigens: Pfingsten 2012 ist am 26. und 27. Mai. Weitere Informationen und Bilder auf [www.ht16-judo.de](http://www.ht16-judo.de)**

## 1.000 Punkte

Bis zu den Sommerferien haben HT16-Judoka insgesamt 493 Ippons (vorzeitige Siege) bei Turnieren und Meisterschaften erzielt. Schaffen wir im zweiten Halbjahr die 1000 pro Jahr? Aktuell führt Dimitri Steigmann mit 34 Punktsiegen die interne Rangliste an. Eine hervorragende Leistung, die auch dem Hamburger Judo-Verband auffällt: Die HT16 stellt zur Zeit 15 von insgesamt 49 Kaderathleten und -athletinnen des Hamburger Judo-Verbands - mehr als 30%.

Ihr Partner für finanzielle Sicherheit

Altersvorsorge + Baufinanzierung + Gesundheitsvorsorge + Geldanlage + Versicherungen

Wie immer Ihre Pläne für die Zukunft aussehen: Wir haben eine Rund-um-Lösung für Sie. Mit unserer Allfinanzstrategie gestalten Sie Ihre Zukunft sicher und angenehm - in allen Bereichen, in denen es um Finanzen und Vorsorge geht. Sprechen Sie mit uns über Ihre Ideen und Vorstellungen.

Rufen Sie an: Ich berate Sie gern.

Partner der  
**HT16**



»Sehr gut« für Ihre Finanzen

Top Service + Top Beratung + Kompetenz + Qualität

Früher am  
Später danken!

Deutsche  
Vermögensberatung

Blim für  
Deutsche Vermögensberatung  
Philipp Wilhelm König  
Oehlbeckerring 2  
22419 Hamburg  
Telefon 04028571226  
Philipp.Koenig@dvbg.de

# farbspiel!

frisch – frech – kompetent



IHR HT16 FRISURENPARTNER



SONDERPREISE FÜR MITGLIEDER

farbspiel!  
Sievekingallee 61      Tel. 20 34 35

farbecht!  
Horner Landstrasse 161      Tel. 655 45 42

farbrausch!  
Hammer Steindamm 55      Tel. 20 29 49

## Fuxx-Jagd in der Horner Geest

Mit Beginn des neuen Schuljahres sind die SPORTFÜXXE auch an der Grundschule Sterntalerstraße aktiv. Neue Trainerinnen ergänzen das Team, und über hundert Kinder entdecken neugierig die Welt der SPORTFÜXXE. Ein bewegungsreicher und spannender Herbst steht bevor.

Schon in den Kennenlernstunden wird den Jungen und Mädchen klar: Ich will SPORTFÜXX werden! ErstklässlerInnen erfahren von älteren Geschwistern oder MitschülerInnen von den Trainingsangeboten, wollen den "Großen" nacheifern. Die SPORTFÜXXE sprechen sich rum. An mittlerweile einem Dutzend Grundschulen nutzen Kinder das wohnortnahe und abwechslungsreiche Angebot. Neu dabei sind die Klassenstufen 1 und 2 der Grundschule Sterntalerstraße in der Märchensiedlung am Rand der Horner Geest. "Wir haben die Bandbreite des SPORTFÜXX-Trainings in allen Klassen demonstriert", sagt Trainer Sebastian Henne. Zwei Sportunterrichtsstunden lang konnten sich die GrundschülerInnen im Klassenverband von den Inhalten und dem Trainer überzeugen. Danach beginnt das Training am frühen Nachmittag und wird zum freudigen Wiedersehen: Bereits auf dem Schulhof, auf dem Weg zur Sporthalle, wird Sebastian von lauten "Hallo, SPORTFÜXX!"-Rufen begrüßt.

Doch die SPORTFÜXXE bieten mehr als regelmäßige Bewegungsangebote in den Schulsporthallen. In diesem Herbst nehmen die Klassenstufen 1 und 2 an der Kinderolympiade und am Hamburger Schulturncup teil, im Winter lockt eine spannende Sporthallenübernachtung in der Riesenhalle der HT16 am Sievekingdamm und im Frühjahr stehen Ausdauerwettbewerbe wie der Hammer Lauf auf dem Programm. Die Klassenstufen 3 und 4 nehmen im Sommer zusätzlich am Schülerinnentriathlon teil. "Die Wettbewerbe sind wichtiger Bestandteil des SPORTFÜXX-Konzepts", berichtet Programmkoordinator Oliver Weinel. "Die Familien stellen die sportliche Aktivität des Kindes in den Mittelpunkt und erleben den Spaß am Wettkampf gemeinsam. Egal, ob das Kind als Fünfter, als Zwölfter oder auf Rang 431 ins Ziel kommt - es hat sich auf den Wettkampf vorbereitet, sich getraut teilzunehmen und kann daraus Motivation und Mut mitnehmen." Der Diplom-Sport-

lehrer Weinel ist auch von den indirekten Erfolgen der Wettkampfteilnahmen überzeugt: "Es entwickelt sich eine Gemeinschaft über die eigene Schule hinaus. Kinder treffen sich bei den Wettkämpfen wieder und treten gemeinsam im roten Fuxx-Trikot zum Wettkampf an und erleben sich als wichtiger Teil einer erfolgreichen Gruppe."



SPORTFÜXXE am Stadtpark-See: Gemeinsamer Spaß - gemeinsamer Erfolg

Die SPORTFÜXXE sind ein offenes Angebot, an dem alle Kinder vorbehaltlos teilnehmen können. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund und lockt auch solche Kinder regelmäßig zum Sport, die in ihrem bisherigen Leben noch keinen Gefallen an Vereinssportangeboten gefunden haben. Durch die gute Zusammenarbeit mit vielen Schulleitungen, Klassen- und SportlehrerInnen nehmen auch viele Kinder aus Familien mit geringem Einkommen die Trainingsangebote der SPORTFÜXXE wahr. „Beide Zielgruppen sind für Sportvereine mit traditionellen Sportangeboten bisher kaum zu erreichen gewesen“, bilanziert Weinel. Durch das Programm „Kids in die Clubs“ der Hamburger Sportjugend können Familien mit geringem Einkommen von der Zahlung des monatlichen Beitrags freigestellt werden. Gut, dass es die SPORTFÜXXE gibt.

## Skikneipe

Wir trauern um unsere liebe Freundin, Elke Heine, die uns mit 70 Jahren am 16. Juli verlassen hat. Sie war von Anfang an dabei, als 1967 die Skiabteilung und 1988 die Skikneipe gegründet wurden. Mit Akkordeonklängen begleitete sie Veranstaltungen und Feste.

Unvergessen bleiben uns ihre mit ihrem Mann Peter organisierten Ausflüge und Unternehmungen. Nur einige sollen hier erwähnt sein:

Die Opernaufführungen in Schwerin, stets verbunden mit einem Tagesprogramm wie Picknick, Schifffahrt usw., Busausflüge nach St. Peter-Ording, Ausflug nach Schleswig (Heitabu) und vieles mehr.



Elke Heine mit ihrem ehemaligen Redaktionskollegen Klaus Weigle

Als Charly Behrendt vor einigen Jahren den Vorsitz unserer Kneipe ablegte, war es Elke, die sich bereit erklärte, das Amt zu übernehmen.

Ihre freundliche, ruhige Art haben wir sehr geschätzt. Wir danken ihr für alles, was sie für uns getan hat. Sie wird uns fehlen, unsere Elke.

C.L.

Auch die Redaktion trauert um Elke Heine. Fast 10 Jahre schrieb sie mit vielen Ideen und anschaulichen Texten über das Leben in der HT16. Wir behalten sie in unserem Herzen, und unser Mitgefühl gilt ihrem Mann Peter und den drei erwachsenen Kindern.

Sven Dahlgard

## Jahnkneipe

Mit tiefer Betroffenheit erhielten die Kneipfreunde und Teilnehmer der Sportgruppe Lür-Tobaben die traurige Nachricht, dass unser langjähriges Kneipmitglied, Peter Plehn, am 29. Juli nach langer, schwerer Krankheit seinen Frieden gefunden und uns für immer verlassen hat. Mit diesem für uns schmerzlichen Verlust haben wir einen guten langjährigen Sportfreund verloren. Seit 1986 war er der HT16 angehörig und in der Kegelnabteilung sportlich tätig. Hierbei beteiligte er sich aktiv an Wettkämpfen.



Peter Plehn

Mit Eintritt in das Rentenalter wurde er im September 1997 Mitglied der Jahnkneipe und der Sportgruppe Lür-Tobaben. Hier spielte er mit sportlichem Ehrgeiz und Elan Prellball. Aus gesundheitlichen Gründen war es ihm seit längerem jedoch nicht mehr möglich, daran teilzunehmen. An den Abenden der Jahnkneipe nahm er ständig teil und beteiligte sich stets an den Gesprächen und Diskussionen. Bei der am 1.9.1999 durchgeführten Neuwahl des Kneipvorstandes wurde er einstimmig als Kneipwart gewählt. Diese ihm ehrenamt-

lich anvertraute Aufgabe erfüllte er zur vollen Zufriedenheit und Anerkennung. Immer kam er vorbereitet mit Vorträgen und Beiträgen, um die Kneipabende interessant zu gestalten und zu Diskussionen zu animieren. Auch hier war es ihm aus gesundheitlichen Gründen nicht vergönnt teilzunehmen. Unseren Kneipfreund und Sportkameraden Peter werden wir vermissen. Wir werden ihn stets in guter Erinnerung behalten. Dennoch wollen wir nicht trauern, dass er von uns gegangen ist, dieses wäre nicht in seinem Sinne, sondern dankbar sein, einen guten Freund und Weggefährten gehabt zu haben. Wir werden seine menschliche Wärme, seinen stets bei den Ehrenämtern engagierten Einsatz vermissen. Unser tiefes Mitgefühl gilt seiner Frau Christa.

K.H. Roya

## Kneipe B

Mit einem eher gemütlichen als sportlichen Kegelnachmittag begrüßten wir die Sommerzeit, deren gefühlter Eintritt dann auch noch auf sich warten ließ.

Der 6. April gab Anlass, der Gründung der Kneipe B vor 125 Jahren zu gedenken. Damals war das Gerätturnen der Männer eine tragende Säule der HT16. Noch nach Bau der Jahnhalle vor über 50 Jahren turnten 10 Riegen a 10 Turnern in Halle A. Die Kneipen stellten einen erheblichen Teil der Amtsträger und Ehrenamtlichen des Vereins. Der allgemeine Rückgang des Männerturnens ließ unsere letzte aktive Riege zum einsamen Anlaufpunkt für Turninteressierte werden mit manchmal erfolgreicher Hilfe für angehende Abiturienten und Sportstudenten.

Die Frühjahrswanderung führte uns von Hanstedt durch das Auetal. Die Negerbrücke war der Wendepunkt und Treffpunkt von Wanderern und Spaziergängern. Ganz wichtig: Mittagessen und Kaffeetrinken. Unser Wanderwart hatte auch gutes

Ihr kompetenter Partner rund um die EDV

# APHSS

Andreas Panckow Hardware - Software - Service

• Beratung • Planung • Verkauf • Installation • Konfiguration • Wartung

## 0170 - 807 66 98

www.aphss.de

Info@aphss.de

Verkauf von: Computer, Server, Netzwerk und Zubehör, Software und Telefonanlagen

Analyse, Beratung, Planung, Installation, Konfiguration und Support aller Komponenten.

Vermitteln von Internet- und Mobilfunkverträgen und Unterstützung bei der Einrichtung.

Einweisung, Schulung, Fernwartung.

# Erfolgswelle

## 9 Medaillen bei den Deutschen Meisterschaften in Berlin

Nach den - aus Sicht der HT16 - bisher erfolgreichsten Deutschen Meisterschaften gratulieren wir allen HT16 Aktiven zu ihren tollen Leistungen.

Einen Tag vor dem Ende der Deutschen Meisterschaften wurde es offiziell. Unsere drei Jungs Bastian Vollmer, Paul Wiechhusen und Max Claussen sind vom Junioren Bundestrainer Achim Jedamsky für die Jugendeuropameisterschaften 2011 nominiert. Dass sie nicht bis zum Schluss zittern mussten, haben die drei ihren bereits in den Vorläufen gezeigten sehr guten Leistungen zu verdanken.

Max Claussen erreichte über 50 m, 100 m und 200 m Rücken das A Finale und be-



Max Claussen am Start



Paul Wiechhusen auf dem Weg zur Goldmedaille

legte dort die Plätze 6, 8 und 7. In der Jahrgangswertung wurde er jeweils 2.

Nachdem unsere Brustspezialisten Bastian Vollmer und Paul Wiechhusen sich bereits durch ihre sehr guten Vorlaufleistungen für das A Finale über 100 m qualifiziert hatten und damit einen gewaltigen Schritt auf ihrem Weg nach Belgrad voran gekommen waren, lief es am Finaltag nicht ganz wie von ihnen erhofft.

Paul belegte im Finale über 100 m den neuen Platz und konnte damit an seine Leistung im Vorlauf nicht anknüpfen. Ähnlich erging es ihm über 200 m Brust. Hier schwamm er im Finale auf Platz 8. In seinem Jahrgang bedeutete dies Platz 2.

Bastian war mit Platz 10 im Finale über 100 m Brust überhaupt nicht zufrieden. Er musste sich damit trösten, dass er sein EM Ticket bereits durch eine sehr gute Vorlaufzeit fast sicher gebucht hatte.

Über die 100 m Brust wurde Paul Deutscher Jahrgangsmeister, und Bastian belegte Platz zwei. Er war neben den Bruststrecken auch auf den Schmetterling Distanzen unterwegs. Über 50 m unterbot er im A Finale die Normzeit für die EM und belegte den 8. Platz. Damit war er über diese Strecke auch gleichzeitig Deutscher Jahrgangsmeister. Über 100 m Brust holte er in seinem Jahrgang die Silbermedaille.

Eine sehr gute Gesamtleistung bei diesen Meisterschaften erbrachte auch Norman Marcus. Nach Bestzeiten über 100 m Schmetterling (Platz 23) und 400 m Freistil (Platz 16) krönte er die Meisterschaften für sich mit dem Finale über 200 m Schmetterling.

Nachdem Norman mit einer Verbesserung um fast 3 Sek. das Finale seiner Altersklasse erreicht hatte, steigerte er sich nochmals um fast eine Sekunde und belegte damit einen sehr guten 8 Platz.

Bei Marie Motylski waren die Leistungen etwas schwankend. Nach dem tollen fünften Platz über 800 m Freistil war sie mit Ihrer Zeit über 200 m Freistil nicht zufrieden. Über 100 m Schmetterling freute sie sich aber über ihre neue persönliche Bestzeit (Platz 19). Zum Abschluss der Meisterschaften belegte sie am Sonntag über 400 Freistil einen guten zehnten Rang in ihrer Altersklasse.

Shanann Bott (Jg. 93) hatte sich in diesem Jahr für einen Start über 400 m Lagen qualifiziert. In einem ordentlichen Rennen belegte sie einen guten vierten Platz.

Die HT16 gratuliert Euch zu Eurem tollen Abschneiden und wünscht weiterhin viel Erfolg.

**Wir machen Brot**

**mit Vollkornmehl frisch  
aus der eigenen Mühle**



**EFFENBERGER**  
VOLLKORN - BÄCKEREI

Infos + Verkauf: [www.effenberger-vollkornbaeckerei.de](http://www.effenberger-vollkornbaeckerei.de)

# Erfolgreichster Hamburger Verein bei den Norddeutschen Meisterschaften

In Hannover erstrahlte das HT16 Logo bei den Norddeutschen Meisterschaften mehrfach auf der Anzeigentafel. Insgesamt sammelten unsere sechs Schwimmerinnen und Schwimmer 28 Medaillen. „Eine tolle Leistung“ attestierte der mitgereiste HT16 Vereinstrainer Stephen Marous den Aktiven.

Die dreizehnjährige Marie Motyski aus Hamm erschwamm sich über 100 m Schmetterling ihren ersten norddeutschen Meistertitel. Dazu kamen noch zwei Silbermedaillen über 200 m Schmetterling und über 400 m Freistil.



Marie wurde erstmals Norddeutsche Meisterin

Nach einem Jahr USA Aufenthalt konnte die 18 jährige Ojendorferin Shannan Bott über 100 m und 200 m Schmetterling wieder für HT16 glänzen und zwei Bronzemedailien gewinnen.

Der siebzehnjährige Max Claussen holte sich sechs Titel: über 200 m Rücken (hier gewann er auch die offene Wertung) sowie 200 Freistil (offen Platz 3), 100 m Rücken (offen Platz 1) und 50 m Rücken (offen Platz 2).

Auf insgesamt vier Titel brachte es der achtzehnjährige Bastian Vollmer. Über 50 m Brust siegte er in der Jahrgangswertung als auch in der offenen Klasse. Über 50 m Schmetterling kam er zu seinem zweiten Jahrgangstitel. Über 100 m Brust ließ er nach Platz zwei in der Jahrgangswertung im offenen Finale seinen vierten Titel folgen. Dazu kamen noch zwei 2. Plätze im

Jahrgang über 50 m Freistil und 100 m Schmetterling.

Der achtzehnjährige Paul Wiechhusen siegte über 100 m und 200 m in seiner Altersklasse. In den Endläufen der offenen Klasse über 50 m und über 100 m Brust musste sich Paul seinem Vereinskollegen Bastian Vollmer geschlagen geben und erreichte so Platz 2. Dazu kam noch eine Bronzemedaille über 50 m Brust in seiner Altersklasse.

Der sechzehnjährige Norman Marcus holte sich drei Medaillen. Über 50 m und 200 m Schmetterling war es jeweils die Silbermedaille. Über 100 m Schmetterling erschwamm er sich Bronze.



Norman wird zweimal Norddeutscher Vizemeister

Die tolle Mannschaftsleistung der HT16 Schwimmer krönte die 4 x 100 m Lagendstaffel der Herren mit Platz 2 in der Besetzung Max Claussen (Rücken), Paul Wiechhusen (Brust), Norman Marcus (Schmetterling) und Bastian Vollmer (Freistil).

## HT16 PERSÖNLICH

**Karen Strumann –  
unsere „Neue“ für die Jugend**

Die Delegiertenversammlung bestätigte einstimmig die Wahl der Jugendversammlung zur neuen Jugendwartin: 26 Jahre alt, gebürtig aus Soest in NRW, Lehramtsstudentin für Sport und Deutsch, sportlich sehr interessiert und von Klein auf verschiedene Sportarten kennen gelernt und ausgeübt, Übungsleiterin in der HT16, seit 3 ½ Jahren für die Bereiche Kinderturnen, Schwimmen, Gymnastik und Seniorensport.



„In enger Zusammenarbeit mit den Abteilungen plane ich abteilungsübergreifende Veranstaltungen sowie attraktive Angebote für Kinder und Jugendliche in den Ferien (Reisen, Ausflüge, Bewegungsangebote), um die Gemeinschaft und das Miteinander der Jugend zu stärken.“ Hier hat sie sich bereits bei vielen Jugendevents als wertvolle Mitarbeiterin hervor getan und tolles ehrenamtliches Engagement bewiesen.

Vom Stress erholt sie sich gerne beim Tauchen und auf Reisen, die sie auch man bis zu den Malediven führen. Beim Kochen taucht sie aber gerne ab, höchstens mal „was Schnelles“, z.B. Pasta al dente.

Wir wünschen ihr für ihre Pläne alles Gute und viel Erfolg und der HT16, dass die Mitglieder von ihrem positiven Typ, ihrer Ausstrahlung, ihrer Vielseitigkeit und ihrem Können lange profitiert. Sie hat das Gespür für die Jugend.

Der HT16 Sport-Förderverein sagt seinen Mitgliedern Danke, die seit seiner Gründung die HT16 durch ihre Mitgliedschaft unterstützen. Es werden zunehmend mehr, die sich dazu entschließen, durch den Mitgliedsbeitrag von jährlich € 60,00 ihrem Verein – uns allen – zu helfen.

Auch Sie können und sollten dabei sein, um mit zu entscheiden, wofür das Geld verwendet wird. Es gibt immer etwas zu tun, und immer wird dafür auch Geld benötigt: sei es, dass notwendige Sanierungsarbeiten erforderlich sind oder Geräteanschaffungen anstehen und und und ....

Setzen Sie sich einfach mit uns in Verbindung, indem Sie den Abschnitt ausfüllen und in der Geschäftsstelle abgeben:

Ja, ich bin an einer Fördermitgliedschaft interessiert:

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

## VERANSTALTUNGEN

### OKTOBER 2011

- 1./2.10. Hamburger SprintCup im Schwimmen, Olympia-Stützpunkt Dulsbergbad
- 3.10. HT16 Judo Gummibärchen-Cup (U11-Einsteigerturnier), Sportzentrum Halle A
- 9.10. Tag der offenen Tür im Fitness-Studio, Sportzentrum Schwarze Straße 9
- 16.10. Tag der offenen Tür im Fitness-Studio, Sportzentrum, Schwarze Straße 9
- 26.10. Hamburg Gymnastics Schulturncup, Sportzentrum, Sievekingdamm 7
- 28./29.10. Hamburg Gymnastics, Sporthalle Wandsbek
- 30.10. Judo Vereinsmeisterschaften, Sportzentrum Halle A
- 30.10. Tag des Tanzens, 11-20 Uhr, Sportzentrum Halle E

### NOVEMBER 2011

- 6.11. 10-13 Uhr Kinder Turn Sonntag, Sportzentrum, Halle A
- 25.11., 18.00 Uhr, Preisskat, Tennisclubheim Hammer Steindamm 130
- 26.11. Jubilar- und Ehrenamtsfeier (gesonderte Einladung)

### DEZEMBER 2011

- 4.12. 14 - 18 Uhr Flohmarkt von A-Z mit anschl. Laternenumzug (17 Uhr), Sportzentrum, Halle A
- 4.12. Vereinsmeisterschaften im Schwimmen, Hallenbad Rahlstedt
- 4.12. 15.30 Uhr, Adventssingen mit Livemusik, Gedichten, Geschichten, Stollen, Tennisclubheim Hammer Steindamm 130
- 8.12. TrainerInnenkegeln, Bundeskegelbahnen Sievekingdamm
- 10.12. Abtanzball Jugendtanzkreis
- 10.12. Weihnachtsfeier der Schwimmabteilung
- 22.12. Weihnachtskegeln der Handballjugend, Bundeskegelbahnen Sievekingdamm 7

#### Danke dem HT16-Förderverein!

Die Schwimm- und Turnabteilung bedanken sich herzlich beim Förderverein unserer HT16 für die Unterstützung in Form vom Kauf neuer Geräte. Unsere Kinder staunten nicht schlecht, als plötzlich neue Spiel- und Turngeräte da waren, die sie mit Begeisterung nutzen. Dies ist ein wunderbares Beispiel dafür, wie Mitglieder der HT16 ihrem Verein mit Hilfe des Fördervereins gezielt helfen können. Auch Sie können unseren Abteilungen helfen, wenn Sie Mitglied im Förderverein werden.

#### Hamburg Gymnastics Schulturncup am 26.10. in der HT16

Grundschüler der ersten und zweiten Klassen treten am 26. Oktober 2011 beim 3. Hamburg Gymnastics Schulturncup in den Hallen der HT16 gegeneinander an. Schirmherrin ist HT16-Mitglied Jennifer Kießlich. Am 28. und 29. Oktober kämpfen 18 Teams aus 12 Nationen bei den „Hamburg Gymnastics - Turnkunst International“ in der Sporthalle Wandsbek um die Hamburg Team Trophy. Infos unter [www.hamburg-gymnastics.de](http://www.hamburg-gymnastics.de) oder auf Facebook. Fragen oder Kartenbestellungen: 040-28407010

Der **HT16** -Flohmarkt von A-Z

Sonntag, 4. Dezember, 14-18 Uhr

Sichern Sie sich jetzt bis 30.11. Ihren Platz!

Die Kapazität ist begrenzt, Standvergabe nach Eingang der Meldungen. Anmeldung schriftlich in der Geschäftsstelle.

Cafeteria

Bewegungslandschaft

Spielmannszug

Weihnachtsmann

Laternenumzug

## Tennis

In unserer modernisierten Tennishalle spielen Sie auf 3 Plätzen mit gelenkschonendem Veloursboden. Unsere wunderschön im Grünen gelegene weitläufige Außenanlage verfügt über 12 gepflegte Tennisplätze mit Rotgrasbelag.



## Squash

Mal wieder so richtig „auspowern“? Dann sind Sie im Sportpark genau richtig! 6 Squash-Courts, davon 4 mit Glasrückwand, warten auf Sie.



## Badminton

Der Sportpark Hamburg Öjendorf verfügt über eine der schönsten und größten Badmintonhallen Norddeutschlands. 9 Badmintonfelder auf modernem Schwingboden bieten grenzenlosen Badmintonspaß.



## Indoor Soccer

Indoor Soccer im Sportpark bietet rasanten und spannenden Fußballspaß für Jedermann auf drei Soccer Courts. Die Plätze sind mit einem hochwertigen, gelenkschonenden Kunstrasen mit speziellem Granulat ausgestattet und komplett von Banden und Netzen umschlossen, sodass der Ball ständig im Spiel bleibt. Die drei Courts haben eine Größe von jeweils 15 x 30 m mit 2 x 4 m Toren. Gespielt wird 4 gegen 4 plus Torwart. In der Halle befinden sich Zuschauertribünen, sodass das Spielgeschehen bequem beobachtet werden kann. Der Kick auf Kunstrasen ist auch immer etwas ganz Besonderes für die „Kleinen“. So bietet der Sportpark auch ganz spezielle Fußballpartys für Kindergeburtstage! Nach einem spannenden 90-Min.-Kick bekommen die Nachwuchskicker natürlich auch eine ordentliche Stärkung in unserer Gastronomie.

## Nach dem Sport...

Unser Sportangebot wird ergänzt durch einen Saunabereich mit Eukalyptus-Sauna, Finnischer Sauna und Dampfbad. Helle Ruheräume und ein Solarium stehen zur anschließenden Entspannung bereit. Für das leibliche Wohl sorgt unser „Sportpark Restaurant“ mit Sonnenterrasse und gemütlicher Kaminecke.

# Immer wieder ausgezeichnet.



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

**Haspa**  
Hamburger Sparkasse

Meine Bank.