



TSV Reinbek

Vereinszeitung
der TSV Reinbek
Heft 50
August 2018

Jörg Stöber
Sanitärtechnik
 Inh. Rogerio Afonso
 Tel. 040-722 48 15
 Herrengraben 4
 21465 Reinbek
 eMail auftrag@stoeber-sanitaertechnik.de

- Klempnerei
 - Bad-Sanierung
 - Dach- und Schornsteinsanierung
 - Kernbohrungen
 - Gasheizungen
 - Brennwerttechnik
 - Wartung und Reparatur sämtlicher Gasgeräte
- Notdienst**
0177-722 48 15



Brigitte und Holger Rosemann

Holger Rosemann

☎ 722 61 18

21465 Reinbek · Kampstraße 8
www.bestattungen-rosemann.de



Auf eine gute Nachbarschaftsfiliale.

Frisch umgestaltet – schauen Sie vorbei:



Filiale Reinbek
 Hamburger Straße 1
 21465 Reinbek
 Telefon 040 3579-2312



Liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Freunde,

das 125jährige Jubiläum der TSV Reinbek liegt nun hinter uns. Wir haben ein Jahr voll intensiver, hochwertiger Ereignisse erlebt, die unseren Verein in seiner großen Vielfalt und Qualität dargestellt haben. Dabei ist es uns immer gelungen, mit beiden Beinen auf dem Boden zu bleiben und auch finanziell nicht aus der Rolle zu fallen. Wir haben einen Verein mit großer Tradition gefeiert, der es geschafft hat, viele Sportarten unter seinem Dach zu einen, ohne auf der Stelle zu treten. In diesem Zusammenhang möchte ich natürlich an unseren Ehrenvorsitzenden Uwe Plog erinnern, der wie kein anderer die TSV vorangebracht hat und leider im vorigen Jahr verstorben ist. Auch Christian Schröder, Uwes Nachfolger als Vorsitzender, möchte ich nicht vergessen, da er die Arbeit kontinuierlich fortgesetzt und neue Impulse gegeben hat.

Jetzt heißt es, nach vorne zu schauen. Die gesellschaftlichen Veränderungen entwickeln sich immer schneller und auch ein Sportverein muss sich entsprechend ausrichten, will er nicht auf der Stelle treten. Sinnbildlich für das Vorwärtsschauen und Sichentwickeln war für mich die große Tanzveranstaltung „AQUA“ zu Beginn des Jahres. Hier zeigten ca. 200 Kinder, Jugendliche und Erwachsene aus der Ballett- und der Jazzdance-Abteilung, welches tänzerische Potential und welche Phantasie im Vereinssport steckt. Besonders beeindruckt hat mich aber, dass diese Veranstaltung intensiv dazu anregte, sich damit zu befassen, wie gedankenlos wir Alle mit den Ressourcen unseres Planeten umgehen. In diesem Zusammenhang wurde deutlich, dass der Sport nicht nur um sich selbst kreist, sondern sehr wohl auch eine gesellschaftspolitische Verantwortung hat.



So ist die TSV Reinbek als große soziale Einrichtung nicht mehr aus dem gesellschaftlichen Leben der Stadt Reinbek wegzudenken. Wir haben die sich rapide verändernden Voraussetzungen zu begehen und nach unseren Möglichkeiten adäquate Angebote zu machen.

Daher ist es unumgänglich, im Rahmen der demographischen Entwicklung, die Angebote für die älteren Mitglieder zu erweitern sowie den immer wichtiger werdenden Reha-Bereich auszubauen.

Die sich schnell verändernde Kindertagesstätten- und Schulsituation stellt uns vor neue Aufgaben, die auch völlig neue Formen der Zusammenarbeit mit den Trägern erfordern. Daraus resultiert u.a. auch, dass wir schon heute neben den ca. 4.000 originären Mitgliedern ca. 1.000 Menschen betreuen, die auf andere Weise mit der TSV verbunden sind.

Natürlich stellen uns diese neuen Gegebenheiten auch vor neue Herausforderungen: Was kann unsere Geschäftsstelle noch leisten, gibt es überhaupt noch ge-

nügend Übungsleiter, reichen die räumlichen Kapazitäten noch aus?

Diese Themen heißt es jetzt verstärkt anzugehen, ohne die weiter auf uns zukommenden Aspekte wie z.B. Digitalisierung und E-Sports aus den Augen zu verlieren. Unsere Welt scheint unruhiger zu werden! Gerade deshalb sehe ich aber Vereine wie die TSV als ruhende Pole, in denen man sich verausgaben, erholen, ausruhen, besonders aber auch die Gemeinschaft genießen kann.

Ich wünsche mir, dass es lange so bleibt – vielleicht die nächsten 125 Jahre?! – und unser Verein trotz aller Veränderungen seine Lebendigkeit erhält!

*Mit herzlichen, sportlichen Grüßen
Norbert Schlachtberger*

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	S.	3
Vereinsleben	S.	4-5
TSV Reinbek	S.	6-7
Aikido	S.	8-9
Ballett	S.	10
Jazzdance	S.	11
Basketball	S.	12-13
FGF	S.	14-15
Fußball	S.	16-17
GeFit	S.	18-19
Handball	S.	20-21
Ju-Jutsu	S.	22
Judo	S.	23
Karate	S.	24-25
Kung-Fu & Tai Chi	S.	26
Kinderschutz	S.	27
Leichtathletik	S.	28-29
Reha	S.	30
Spielmanszug	S.	31
Schwimmen	S.	32-33
Tanzen	S.	34-35
Tennis	S.	36
Tischtennis	S.	37
Turnen	S.	38-39
Vereinsleben	S.	40-41
Vorberichte	S.	41
Kontakt/Impressum	S.	42



SPORT WOLGAST
DAS BEWEGENDE SPORTGESCHÄFT IN BERGEDORF



**Partner und Teamausstatter
der TSV Reinbek**

Sport Wolgast GmbH

Alte Holstenstraße 15 (neben dem Hansa Kino)
21031 Hamburg · Tel. (040) 725 44 937
Fax (040) 726 938 77 · eMail sport-wolgast@t-online.de



Ganztagschulen und die TSV Reinbek? – Wir bewegen euch!

Thematisiert wird immer wieder und immer öfter, dass bestimmte Schülergruppen heute durch die längere Schulzeit weniger Interesse haben oder Zeit aufbringen können, um Sport zu treiben. Dies hat unmittelbare Auswirkungen auf die Motorik und das Sozialverhalten der Kinder. Viele „kleben“ in ihrer Freizeit nur noch vor Computern oder Fernsehern, wodurch viele Kinder schon in jungen Jahren den Hang zur Übergewichtigkeit haben. Jedoch müssen Kinder in der Regel gar nicht zum Sport motiviert werden, da sie über einen natürlichen Bewegungsdrang verfügen. Außen tut sich dieser in unterschiedlichen sportlichen Interessen, welche wir durch unser Angebot bestmöglich abdecken: Über unterschiedlichste Ballsportarten und Tanzangebote hin zu Dance-Fitness oder Yoga.

Der Ganztag in den Schulen bietet die ideale Gelegenheit diesen genannten Problemen entgegenzusteuern. Die TSV Reinbek bietet Kindern und Jugendlichen den Raum, sich auszuprobieren, Gruppenprozesse positiv zu erleben, eigene Stärken zu entdecken und die Freude an der Bewegung auszuleben – ohne Leistungsdruck und unter Anleitung von qualifizierten Übungsleitern.

Um den Anforderungen des Ganztages gerecht zu werden ist eine Kooperation zwischen Schulen und unserem Sportverein sinnvoll, in der wir den qualifizierten außerschulischen Sport gewährleisten können und auch die zeitkritischen Aufgaben im Alltag, wie



z.B. das Finden von Vertretungen durch den dazugehörigen BackOffice Bereich organisieren.

Im Schuljahr 2018/19 findet dann, zu vorher festgelegten Terminen, eine Bewertung und Auswertung der Angebote durch den Verein und die Schulen statt und es können Termine für Gespräche zur Optimierung vereinbart werden. Vom Verein werden ebenfalls die Trainer befragt und das erhaltene Feedback wird den Schulen mitgeteilt. So wollen wir als treuer und verlässlicher Partner nicht nur den Schulen Vielfalt und Sicherheit ermöglichen, sondern auch den Kindern den Ausgleich im Ganztags-Alltag schaffen.

Unsere Erfahrung zeigt, sehr viele Kinder sind daran interessiert mehrere Bewegungsarten auszuprobieren. Diese Entwicklung begrüßen wir und wollen den Kindern, gerade an Grundschulen, durch unser vielfältiges Angebot diese Möglichkeit bieten. An weiterführenden Schulen steht dann eine Spezialisierung im Vordergrund. Die Schüler sollen sich je nach Sportart mit ihren Mitschülern messen können. Somit hoffen wir, alle Kinder, die wir mit unserem Angebot erreichen, auch im folgenden Schuljahr zu begeistern und durch diesen spannenden Ausblick die Trauer über das Ende der Sommerferien von Anfang an in Motivation und Spaß ummünzen zu können.

Seniorenfrühstück mit Gymnastik

Jeden 2.ten Mittwoch im Monat lädt der Seniorenbeirat der Stadt Reinbek zu informativen Frühstücken entweder in die Begegnungsstätte Neuschönningstedt oder in das Jürgen-Rickertsen-Haus ein. Der Seniorenbeirat, der durch 11 gewählte Mitglieder*innen die Belange der Reinbeker Senioren in der Politik vertritt, hat sich mit der TSV Reinbek seit 2011 verknüpft. Daraus sind schon viele gemeinsame Aktionen entstanden. Unter anderem Vorträge über gesunde Ernährung und Sport oder Bewegungsangebote zur Rehabilitation nach Erkrankungen. Die Frühstücksveranstaltungen werden regelmäßig von unserer Seniorenvertretung mit kleinen Bewegungseinheiten begleitet (siehe Foto). Die Veranstaltungen sind immer sehr ausgebucht und



werden von ca. 80-100 Teilnehmer*innen besucht. Die Vorträge erstrecken sich neben den bereits genannten Themen auf alle Seniorenbereiche. So gibt es z.B. Referate der Polizei über den richtigen Schutz vor Verbrechen oder Notare berichten über Vorsorgevollmachten, auch die Verbraucherzentrale war schon eingeladen. Wer einmal dabei sein möchte, kann sich direkt beim Seniorenbeirat für die sehr leckeren Frühstücke anmelden.

Babette R.-Hilke

Kinderyoga in der Kita: Integrativ und präventiv

Seit Anfang des Jahres führt die TSV Reinbek zusätzlich zu den bereits bestehenden Kursen in Reinbeker Kindertagesstätten (Kitas) ebenfalls ein neues integratives Konzept durch. Yoga kann Kindern auf vielfältige Weise helfen, den Alltag gut zu meistern. Indem sich Kinder z.B. wie Tiere bewegen, oder lernen, wie ein Baum zu stehen, üben sie koordinierte Bewegungsabläufe, schärfen ihre Konzentrationsfähigkeit und ihre eigene Wahrnehmung und kommen zur Ruhe. Der günstige Effekt von Yoga beim Cortisol- und Stressabbau wirkt sich besonders bei Kindern mit belastenden und traumatisierenden Erlebnissen positiv aus.

Ein spielerisches und nonverbales Bewegungsangebot in der gesamten Gruppe fördert zudem die Integration von Kindern mit Migrationshintergrund.

Dehn- und Atemübungen und Fantasiereisen lösen Spannungen – auch bei den teilnehmenden Kita-Mitarbeiter*innen. So kann zudem auch Haltungsschäden, Koordinations- und Konzentrationsstörungen vorgebeugt und auf Lernschwierigkeiten positiv eingewirkt werden.

Das Angebot wird durch einen Impulsnachmittag für Familien durch die Trainer*innen der TSV Reinbek ergänzt. Mit theoretischem Input und prakti-



schen Übungen bekommen Eltern einen Eindruck von der Nützlichkeit eines Yoga-Angebotes für ihre Kinder.

Es wird einmal wöchentlich eine Unterrichtseinheit in der Bewegungshalle der Einrichtung von einer/m qualifizierten Trainer*in für Kinderyoga durchgeführt, sowie ein monatliches Treffen für die Eltern zusammen mit ihren Kindern geboten.

Die Stunde zielt genau auf die frühkindliche Entwicklung ab und schafft

einen (Bewegungs-)Ausgleich zum langen Alltag.

Durch die Einbindung der Eltern soll ein Gemeinsamkeitserlebnis geschaffen werden und auch die Lust, aber auch die Notwendigkeit von Sport in die Familien transportiert werden. Es wird also nicht einfach nur einmal in der Woche Sport in einer Kindertagesstätte angeboten. Die Wirkung, die der Kurs darüber hinaus in anderen Netzwerken auslösen wird, ist um ein Vielfaches höher.

Sport und Flüchtlinge

In der TSV wird nach wie vor Integrationshilfe gelebt. Alle Asylbewerber*innen können für ein halbes Jahr ohne Grundbeitrag unsere Sportgemeinschaft kennen lernen. Erst danach wird bei entsprechendem Nachweis der ermäßigte Beitrag fällig. Kinder und Jugendliche können an dem Projekt „Kids in die Clubs“ teilnehmen und kostenlos am Sport beteiligt werden. Es ist ruhig geworden um das Thema „Sport für Flüchtlinge“, denn unser Konzept für die Integration ist aufgegangen. Wir haben neben der anfänglichen Starthilfe immer wieder dafür plädiert, keine Sondergruppen für Flüchtlinge aufzumachen, sondern die sportinteressierten Flüchtlinge in die bestehenden Gruppen einzugliedern. Das ist uns gelungen, trotzdem bleiben wir offen für Anregungen und möchten uns in diesem Bereich gerne weiterentwickeln. Impulsgeber ist da der Landessportverband mit Fortbildungsveranstaltungen und die Vernetzungsarbeit mit den Integrationslotsen*innen in Schleswig-Holstein. Nach wie vor beteiligen wir uns an der Flücht-



lingsinitiative in Reinbek und werden vertreten durch Michael Rosenkranz. Es ist weiterhin wichtig, dass wir als Sportverein an den Diskussionen rund um den Bereich „Sport mit Flüchtlingen“ aktiv bleiben. Offizielle Prognosen sagen voraus, dass es auch weiterhin Flüchtlingsströme nach Europa geben wird. Diese werden nicht nur durch kriegerische Auseinandersetzungen entstehen, sondern wahr-

scheinlich auch durch die Veränderungen des Erdklimas, wodurch es immer mehr Länder geben wird, in denen das Arbeiten und Leben schwieriger oder gar nicht mehr möglich sein wird. Man sollte die Augen nicht verschließen, sondern sich schon jetzt darüber Gedanken machen, wie wir damit umgehen wollen / können.

Babette R.-Hilke



Reinbeker Sportfest: 16.9.2018

Seit vielen Jahren findet jährlich unser Sportfest statt. Rund 1000 Gäste werden bei diesem Fest erwartet. Klein und Groß, Jung und Alt nehmen gerne an dieser Veranstaltung teil.

Die Vorbereitungen dafür laufen bereits auf Hochtouren. Die Veranstaltung findet am 16. September von 11-14 Uhr im Sportzentrum Reinbek statt. Diesen Termin sollten sich alle schon mal dick in den Kalender eintragen. Zahlreiche Attraktionen laden zum Zuschauen und

Mitmachen ein. Neben Bungee Trampolin, Hüpfburg des E-Werks und Kinderschminken wird es in diesem Jahr wieder die Möglichkeit geben, das *DFB eJ McDonald's Fußball-Abzeichen* abzulegen. Die DFB-Trainer haben dazu einen spannenden Parcours erarbeitet: Wer die fünf Stationen durchläuft und dabei eine bestimmte Punktzahl erzielt, erhält als Auszeichnung das Fußball-Abzeichen in Gold, Silber oder Bronze. Außerdem wird die Kinder-Olympiade ausgetragen, ein

Wettbewerb für 5 bis 10 Jährige. Auf drei Parcours können sich die Kinder in Geschicklichkeit und Schnelligkeit messen und sich für das Finale der Hamburger Kinder-Olympiade qualifizieren. Zudem wird es Vorführungen und Schnupperstunden diverser Abteilungen geben.

Die Bewirtung erfolgt durch das Clubhaus, wo sich auch der beliebte Seniorenstammtisch trifft. Alle Angebote sind kostenlos. Gäste sind herzlich willkommen.

Schleswig-Holsteins Integrationslotsen*innen vernetzen sich vorbildlich!

Die TSV Reinbek macht sich stark für Sport für Alle und ist nicht nur gut vernetzt mit der Flüchtlingsinitiative in Reinbek und den Vertretern der Stadt, sondern trägt den Gedanken des gemeinsamen Sports auch über die Grenzen von Reinbek hinaus. Im Austausch mit anderen Flüchtlingsbeauftragten für den Sport des Landes Schleswig-Holsteins werden neue Ideen entwickelt und Informationen ausgetauscht. Diesmal war die Handwerkskammer Lübeck vom Landessport

-Verband eingeladen und zu Gast beim diesjährigen Vernetzertreffen am 24.3. in Neumünster. Es ging um die Zusammenarbeit von Sportvereinen und Jobcenter und Handwerkskammern. Sportvereine sind Wegbereiter für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Umgang miteinander und zeigen auf, welche Normen in der westlichen Welt gelten, wie z.B. Pünktlichkeit, Verlässlichkeit, Fairness und Verantwortung für das eigene Tun. Diese Werte sind enorm wichtig, nicht nur im

Sport, sondern ganz besonders auch in der Schule, in der Ausbildung und im Beruf. Hier wird schnell klar, welche tragende Rolle die Sportvereine durch ihre Integrationsarbeit leisten und somit ein wichtiger Indikator sind für eine funktionierende und zukunftsorientierte Flüchtlingspolitik.

Wer mehr über diese Arbeit erfahren möchte oder Informationen braucht, kann sich bei unserer Beauftragten für Sport mit Flüchtlingen, Babette Rackwitz-Hilke, in der Geschäftsstelle melden.

Seniorenarbeit in der TSV wurde ausgezeichnet!

Seit nunmehr 2011 besteht unsere Zusammenarbeit mit der KURSANA Villa Reinbek, und ist somit unsere am längsten bestehende Kooperation. Aus einem gemeinsamen Projekt entstand eine der vorbildlichsten Kooperationen zwischen Seniorenresidenz und Sportverein in Schleswig-Holstein. Durch unermüdete Gespräche zwischen der Zielgruppe (Bewohner*innen und Sportler*innen der TSV), den Betreuer*innen, den Übungsleiter*innen und der Direktorin Maria Cammaus sind Bewegungsangebote entstanden, die ihresgleichen suchen. Aus der Idee, Bewegung und Geselligkeit in die Seniorenresidenzen zu bringen, sind vielfältige Angebote entstanden. So reicht die Palette der sportlichen Veranstaltungen in der KURSANA Villa Reinbek von entspannenden Angeboten wie Atemgymnastik

und Qi Gong über Sitzgymnastik, Tänze im Sitzen, Bewegung für demenziell Erkrankte bis hin zu Gesundheitskursen, wie z.B. AKTIV 70⁺. Aber auch gemeinsames Singen gehört zum Repertoire der Übungsleiter*innen. Übungsleiter*innen, die in diesem Bereich arbeiten, brauchen ein hohes Maß an Sensibilität und die Bereitschaft, sich auf immer wieder neue Situationen einzustellen. Der Mensch mit seinen Bedürfnissen steht im Mittelpunkt und gerade bei dem älter werdenden Menschen sind diese sehr unterschiedlich und tagesabhängig. Die Interaktion mit den Teilnehmer*innen ist entscheidend dafür, dass die angebotene Gymnastik zum gewünschten Erfolg führt und Freude und Spaß an der Bewegung vermittelt wird. Und da darf man auch ruhig mal ungewohnte Wege gehen und gemeinsam wie in der Kindheit

Seifenblasen pusten. Die Kooperation umfasst sowohl kleine Veranstaltungen, wie z.B. zu Weihnachten eine Ballettaufführung der Kinder und Jugendlichen der TSV, als auch die regelmäßigen wöchentlichen Termine. Diese Art der Kooperationsarbeit findet ebenfalls für die umliegenden Seniorenresidenzen statt. So haben wir jetzt neu *Yoga im Sitzen* in der Residenz *Altenfriede* der Wicherngemeinschaft, bestehende Gruppen in der *Seniorenresidenz Reinbek* in der Bogenstraße und Bewegungsangebote an der frischen Luft beim *Bismarck Seniorenstift*. Für dieses Engagement und die Verknüpfungsarbeit haben wir nun den Breitensportpreis der Kategorie 2 erhalten. Die Auszeichnung ist mit einem Preis von 500 € verbunden.

Babette R.-Hilke

Unser neuer TSV-Bus

Nach fast 10 Jahren wurde es für unseren 5. Vereinsbus „Hälge“ Zeit in Rente zu gehen. Der Bus hat knapp 200.000 Kilometer hinter sich gebracht, hat viele Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu Spielen, Turnieren,

Wettkämpfen und Veranstaltungen gefahren. Er wurde in liebevolle Hände gegeben und leistet weiter seinen Dienst im Hundesport. In Abstimmung mit *Hälge 5* wurde *Hälge 6* im Januar in Betrieb genommen.



Delegierte wählten neuen 3. Vorsitzenden

Auf der Delegiertenversammlung am 26. April haben die Delegierten der TSV Hans-Jörg Carstensen zum neuen 3. Vorsitzenden gewählt.

Ein besonderes Augenmerk lag diesmal auf dem Tagespunkt Wahl. Hier stellte sich Hans-Jörg Carstensen, als Nachfolger von Barbara Mentz, zur Wahl und wurde von den anwesenden Delegierten einstimmig gewählt. Auch die Verlängerung der Berufung von Waltraud Lührs und Jens Wischnewski, als Referenten des Vorstandes, wurde einstimmig angenommen. Weiter wurde ebenfalls der Kassenbericht und der Bericht des Rechnungsprüfers, mit der Empfehlung der Entlastung des Vorstandes, einstimmig angenommen. Auf diesem Wege möchten wir uns für das entgegengebrachte Vertrauen in unser Handeln ganz herzlich bedanken.

Ebenso wurde eine zum 1.7.2018 wirksam werdende Beitragsanpassung beschlossen. Für alle gemeinnützigen Sportvereine sind die Mitgliedsbeiträge die wichtigste Einnahmequelle. Die Höhe der Beiträge steht immer im Zusammenhang mit den anfallenden Kosten, u.a. für den Sportbetrieb sowie für die Be-

triebs- und Organisationskosten. Zusätzlich soll die Qualität und das Niveau der Angebote erhalten bleiben. Somit bleibt es manchmal unumgänglich, Beitragsanpassungen durchzuführen, wenn die finanziellen Rahmenbedingungen dieses erfordern.

Aus diesem Grund haben die Delegierten eine Beitragsanpassung im Bereich der Grundbeiträge einstimmig beschlos-

sen. Der Grundbeitrag für Erwachsene, Jugendliche, *ermäßigte Erwachsene*, sowie der Familienbeitrag werden um 2,5% (Rundung auf eine Stelle hinter dem Komma), erhöht.

Die TSV wird auch zukünftig alles dafür tun, die Mitgliedsbeiträge stabil zu halten, um zufriedenen Mitgliedern ein umfangreiches Sportangebot anbieten zu können.

FSJ Bendix Klingler

Hallo! Mein Name ist Bendix Klingler. Ich bin 18 Jahre alt, komme aus Neuschönningstedt und habe kürzlich mein Abitur an der Sachsenwaldschule gemacht. Das FSJ nutze ich als Orientierung und Vorbereitung auf mein zukünftiges Berufsleben. Bis jetzt habe ich eine Ausbildung bei der Polizei oder ein Sportstudium in Erwägung gezogen.



Meine Freizeit nutze ich, um Tennis-training im TC-Schönningstedt zu nehmen und allerlei Sport mit Freunden zu treiben. Sport und Spaß steht bei mir im Vordergrund und ein FSJ in einem Sportverein wie der TSV Reinbek ist da genau das Richtige.

ELEKTROINSTALLATION

Unsere Elektrotechniker und Auszubildenden stehen Ihnen bei allen elektrischen Problemen kompetent zur Seite. Sie helfen Ihnen vor Ort, stellen den Kundendienst sicher und installieren die beauftragten elektrischen Anlagen und Komponenten.

In unseren Werkstattwagen halten wir Werkzeuge und Maschinen sowie die gängigen Ersatzteile für Sie vor. Alle erforderlichen Prüf- und Messgeräte werden mitgeführt.

Wartungs- und Inspektionsdienste gehören ebenso zu unserem Leistungsspektrum.

Wir bieten Handwerksleistungen in den Bereichen

- Gebäudeinstallation, Gebäudeautomation und Smart Home
- Moderne Steuerungen und BUS-Technik
- Energiesparende Beleuchtungslösungen
- Telekommunikationstechnik, Umrüstung auf VoIP
- Netzwerkinstallation
- Empfangsanlagen DVB-T/DVB-C/DVB-S
- Baustromversorgung
- Verteilungs- und Steuerungsbau
- Ruf- und Sprechanlagen
- E-Heizungen und Warmwassererzeugung
- Prüfung ortsveränderlicher Geräte nach DIN VDE 0701-0702
- Prüfung ortsfester Anlagen nach DIN VDE 0100-600



Qualifizierter Fachbetrieb der Innung





Geprüft nach VDE.
Nur bei Ihrem Innungsfachbetrieb!






Elektrobau Henry Kaulfuß GmbH



Elektrobau Henry Kaulfuß GmbH
Scholtzstraße 2
21465 Reinbek

Fon 040-728 169 0
Fax 040-728 169 21

info@kaulfuss-elektrobau.de
www.kaulfuss-elektrobau.de



Graduierungen im Aikido

Auf dem Weg der persönlichen Entwicklung im Aikido gibt es ein Graduierungssystem, welches eine Hilfe darstellen kann, den jeweils nächsten Entwicklungsschritt anzugehen. Die Anfangsgraduierungen, die Kyu-Grade, werden rückwärts gezählt und sind äußerlich, an der Kleidung, nicht weiter zu erkennen. Für die meisten Praktizierenden ist das große Ziel das Erlangen des „schwarzen Gürtels“ – durch genau diesen auch äußerlich zu erkennen und zusätzlich noch durch das Tragen des Hakamas, einem weiten, dunklen Beinkleid, deutlich dargestellt. Doch wenn man diesen „1. Dan“ erstmal erreicht hat wird bei aller berech-

tigter Freude und Zufriedenheit deutlich, warum dieser aus dem Japanischen mit „kleiner Dan“ übersetzt werden kann: hier geht das Lernen erst richtig los, sind doch nun alle Techniken im Wesentlichen vorhanden und können und müssen nun immer weiter verfeinert werden – eine intensive Arbeit an den eigenen Möglichkeiten. In der zurückliegenden Zeit konnten nach entsprechend erfolgreich abgelegten Prüfungen folgende Graduierungen vergeben werden:

10. Kyu: Pelle Brand, Julius Höhne, Ole Karsten, Kenya Kolkmann, Luca Patzelt, Anouk Schaefer, Timofej Trubatschow

9. Kyu: Philip Kock, Benedikt Schaefer, Elias Störk, Jovan Thiedig
 8. Kyu: Tom Seiffert, Lena Voigt
 6. Kyu: Oskar Pillath
 5. Kyu: Daniel Holstein
 4. Kyu: Felix Bock, Jeroen Keerl
 3. Kyu: Tim Baum, Felix Bohnhoff, Christopher Höhne, David Jaeschke, Samuel Jaeschke, Sabrina Voelcker
 2. Kyu: Boris Brauner, Pit Kraus vom Cleff
 1. Kyu: Max Beiße, Victoria Keerl
 2. Dan: Charlotte Engel
 3. Dan: Thilo Maack, Hilde Machate
 4. Dan: Janina Höhne
 5. Dan: Gisela Beckmann

Rüdiger Höhne

Aikido – »My Way«

Mein Trainer hat mich gebeten, diesen Artikel zu schreiben – und das habe ich zuerst abgelehnt, da sowas eigentlich nicht mein Ding ist. Jedoch hat er mich schon oft vor augenscheinlich unlösbare (körperlich und kopfmäßig) Aufgaben gestellt, die ich dann doch geschafft habe, daher habe ich dann schließlich

zugesagt.

Zuerst muss ich vorwegnehmen, dass ich eigentlich ein unспортlicher, bequemer Mensch bin. Daher fiel mir in der Jugend jegliche sportliche Betätigung nicht leicht.

Begonnen habe ich die Kampfkunst

Aikido erst mit über 30 Jahren. Das soll aber nicht heißen, das ich vorher nicht auch verschiedene Sportarten ausprobiert hätte. Wie z.B. Fußball, Schwimmen, Tennis usw. (sogar im Fitness-Club war ich schon) jedoch nicht länger als max. ein halbes Jahr. Dann war eigentlich immer die Luft raus.



Hier stellt sich natürlich die Frage, warum gerade Aikido und nicht eine andere Sportart? Zum einen der Wunsch, einen Sport zu finden, der mir dauerhaft Spaß bringt und zum anderen, eine Sportart zu wählen, die auch noch den Körper trainiert bzw. die Beweglichkeit verbessert.

Wie schon das Sprichwort sagt „In einem gesundem Körper wohnt auch ein gesunder Geist“ stimmt es für die meisten Menschen, dass man zum Beispiel nach einer Stunde Sport sehr viel besser ruhig und konzentriert arbeiten kann. Aber für viele Menschen, die sich bereits gerne sportlich betätigen, ist wahrscheinlich der Spaß genauso ausschlaggebend wie alle anderen Gründe (daher genieße ich eigentlich immer den Montagmorgensport um 6:00 Uhr).

Auf Aikido bin ich gestoßen, nachdem ich einen Artikel über Aikido in der Zeitung gelesen hatte. Ich habe mich dann umgeschaut, wo man Aikido trainieren kann und freudig festgestellt, dass dies direkt vor Ort angeboten wird.

Also bin ich gleich hingefahren, um mir das anzuschauen. Aber nein, ich durfte mir das nicht anschauen, sondern sollte gleich mitmachen. Hier musste ich schnell feststellen, dass dieser Sport gar nicht so einfach ist wie er aussieht. Zudem musste ich feststellen, dass ich schon sehr unbeweglich geworden war.

Heute bringt mir dieser Sport sehr viel

Spaß. Zumal die Trainingsatmosphäre sehr angenehm ist, da alle Teilnehmer immer freundlich, hilfsbereit und *sehr* geduldig sind.

Und ich bin nun schon über 10 Jahre dabei. Mit allen Höhen und Tiefen, die jeder Sport so mit sich bringt.

Wenn man mich fragt, was Aikido nun ist oder für mich bedeutet, dann ist dies eine schwere Frage.

Das Besondere an Aikido ist eigentlich, dass es hier nicht – wie bei anderen Kampfkünsten – darum geht, einen Gegner schnell auszuschalten, sondern darum, die beteiligten Personen nicht zu verletzen. Doch ist es dennoch eine wirkungsvolle Selbstverteidigung.

Da diese Kampfkunst nicht wett-kampfbezogen ist, sondern mit Partnern zusammen geübt wird, entsteht für mich ein sehr angenehmes Training, das ich dann auch in einem für mich passenden Tempo (also langsam) durchführen kann. Vor allem aber lernt man seinen Körper besser kennen und zu beherrschen. Am bemerkenswertesten fand und finde ich immer noch die Geduld, die die Trainer hier aufbringen, um einem die eine oder andere Technik beizubringen – selbst, wenn man nach dem vierten oder fünften Mal

des Erklärens immer noch ein verständnisloses Gesicht macht.

Dies war mein Einstieg in das AiKiDo. Somit habe ich mich hier erstmal auf den Do (Lebensweg) gemacht. Wobei hier eigentlich der Weg das Ziel ist, der ja Erfahrungsgemäß manchmal nicht einfach ist. Die weiteren Punkte Ai (Harmonie) und Ki (Lebensenergie) haben und werden sich mir sicherlich noch später erschließen.

So bleibt für mich nur zu hoffen, dass möglichst viele diesen Sport mit seinen schönen Seiten entdecken und merken, wie gut er der Gesundheit und auch der Gelassenheit tut.

Hendrik Wichards



www.ewerk-sachsenwald.de



Immer ein Volltreffer: Energie vom e-werk Sachsenwald

Als Unternehmen Ihrer Kommune haben wir Ihnen viel zu bieten:

- | Strom- und Erdgasprodukte für jeden Bedarf*
- | Kompetente Ansprechpartner direkt vor Ort*
- | Immer faire Preise und Bedingungen*

Wir machen uns stark für Sie!
Sprechen Sie mit uns: Tel. (040) 72 73 73-70

Vor Ort für Sie da! 



BALLETT

»AQUA – Vom Regentropfen bis zum Ozean...«

Am 24. und 25. März nahmen 200 Akteure mit der Tanzshow »AQUA« die Bühne im Sachsenwald-Forum in Beschlag. Im Rückblick war AQUA natürlich der Höhepunkt für alle Abteilungsmitglieder und für mich.

Der Erfolg war die Belohnung: Das Publikum war begeistert und viele haben sich wirklich Gedanken gemacht über unsere Umwelt, über das Verschmutzen der Meere und darüber, wie man sein Konsumverhalten verändern muss.

Kaum war die schöne Veranstaltung vorbei, ging auch schon das Training wieder los! Schon bald fingen wir mit kleineren Choreographien an, aber vor allem geht es jetzt darum, sich zu verbessern. Jede muss ehrlich mit sich selbst sein und erkennen: Wobei bin ich gut? Woran muss ich noch arbeiten?

Einige Mädchen sind in die nächste Gruppe gegangen, einige neue sind dazu gekommen... aber grundsätzlich geht es immer darum, dass man nicht still steht,

sondern seinen eigenen Lernprozess beschreitet und seine eigenen Ziele verfolgt.

Denn es geht nicht nur darum, Schritte zu lernen und höher zu springen, mehr Pirouetten zu drehen oder Spagat zu schaffen. Es geht darum, seinen Körper zu kennen und behutsam und verantwortungsbewusst damit umzugehen. Es geht aber auch darum, sich zu trauen, Hemmungen zu besiegen, die eigenen Empfindungen auszudrücken, die Musik durch die Bewegung in ein Bild zu verwandeln.

Dieser Prozess ist – Gott sei Dank! – nie zu Ende. Man kann, man muss immer weiter: Verstehen, üben, sich spüren, genießen, Rückschläge einstecken und Erfolge annehmen!

Ich freue mich auf das Tanzen mit euch und bin schon gespannt, welche Entwicklung jede von euch machen wird!

Júlia





AQUA – Wasser, H₂O... elementar!

Man dreht den Hahn auf, es sprudelt wie ein Wasserfall ... Wunderbar!

Nicht aber anderswo... Kapstadt 2018 kurz vor dem Tag zero. Während wenige Reiche vergnüglich in den Swimming Pool springen, andere nach jedem Tropfen ringen... DURST

AQUA lässt Blumen erblühen, Korallenriffe wachsen...ein Farbenmeer, doch wenn das Wasser versiegt, die Dürre einzieht,

Plastik die Meere überzieht, dann ist nichts mehr... außer Plastik statt Plankton...ja, real diese Schreckensvision

Müll über Müll... höchste Zeit für eine Rettungsmission, denn das Meer, das brennt... und die Zeit, die rennt und rennt ...

Kommt lasst uns neue Segel setzen, nicht auf Götter wie Neptun oder andere setzen, selbst was bewegen! Seesterkinder, Kraken, Fische... sollen weiterleben.

Lasst uns gemeinsam was tun gegen den Wasserverschwendungs-/Verschmutzungswahn!

AQUA... vom Regentropfen bis zum Ozean!





BASKETBALL



Die Basketballe trainieren in 9 Trainingsgruppen

Die **Mädchen** der Jahrgänge 2003-2008 nehmen als Mannschaft nicht am Spielbetrieb teil, da sie leider zu wenige sind. Einige von ihnen spielen stattdessen bei den Jungen in ihrer Altersklasse mit. Trotzdem bieten wir einmal die Woche ein Mädchenttraining an. Fester Bestandteil sind hierbei Technikübungen zum Werfen und Passen, sowie zur Defense. Ergänzt wird dies durch Seilspringen, Wurfspiele und einem Trainingsspiel am Ende. Das Training findet montags von 17 bis 18.30 Uhr in der Hans-Bauer-Halle statt.

Das Training der **U10** wird von Michelle und Svea geleitet. Mit der U10 wollen wir nach den Sommerferien an der Anfängerliga teilnehmen. Beim Training vermitteln wir die Sportart Basketball mit einfachen technischen Übungen und häufigem Spiel mit dem Ball. Es geht uns hauptsächlich darum, neben Grundkenntnissen auch den Spaß an der Bewegung weiterzugeben. Das Training findet jeden Freitag von 15 bis 16.30 Uhr in der Grundschule Klosterbergen statt. Über neue Gesichter würden wir uns sehr freuen.

In der vergangenen Saison hat die **U11** an fünf Turnieren teilgenommen und alle gewonnen. Sie traf dabei auf Mannschaften aus Bargteheide, Hen-

stedt-Ulzburg, Rendsburg und Lübeck. In der kommenden Saison wird die Mannschaft als U12 in den Spielbetrieb gehen. Die U12 hat mit ihrem Trainer Jan Bendrat auch schon an zwei Qualifikationsturnieren teilgenommen und wird in der Saison 2018/19 in der Landesliga starten.

Die **U14** hat in der Saison 2017/18 alle Spiele gewonnen und ist damit verdient Bezirksmeister geworden. Für die neue Saison hat die Mannschaft bereits zwei Qualifikationsturniere gespielt und sich für die Landesliga qualifiziert. Dort

wird die Mannschaft auf Kronshagen, Husum, Norderstedt, Rendsburg und Itzehoe treffen.

Die **U16** hat gleich zu Saisonbeginn 2017/18 eine Niederlage gegen die BG Herzogtum Lauenburg einstecken müssen. Danach haben sie aber alle anderen Spiele gewonnen, auch das Rückspiel gegen die BG Herzogtum Lauenburg und damit ist die U16 Meister der Landesliga geworden. Für die neue Saison hat auch die U16 zwei Qualifikationsturniere gespielt und sich dabei für die Bezirksliga qualifiziert.



BASKETBALL



Die **U18** hatte einen guten Saisonstart mit Siegen gegen die BG Herzogtum Lauenburg, Rendsburg, Flensburg und Oldenburg. Dann hat unsere U18 ihr Heimspiel gegen den MTV Segeberg verloren, aber gleich darauf folgte ein Sieg gegen Henstedt-Ulzburg. In der Rückrunde haben die Reinbeker alle Spiele sowie das Rückspiel in Segeberg gewonnen, sodass auch diese Mannschaft Meister der Landesliga geworden ist. Für die Saison 2018/19 hat sich die U18 auf zwei Qualifikationsturnieren für die Landesliga qualifiziert.

In der Saison 2017/18 spielte die **1. Herren** in der Oberliga und erreichte dort den 3. Platz. Nach dem guten Start von 6 Siegen in Folge kamen dann einige Niederlagen, unter anderem gegen den späteren Meister mit 2 und 3 Punkten, eine sogar erst nach Verlängerung. Leider zog sich das Verletzungspech über die ganze Saison hin, sodass die Mannschaft zwischenzeitlich auf den 5. Platz abrutschte. Aber dann folgten noch einige Siege und am Ende standen



sie auf dem 3. Platz der Oberliga.

Für die kommende Saison sieht es nicht ganz so gut aus, da einige Leistungsträger berufsbedingt die Mannschaft verlassen. Die Mannschaft wird mit Spielern aus der 2. und der U18 aufgefüllt und startet diese Saison in der Landesliga.

Die **2. Herren** erreichte in der Saison 2017/18 den 5. Platz in der Bezirksliga. Auch diese Mannschaft ist vom Umbruch betroffen; wir haben einige Spieler an die Erste abgegeben und einige verloren. Dadurch haben wir zurzeit nicht mehr genügend Spieler für zwei Herrenmannschaften. Wenn sich bis zu den Herbstferien noch genügend Spieler finden, können wir eine 2. Mannschaft nachmelden. Die Trainingszeit für die Zweite ist montags 20 – 22 Uhr in der Hans-Bauer-Halle.

Freizeitsport

Dienstag für Dienstag treffen sich unsere Freizeitsportler in der kleinen Halle des Gymnasiums. Alle spielen nach ihrem Leistungsstand zusammen Basketball, das Niveau reicht von ehemaligen Regionalligaspielern bis hin zu Anfängern. Gemein haben alle die Leidenschaft zum Basketball, ohne sich den Mühen von Konditions-, Technik- oder Taktiktraining zu unterziehen. Alle laufen nicht gerne ohne Ball. Jungs und Mädchen spielen hier gemeinsam Basketball.





FITNESS, GESUNDHEIT & FREIZEITSPORT

Drinnen und draußen für die Gesundheit

Die Abteilung *Fitness, Gesundheit und Freizeitsport (FGF)* hat 650 Mitglieder jeden Alters. Von Montag bis Samstag werden mehr als 50 Kurse verschiedenster Trainingsbereiche, Intensität, mit und ohne Zusatzgewichten angeboten. Von *Complete Body Workout*, über Yoga und *Triple C*, bis hin zu Atemgymnastik ist das Spektrum breit gefächert.

Es wird aber nicht nur in den Hallen trainiert. Unsere Rad- und Nordic-Walking Gruppen sind bei Wind und Wetter draußen und erfreuen sich großer Beliebtheit.

Durch das vielfältige und fast tägliche Angebot der Abteilung werden viele Mitglieder, nicht nur an einem Tag der Woche animiert, ihre Gesundheit durch



Bewegung oder Sport zu fördern, son-

dern es gibt auch Kurse zur Prävention für die Zeit nach der abgeschlossenen Rehabilitation.

Der Sportverein ist ein Treffpunkt und Kommunikationszentrum mit Gemeinschaft, das Freude schafft und Freundschaften bindet.

Im letzten Jahr wurden die verschiedensten Kooperationen weiter mit Leben gefüllt. Ob Sitzgymnastik in der KURSA-NA Villa Reinbek, ob Bewegungspark oder Aktiv 50 bis 70 plus-Kurse – alle wurden und werden mit Erfolg und gerne angenommen.

Auch in der Begegnungsstätte Neuschönningstedt konnten wir uns etablieren und hoffen, weitere Angebote durchführen zu können.

Sportabzeichen

Es hat schon Tradition: In den Sommermonaten bittet das Team von Eckhard Schlichting zum Training für die Abnahme des Sportabzeichens, jeden Mittwoch von 18 bis 19.30 Uhr. Die Abnahmen für das Sportabzeichen finden in regelmäßigen Abständen statt (alle Termine sind in der Geschäftsstelle und auf der Webseite der TSV veröffentlicht).

Bei so einer schlichten Mitteilung für die Vereinszeitung wollte ich es nicht belassen. So machte ich mich in meiner Funktion als Seniorenvertreterin auf den Weg zum Paul-Luckow-Stadion, bewaffnet mit einem Notizblock, Stift und Fotoapparat und freute mich auf ein paar entspannte Interviewminuten. Doch weit gefehlt! Kaum an der Tartanbahn angekommen, wurde ich herzlich begrüßt, und zwar mit den Worten: „Das ist ja toll, Babette, dass Du auch mitmachst!“ Oh, je, bei der Begeisterung waren alle Versuche, mich irgendwie rauszureden fehl am Platz. Und zu meinem Erstaunen fand ich hier nicht nur „meine“ Senior*innen wieder, nein, es waren alle Altersklassen dabei, von 6-88 Jahren. Nach einer kurzen Erwärmung über die gesamte Länge der Laufbahn ging es gleich mit den einzelnen Disziplinen los. Laufen, Springen, Seilspringen, Hochsprung, Weitsprung, Schleuderball, Steinstoßen, das sind nur einige Möglichkeiten, die man für das Sportabzeichen trainieren kann. Darüber hinaus werden noch die Abnahmen angeboten in Nordic Walking, Schwimmen, Radfahren oder Geräteturnen.

Liebe Leichtathleten, Ihr seid eine tol-



le Truppe, Eure Leidenschaft für diese Sportart ist ansteckend! Last but not least: Es wird dringend noch ein Trainer*in für die Abnahme des Sportabzeichens gesucht. Wer Interesse hat, die Prüfungs-

zulassung zu erlangen, kann sich bei mir in der Geschäftsstelle erkundigen oder kommt zum Training auf den Platz. Wir sehen uns.

Babette R.-Hilke

TELEFON 040-728 12 567

HEIZUNG • SANITÄR • TECHNIK

= MEISTERBETRIEB =

Bernd Mühlmann

MOBIL 0177-722 66 66

Plattierung

Klaus-Groth-Str. 11

Kundendienst

Wartung

Notdienst

Öl-Gasfeuerung

21465 REINBEK

Yoga

Seit nun fast 25 Jahren wird Yoga in der TSV unterrichtet. Anfänglich gab es nur eine sehr kleine Gruppe, Yoga hatte sich noch nicht etabliert und war für viele Menschen fremd und wurde als ein eher exotisches Bewegungsangebot betrachtet. Durch Schnupperangebote in der TSV wurden die Mitglieder*innen und Gäste neugierig und schon bald wuchs die Anzahl der Menschen, die Yoga im Sportverein praktizierten. Inzwischen gibt es in der TSV täglich mindestens ein Angebot aus dem Bereich Yoga & Entspannung. Dazu gehören Gruppen wie Yoga für den Rücken, Yoga & Meditation, Yoga & Bewe-

gung, Yoga für Kinder, Yoga für Eltern & Kinder, Yoga im Sitzen, Yoga für Menschen mit Handicap oder Yoga & Pilates (kurz: Yoyalates). Artverwandt sind die Kurse Entspannungsgymnastik und Atemgymnastik. Die Übenden kommen aus den unterschiedlichsten Gründen. Viele wollen auf sanfte schonende Art Kraft schöpfen, beweglicher werden, ihre Gesundheit verbessern oder einfach mal vom Alltag abschalten. Yoga ist angekommen in der breiten Öffentlichkeit. Die positive Auswirkung auf Körper, Geist und Seele wird nun auch von der Neurowissenschaft, Ärzten und Krankenkassen anerkannt.



Babette R.-Hilke

Senioren sport

Wir blicken zurück auf ein bewegendes Sport- und Gymnastikjahr. Unsere „UHU's“, die unter Hundertjährigen haben neben den vielen Sportangeboten wie Seniorengymnastik, Schwimmen, Radfahren, Gerätturnen, Leichtathletik auch wieder das ein oder andere Sportabzeichen abgelegt. Der älteste Teilnehmer ist 85 Jahre alt, der jüngste Teilnehmer ist 6 Jahre alt, beide legten mit Bravour das Sportabzeichen „Gold“ ab. Aber nicht nur im sportlichen Bereich glänzten unsere Mitglieder*innen: Viele Senioren*innen haben sich gleich mit zwei Aktionsständen am Sportfest beteiligt, die Seniorenmesse im Schloss Reinbek unterstützt und an zahlreichen Ausflügen teilgenommen.

Sehr beliebt sind z. Zt. die Ausfahrten



zum Bewegungspark Reinbek. Inzwischen nehmen so viele an diesen öffentlichen Terminen teil, dass wir zusätzliche ehrenamtliche Fahrer*innen dabei haben und mit zwei VW Bussen und Privat PK-

W's fahren. Die Termine am Bewegungspark können in der Geschäftsstelle abgefragt werden und sind für alle offen.

Babette R.-Hilke

TSV- Radgruppe 2018

Unsere ehrenamtlichen Radtourenleiter sind unermüdlich in der Vorbereitung und Durchführung ihrer Angebote. In diesem Jahr werden mehr als 20 Touren angeboten, die mit großer Beteiligung durchgeführt werden. Erika Tischler, Ilse Zander, Ruth Dunsing, Birgit John, Udo Schwarzenberger, Jürgen Heid und Günter Hübner sind lange im Vorfeld unterwegs, planen Stop's und Kaffeeinkehr. Vielen Dank an euch, die ihr allen Radlern ein großes Stück unserer Heimat sowie der näheren und weiteren Umgebung Reinbeks nahebringt.

Große Ehre wurde auf der Sportlehrung für das Jahr 2017 im Reinbeker Schloss der TSV-Radgruppe zuteil. Der Reinbeker Bürgermeister, Herr Warmer, lobte den sportlichen und ehrenamtli-



chen Einsatz der TSV-Radtourenleiter und überreichte uns eine Ehrenurkunde.

Auf dem Foto fehlen Ruth Dunsing und Ilse Zander.



Saisonrückblick der 1. Frauen

Zur neuen Saison bekam die 1. Frauen einen neuen Trainer. Jens Albers übernahm mit Unterstützung von CO-Trainer Olaf Heyen und der Betreuerin Nicole Albers ein hochmotiviertes Team. Nach den ersten Siegen in den Punktspielen und Pokalspielen fing die Mannschaft allerdings an, leicht zu schwächeln. Durch den harten Winter kämpften sie, wie viele andere auch, mit Verletzungen und Krankheiten, sowie mit einer ganz neu zusammen gewürfelten Mannschaft. Trotz einem Auf und Ab konnten sich die 1. Frauen in der Bezirksliga halten und durch einen Sieg im letzten Spiel die Saison auf dem 7. Platz abschließen.

Dies gelang nur mit Hilfe der Baugenossenschaft Sachsenwald, die die Mann-



schaft im letzten Jahr schon mit Trainingsanzügen und in diesem Jahr mit neuen Trikots ausgestattet hatte. Es ist schwer für eine Frauenmannschaft einen festen Sponsor zu finden, umso dankbarer ist sie für diese Unterstützung. Gerne neh-

men die Mädels weiterhin Fußballbegeisterte Spielerinnen ab Jahrgang 2002 in die Mannschaft auf. Wer Interesse hat kann sich gerne bei dem Trainer Jens Albers melden unter 0178-9270283.

Saisonrückblick der A-Junioren

Nachdem die Mannschaft im Jahr 2017 Vizemeister der Bezirksliga wurde, begann im Januar eine tolle Zeit in der Landesliga. Nach einem umkämpften Auftaktsieg auf dem heimischen Grandplatz begannen Kadermängel in folgenden Spielen die Trainer zu quälen. Aufgrund des Abiturs fielen einige Spieler weg und auch andere Mitglieder der Mannschaft widmeten sich anderen Interessen, sodass mehrere Spiele sogar in Unterzahl angetreten beziehungsweise zu Ende gebracht werden mussten. Es kamen auch ärgerliche und vor allem vermeidbare Niederlagen zustande. Trotz der schlechten Voraussetzung gab die Mannschaft jedoch nie auf, sondern lieferte souveräne Ergebnisse. Die A-Junioren konnten diese schwierige Landesliga-Saison sogar mit dem 5. Platz beenden. Aufgrund der dünnen Kaderbesetzung war die Mannschaft gezwungen, keine neue Saison im A-Jugend Bereich anzutreten.

Ein Großteil der Spieler wird nun in den Herrenbereich übergehen. Dieser Übergang wird so fließend wie möglich von den Trainern gestaltet, da die Jugendlichen nun schon seit mehreren Monaten in das Training der 1. Herren der TSV integriert wurden und auch schon an mehreren Testspielen teilnehmen konnten. Ein besonders großer Dank gilt an dieser Stelle auch den beiden Trainern Michael Meixner und Jörg Wustrack, die trotz der teils aussichtslosen Situation den Glauben an die Mannschaft nicht verloren haben und so erst diesen positiven Saisonausgang möglich machten. Die Jugendlichen wurden von



ihnen bestmöglich auf ihre erste Herrensaison vorbereitet, die für viele nun bald anbrechen wird.

Vielen Dank Michi und Jörg für diese tolle Zeit mit Euch.

2. Herren schafften Aufstieg

Vor der Saison hätte wahrscheinlich keiner mit einem Aufstieg der zweiten Mannschaft der TSV gerechnet. Zu knapp war der Klassenerhalt der vergangenen Saison. Zur neuen Saison war das Ziel, trotz einiger hochklassiger Neuzugänge, ein „einstelliger Tabellenplatz“.

Keines der ersten 7 Spiele ging verloren, so schwebte die Mannschaft bis zum 8. Spiel auf einer kleinen Euphorie-Welle, die durch eine 2:0 Niederlage beim damaligen Tabellenletzten aus Bostelbek

in aller Härte zusammenbrach. Danach folgten noch vier Niederlagen. Das Saisonziel war zwar ungefährdet, dennoch hoffte man, im Titelrennen mitmischen zu können.

Gerade rechtzeitig besann man sich wieder auf die eigenen Stärken und startete eine kleine Serie von 4 Siegen in Folge, was die Jungs wieder ganz weit nach oben spulte.

Innerhalb einer Woche traf man nun auf den SCVM 4. Und den TuS Berne

3., beides Mitkonkurrenten um den dritten Aufstiegsplatz. Leider setzte es – vor allem gegen den SCVM – sehr bittere Niederlagen und so richtig glaubte niemand mehr daran, aufzusteigen. Dennoch wurde weiterhin das im Winter korrigierte Minimalziel Platz 5 erfüllt. Da deutlich mehr drin war, konnte man die Anspannung und den Frust innerhalb der Mannschaft allerdings wahrnehmen. Da die Mitstreiter um den Aufstieg patzten, brauchte es zum Ende der Saison nur

noch einen Sieg für den Aufstieg. Dieser wurde am letzten Spieltag mit einem 3:0 gegen Preußen gesichert – große Party inklusive. Im Endeffekt haben wir eine sehr konstante Saison gespielt, standen zu keinem Zeitpunkt schwächer als Platz 5

da und trotz zwischenzeitlicher Ausrutscher konnte man mehrere Siegesserien starten. Zuletzt stand eine 2. der TSV in der Saison 2005/2006 für ein Jahr in der Kreisliga. Wir werden uns alle Mühe geben, dass es nicht bei einem Jahr bleibt.

Besonders bedanken möchten wir uns an dieser Stelle beim Trainerteam, die auch in schlechten Phasen nicht an uns gezweifelt haben sowie bei den vielen Fans und Spielerfrauen, die uns immer treu unterstützten.

1. Herren – Ziel erreicht

Zu Beginn der neuen Saison standen zwei Pokalspiele an. Das zweite verloren wir leider knapp, aber so konnten wir uns nun auf die Punkterunde konzentrieren.

Los ging es dort mit einem 0:7 Sieg im ersten Spiel. Der spätere Vizemeister und Aufsteiger ASV Bergedorf 85, holte uns jedoch auf den Boden der Tatsachen zurück. Ein Sieg und ein Unentschieden folgten, woraufhin wir eine Niederlage

entgegen nehmen mussten. Am Ende der Hinrunde standen wir als Aufsteiger auf dem 5. Tabellenplatz. In der Rückrunde wollten wir nichts mit dem Abstieg zu tun haben und das gelang uns auch. Nach einer guten Wintervorbereitung begann der Rest unserer Kreisligasaison. Es wurden Spiele verloren – teilweise auch sehr unglücklich. Insgesamt eine ergebnisreiche Saison in der wir unser Ziel – einstel-

liger Tabellenplatz – am Ende knapp mit dem 9. Platz erreichten.

Bedanken möchten wir uns bei allen Zuschauern, die uns bei Wind und Wetter unterstützt haben und hoffen, dass wir auch in der neuen Saison wieder guten Sport zeigen werden.

Im Fußball ist alles möglich

Das bewies die 1. E-Jugend unter dem Trainerteam Jens Albers, Jacqueline Albers und Steffi Ristau. Nach einer durchwachsenen Saison in einer stark gemeldeten Gruppe bedankt sich die Mannschaft, mit einem hervorragenden 2. Platz auf dem Turnier in Lohbrügge. Die Abschlussfeier am 29.6. im TSV Clubhaus war ausgelassen, der neue Sponsor – Erwin Matutt – dankte dem Team und war begeistert von der Spielqualität und der tollen Gemeinschaft im Team! Er kickte sogar noch mit den Jungs und sagte: „Ich komme gern regelmäßig, um euch zu unterstützen! Ihr seid ein klasse Team!“ Schon bald beginnt die Vorbereitung auf die neue Saison, dann auf dem 9er-Feld in der Kreisklasse, mit dem Aufstieg in die Bezirksklasse als Ziel. Das Potenzial ist vorhanden, nur muss es



jedes Wochenende abgerufen werden. Als Vorbereitung dient dieses Mal auch ein Turnier am 19. August in Aumühle,

an dem u.a. Holstein Kiel, der HSV und der FC St. Pauli teilnehmen.

1. Senioren – weiter erfolgreich

... im ganzen Land... möchte ich gerne sagen! Blicken wir zurück. Unsere Senioren (auf DFB-Ebene heißt es „Sport für Ältere“ in der Altersklasse ü40) wurde zur Saison 2007/08 gegründet. Bis zur gerade abgelaufenen Saison folgten 9 (!) Staffelmeister-Titel, im Anschluss wurde 6x die HH-Meisterschaft erspielt, 3x wurde der Heini-Jöns-Pokal gewonnen, 5x (das 6x folgt am 25.8.18) haben wir die TSV-Farben bei den Norddeutschen Meisterschaften vertreten (2013 Sieger, 2017 Vize-Meister) und 2x durften wir zum Saisonfinale auf Landesebene reisen und so bei der Deutschen Meisterschaft ü40, beim dfb-ü40-cup in Berlin teilnehmen. Hier wurden wir 2013 sensationell

Dritter (ungeschlagen, im Halbfinale nur im 11m-Schießen zu bezwingen, im kl. Finale den großen FC Bayern München 1:0 besiegt), im letzten Jahr 2017 belegten wir den 5. Platz ... Berlin ist immer eine Reise wert, DANKE DFB!

Mit der Saison 2016/17 wurden die ü40-Staffeln im HFV neu eingestuft. Es spielen jetzt die 24 besten Ü40 Mannschaften in zwei Verbandsliga-Staffeln. Die beiden Sieger spielen den HH-Meister aus und sind zudem direkt für die Norddeutschen Meisterschaften (NDM) qualifiziert. Bei den NDM wiederum dürfen Meister und Vize-Meister zur DM nach Berlin fahren.

2016/17 konnte die HH-Meisterschaft gewonnen werden. 2017/18 sollte diese Meisterschaft verteidigt werden. In der Staffelleisterschaft haben wir souverän unsere Leistung abgerufen, mit 21 von möglichen 22 Siegen konnten wir uns sogar noch steigern.

Im Endspiel um die HH-Meisterschaft kam es dann zur Neuauflage des letztjährigen Finals gegen Victoria HH. Hier zeigte sich unsere große mannschaftliche Geschlossenheit und in einem spannenden Finale siegten wir, wiederum nach Verlängerung, mit 1:0.

„Nur die TSV“ ... muss es bei den Fußballern auch weiterhin heißen können!



Für jedermann das richtige Konzept

Das GeFit wächst

Zugegeben, wir sind keine Abteilung mit glorreicher, langer Tradition, aber in bester Tradition der TSV Reinbek. Denn genau wie in der TSV jeder – ungeachtet seines Alters, seiner Leistungsfähigkeit oder seiner Einschränkung – ein passendes Programm findet, so stellt auch das GeFit für jedermann das richtige Konzept bereit. Alle von 14 bis über 100 Jahren sind bei uns willkommen.

Das richtige Programm für jedermann

Es trainieren bei uns nicht nur Kraftsportler, sondern auch Mitglieder, die ihre Leistungsfähigkeit für ihren Lieblingssport weiter ausbauen, oder einfach nur eine aufrechte Körperhaltung und Beweglichkeit behalten oder fördern wollen.

Fair bis fit

Mitglieder, die nach Operation oder Krankheit an ihrer Mobilität arbeiten wollen, um in ihrem Sport wieder richtig durchzustarten, bekommen von uns den richtigen Aufbau-Trainingsplan.

Da Fairness gegenüber unseren Mitgliedern selbstverständlich ist, akzeptieren wir natürlich auch Mitgliedschaften im GeFit für die kurze Dauer der Genesung.

Einladung zum Probetraining

Kommt zu uns, probiert das GeFit aus und werdet Teil eines neuen TSV-Kapitel.

Vereinbart gerne ein unverbindliches Probetraining zu den Öffnungszeiten des GeFit, direkt unter: Telefon: 040-4011326-0. Wir freuen uns auf Euch!





Mit Methode zu Muskeln

Ein modernes Trainingskonzept geht weit über das simple Stemmen von Gewichten hinaus. Man weiß mittlerweile, dass es drei Disziplinen sind, die einen starken Muskel ausmachen.

1. Kraft:

Diese Disziplin stellt man sich gemein hin sehr einfach vor: man stemmt ein paar Hanteln und der Muskel wird stärker. So einfach ist es jedoch nicht. Kraft teilt sich in mehrere Erscheinungsformen auf, als da z.B. wären Schnellkraft, Kraft-Ausdauer und Maximalkraft. Jede dieser Erscheinungsformen benötigt eine spezielle Trainingsmethode und Organisationsform.

Bestimmt wird die Methode durch die Anforderungen, die der Alltag des Trainierenden an seine Muskulatur stellt. So wird man bei einer Rehabilitation sicher eine andere Erscheinungsform von Kraft trainieren, als bei einem Aufbautraining für Sprinter. So individuell die Anforderungen an die Muskulatur, so individuell der Kraftaufbau. Wir stimmen jeden Trainingsplan individuell auf die Bedürfnisse eines jeden Mitglieds ab...und das alle zwei Monate aufs Neue.

2. Ausdauer:

Jetzt kommt zu der muskulären Komponente noch das Herz-Kreislaufsystem hinzu. Dieses versorgt die Muskeln mit Sauerstoff. Aus dem Sauerstoff wird vereinfacht gesagt Muskeltreibstoff hergestellt. Je mehr Treibstoff in kurzer Zeit hergestellt werden kann, desto leistungsfähiger ist unser Körper.

Es scheint also logisch, neben der Kraft auch unsere Ausdauer zu verbessern. Aber, wie sollte es auch anders sein, es gibt mehrere Erscheinungsformen von Ausdauer, wie z.B. die extensive Intervallmethode oder die intensive Dauermethode. Ohne Euch all diese Methoden nahe zu bringen, wird – glaube ich – deutlich, wie

wichtig das Wissen um diese Mechanismen ist, um den individuell passenden Trainingsplan zu erstellen. Auch hier richten wir uns in der Auswahl der richtigen Methoden nach den Anforderungen des Trainierenden an sein Herz-Kreislaufsystem und integrieren die Ausdauerübungen sinnvoll in den Trainingsplan.

3. Beweglichkeit:

Zu guter Letzt wird die Kraft auch durch die Beweglichkeit des einzelnen Muskels wie auch durch die Beweglichkeit des ganzen Körpers beeinflusst.

Lange Zeit von Kraftsportlern verschrien, sind Dehnungsübungen und fasziales Training elementar wichtig für die Leistungsfähigkeit der Muskeln.

Jedes Krafttraining sorgt für eine Erhöhung des Muskeltonus. Dehnt man sich über einen längeren Zeitraum nicht, so verkürzen sich der trainierte Muskel und die ihn umgebende Faszie gleitet nicht mehr richtig und schränkt so die Muskelaktivität. Ähnlich verhält es sich, wenn man sich nicht mehr ausreichend bewegt.

Kurz gesagt, Dehnung ist der Schlüssel für Lebensqualität bis ins hohe Alter! Wichtig ist es, die richtigen Dehnübungen zu nutzen, um den Körper aufzurichten. Diese zu finden und in den bestehenden Trainingsplan geschickt zu integrieren, ist unsere Aufgabe.





Umstrukturierung der Handball-Abteilung

Der Reiz des Handballspiels liegt in seiner Schnelligkeit, dem ständigen Wechsel zwischen Abwehr- und Angriffsverhalten aller Feldspieler und dem in hohem Maße geforderten Teamgeist. Mit Idealismus, sozialer Verantwortung und leistungsorientiertem Sport leisten wir einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag. Erfolge in der Jugendarbeit und bei den Erwachsenen sind keine Zufälle, sondern Ergebnisse kompetenter Trainer und freiwilliger Helfer mit großem Engagement.

Der Kinder-Sport-Handball ist eine gute Möglichkeit für Mädchen und Jungen, sich bei diesem Mannschaftssport mit Gleichaltrigen auszutoben und dabei noch Koordination sowie Geschicklichkeit mit dem Ball zu trainieren. Spielend wird bei dieser Sportart Teamgeist und Fairness gefördert. Es vermittelt nicht nur Spaß am Zusammenspiel mit anderen, sondern auch ein Bewusstsein für die Regelmäßigkeit im Rahmen des Sports.

Unsere SG Glinde/Reinbek wird in die Saison 2018/2019 mit 2 Damen-, 3 Herren- und 8 Jugendmannschaften in unterschiedlichen Leistungsklassen starten.

Die SG Glinde/Reinbek verbindet seit 1998 die Handballabteilungen der TSV Reinbek und des TSV Glinde – zwei der größten Sportvereine im Süden Schleswig-Holsteins.

Die Handballabteilung befindet sich zurzeit im Aufbruch. Nach gelungener Neustrukturierung sind nunmehr 19 Mitglieder ehrenamtlich im Vorstand der Spielgemeinschaft tätig. Unser Ziel ist es, den Handballsport wieder deutlicher in den Mittelpunkt zu bringen. 1-2 Heimturniere sowie unser Minispielfest sind nur ein kleiner Teil von dem, was wir in 2018/2019 auf den Weg bringen wollen.

Handball ist und bleibt unser Kernthema und deshalb wollen wir in den kommenden Jahren unser Training stetig wei-

ter verbessern sowie grundsätzlich dafür verbesserte Rahmenbedingungen schaffen. Aber das ist nicht alles, sondern kurz gesagt ist es uns wichtig, unseren Mitgliedern, insbesondere den Kindern und Jugendlichen, mehr als „nur“ Handball zu bieten. Vereinsleben ist mehr und kann mehr für jeden Einzelnen sein und dieses „mehr“ wollen wir fördern. Soziales Miteinander zu fördern und Gemeinschaft zu denken und zu leben ist ein Kernthema unseres Engagements.

Für Fragen und Antworten stehen wir Ihnen gerne jederzeit zu einem Gespräch bereit. Wir freuen uns jederzeit auf konstruktive Ideen und Anregungen, welche unseren Sport nach vorne bringen.

Sascha Balbach,
Jan Ninnemann,
Mona Kutscha

www.glinde-reinbek.de

Erfolgreicher Damenbereich

Die vergangene Saison 2017/2018 war keine gewöhnliche Saison. Vor Saisonbeginn fand ein kompletter Umbruch des Damenbereiches statt. Die beiden Mannschaften wurden neu gemischt und aufgeteilt. Der Sinn dahinter: Die 1. Damen sollte den Aufstieg aus der Kreisliga schaffen. Trotz einer neuen Aufteilung sollte der Gedanke des gemeinschaftlichen Damenbereiches jedoch beibehalten werden, sodass an 3 Trainingstagen weiterhin zusammen trainiert wurde. Lediglich bei den Spielen am Wochenende hat eine Trennung der beiden Mannschaften stattgefunden.

Mit einem kleinen Kader gab sich die 2. Damen kämpferisch. Sie steigerten ihre Leistung von Spiel zu Spiel, trainierten fleißig weiter und wuchsen als Team immer besser zusammen. Trotz Schwierigkeiten kann die 2. Damen auf eine im Großen und Ganzen erfolgreiche Saison zurückblicken, in der sie sich nicht aufgegeben hat.

Die 1. Damen entwickelte sich schnell zur Herausforderung für die gegnerischen Teams. Mit Tempo, Spielwitz, Ehrgeiz und viel Teamgeist konnte sie sich gegen die gegnerischen Mannschaften

durchsetzen und die Hinrunde ungeschlagen beenden. Zur Rückrunde wurde die Kreisliga dann in der Mitte geteilt, sodass sich die 1. Damen dort nur noch gegen die stärkeren Mannschaften behaupten musste. Doch auch dies stellte kein Problem dar, sodass ihr bereits drei Spiele vor Saisonende die Meisterschaft nicht mehr genommen werden konnte. Gekrönt wurde die Meisterschaft zum Ende der Saison mit dem ungeschlagenen 1. Tabellenplatz und dem Aufstieg in die Regionsliga Süd.

Meisterliche 1. mC-Jugend

Das Ende einer langen Saison krönte die 1. mC (Jg. 2003/2004) mit der Meisterschaft der Regionsliga Süd/Ostsee. Den Abschluss bildete ein 41:31-Heimsieg gegen die HSG Holsteinische Schweiz.

Ab Mai bis zu den Sommerferien hatte sich die 1. mC mit drei Trainingseinheiten pro Woche und bei zwei Turnieren vorbereitet. Danach spielten die Mannschaften der mC-Jugend von September bis Weihnachten in 3 Parallelstaffeln, um sich entweder für die Meisterschaftsrunde oder die anderen Platzierungsrunden zu qualifizieren. Mit 7 Siegen in 8 Spielen und Platz 2 wurde das Zwischenziel Meisterschaftsrunde erreicht.

In den Weihnachtsferien gab es keine Pause, sondern die Mannschaft besuchte erneut zwei Turniere. Eins davon war der dreitägige „Midtjysk Jule Cup“: mit ca. 2000 skandinavischen und deutschen Teilnehmern ein erster Saisonhöhepunkt. Mit Hilfe von vier Vätern, die als Chauffeure und Edelfans fungierten, verlief die-



ses Unternehmen erfolgreich, sodass die 1. mC optimistisch in die Spiele ab Mitte Januar startete.

Nun folgte eine Siegesserie von 9 Spielen, die Ende April den Meistertitel brachte. Dabei war der 27:23-Sieg gegen die Lübecker Turnerschaft der zweite Höhepunkt, denn gegen diesen Gegner hatte es zu Saisonbeginn die einzige Nie-

derlage gegeben.

Die 1. mC war somit die erfolgreichste SG-Mannschaft; zu ihr gehörten: Jannis Steindamm (Tor), Jona Bichmann, Timon Burkhardt, Enno Greis, Johann Hoerer, Bjarne Jehn, Mattis Lück, Luca Postoy, Tom Reinhold, Rasmus Riedel und Bennet Seeger; Trainer: Holger Nissen.



aktiv markt

Helge Kröger

Reinbek

Öffnungszeiten:

Montag - Samstag 7 - 21 Uhr

Am Ladenzentrum 1 (Täbyplatz) · 21465 Reinbek

Tel. 040 / 722 36 56 · Fax 040 / 722 25 68

Es wurde gut geschwitzt.

Es lag wohl nicht nur an der Außentemperatur, dass den Teilnehmern der Ju-Jutsu-Prüfung am 26.5.18 warm wurde. Die 10 Teilnehmer wurden von den beiden Prüfern, Henrik Stoldt, 5. Dan und Thorsten Wießner, 2. Dan, gut gefordert und da ein permanenter Partnerwechsel erfolgte, blieb die erforderliche „Betriebstemperatur“ permanent erhalten. Die Prüflinge haben dies aber gut gemeistert. Dies wurde denn auch so nach der für alle Teilnehmer erfolgreichen Prüfungen von den Prüfern betont.

Den 5. Kyu haben nun

Caspar Lohmeyer, Bernhard Meineke, Gaurav Oza, Daniel Menzel

4. Kyu sind nunmehr

Jochen Bartels SC Fudji Ahrensburg

Ralph Kabel

Jan-Morris Raudszus

Den 3. Kyu hat erreicht

Tom Schönicke, SC Fudji Ahrensburg

Die Prüfung zum 2. Kyu haben bestanden:

Dirk Assmus, SC Fudji Ahrensburg

Oliver Brall

Glückwunsch zu den bestandenen Prüfungen

柔術

3. Dan Ju-Jutsu für Thorsten Wießner



Thorsten mit einer Spezialtechnik und Geschenken der Ju-Jutsu-Gruppe

In den letzten Monaten hat er jede Trainingsgelegenheit genutzt, um sich intensiv und gezielt auf die Landesprüfung in Mölln vorzubereiten. Am 9.6.18 war es dann soweit. Mit 10 anderen Aspiranten stellte er sich der Prüfungskommission. Die gute Vorbereitung machte sich bezahlt. Das umfangreiche Prüfungsprogramm zum 3. Dan meisterte Thorsten problemlos. Nach einer schönen Prüfung konnte Thorsten seinen 3. Dan-Grad freudig entgegennehmen. Glückwunsch zu diesem Erfolg.

BETT KÄSTCHEN

Ihr Garni Hotel in Reinbek

Marco Weitkunat



Schönningstedter Straße 40 - 21465 Reinbek

Telefon: 040 - 722 22 54

www.bettkaestchen.de



Brandmeier



WIR SORGEN DAFÜR, DASS ALLES LÄUFT.

Schuhe · Reparaturen · Orthopädie-Schuhtechnik

Unser Service für Sie:

- Maßeinlagen
- Schuhe für lose Einlagen
- Computerfußdruckanalyse
- Orthopädische Maßschuhe
- Schuhveränderungen
- 3D Kompressionsstrumpfmessung, berührungslose, digitale Vermessung der Füße und Beine bis Hüfte
- Schuhreparaturen auch Koffer, Taschen, Gürtel ...
- Gelenkbandagen
- Modische Bequemschuhe
- Diabetesversorgung
- MBT
- Rückenscan
- Neuropodol. Einlagenversorgung

Video-Laufbandanalyse für Sportler

Sven Brandmeier

Orthopädie Schuhmachermeister

Termine nach telefonischer Absprache

Mühlenredder 5 · 21465 Reinbek · Tel. 722 64 50

9-12.30 + 15-18 · Sa. bis 12 · Di. bis 12.30 Uhr

Für Anfänger, Fortgeschrittene und Wiedereinsteiger zwischen sieben und zwölf Jahren und ab Zwölf sind wieder Plätze frei geworden, in den Gruppen, am Montag, 17.30 – 18.45 Uhr/18.45 – 20 Uhr, oder Donnerstag, 16.30 – 17.45 Uhr/17.45 – 19.15 Uhr. Trainiert wird jeweils im Saal 3 der TSV-Halle. Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich.

Judo ist ein beliebter Kampfsport und trainiert in gleicher Weise Körper und Geist. Judo tut dem ganzen Körper gut. Atmung, Kreislauf, Muskelbildung und natürlich Reaktionsfähigkeit werden geschult. Ebenso sind Höflichkeit, Einsatzbereitschaft, Phantasie, Mut und Durchhaltevermögen gefragt. Judo als Fitness-Training oder Wettkampfsport,

beides findet man in der TSV Reinbek.

Neben den allgemeinen Trainingsmöglichkeiten bietet sich bei Meisterschaften und Lehrgängen die Gelegenheit, seine Kenntnisse zu vertiefen und sich zu messen.

Weitere Informationen und Anmeldung in der TSV-Geschäftsstelle.

Judokas des TSV Reinbek erfolgreich!



Am 25. März fand der "Ostsee Oster Cup" in Neustadt statt. Viele Teilnehmer zeigten dort ihr Können. Da dieses Turnier auch für die U9 ausgeschrieben war, tummelten sich dort entsprechend viele kleine Kampfgeister. Neben den „alten Hasen“ Max Arnold und Anton Schmidt, beide U12, starteten diesmal auch zwei Newcomer für die TSV in der U9: Maximilian Rohde und Elias Santoro. Für Maximilian Rohde war es sein erstes Turnier, er erkämpfte sich in der Gewichtsklasse bis 32,5 kg trotz Niederlagen den 3. Platz, Elias Santoro konnte in seinem Freundschaftskampf bis 53 kg klar siegen.

Nach der U9 begannen die Kämpfe der U12-Judokas. Anton Schmidt war gleich zu Beginn an der Reihe und kämpfte bis 29,9 kg. Den ersten Kampf gewann er souverän nach Punkten, danach folgten noch weitere drei Kämpfe, von denen er einen wieder ganz klar für sich durch einem Ippon verbuchen konnte. Sein Kampfeinsatz wurde am Ende mit dem 3. Platz belohnt.

Max Arnold hatte ebenfalls vier Kämpfe in der Gewichtsklasse bis 31,5 kg, die er souverän für sich entscheiden konnte. Die ersten beiden Kämpfe gewann er in Kürze jeweils durch ein Ippon; bei den anderen beiden Kämpfen musste er sich ganz schön durchbeißen, wurde aber schlussendlich mit dem 1. Platz belohnt.

Praxis für Physiotherapie Michael Zietz · Lars Weber

Krankengymnastik

Fußreflexzonen-
massage

Brügger-
therapie

Lymphdrainage

Manuelle
Therapie

Natureis-
behandlung

Massage



Elektro-
therapie

LnB-Schmerztherapie

Am Rosenplatz 17 · 21465 Reinbek
Tel. 040 / 722 76 96



DAN-Prüfung in Reinbek

Wieder einmal war es so weit und vier Prüflinge waren am 23. Juni bereit, sich der Aufgabe zu stellen, die Prüfung zum 1. bzw. 2. Dan abzulegen. Unter den Augen der Prüfer Timo Stieger-Fleischer (4.Dan) und Kurt Nehlsen (4.Dan) traten an jenem Samstag, Maureen Macoun, Kim Hellwig, Jürgen Klein und Heiko Grap zur Prüfung an.

In der Vorbereitung wurde viele Wochen und Monate für dieses eine Ziel hart gearbeitet. Oft von Schmerzen und blauen Flecken gekennzeichnet, gingen die Trainingsstunden zu Ende.

Nach einer förmlichen Begrüßung ging es dann endlich los. Grundschule, Fuß- und Handtechniken, Kombinationen, Kumite, Kata und zum Abschluss ein selbstgewähltes Programm zur Selbstverteidigung.

Die Anspannung stand allen Teilnehmern förmlich im Gesicht. Wie im Training, nur etwas strenger, erfolgten die Kommandos von Technik zu Technik und von Abschnitt zu Abschnitt.

Jeder gab sein Bestes um die Prüfer zu beeindrucken, um am Ende mit der Vergabe des Schwarzgurtes belohnt zu werden.



den. Hervorzuheben ist, dass Maureen die beste Prüfung zum 1.Dan abgelegt hat. Am Ende erhielt Jürgen Klein seine Urkunde zum 2.Dan, sowie Maureen Macoun, Kim Hellwig und Heiko Grap ihre Urkunden zum 1.Dan, sowie den Schwarzgurt.

Besonderen Dank möchte ich an dieser Stelle den Trainern Timo und Kurt aussprechen, die in vielen Trainingseinheiten ihr Wissen und Können weitergaben, um uns den Erfolg in der Prüfung zu ermöglichen.

Heiko Grap

Landesmeisterschaft der Kinder, Schüler, Jugend und Junioren 28.4.18

Am Samstag, 28.4.18 war unser Nachwuchs in Kiel bei der Landesmeisterschaft.

Hier war unser TSV-TEAM Spitzenklasse. In der Bilanz stand am Ende 7xGold; 9xSilber; 1xBronze

GOLD sicherten sich Adam Chataev (-32KG Schüler B) und Jassin Chataev (Kinder B), Arlette Haacke (Jugend-47KG), Ramin Hafizi (+76KG Junioren), Cara Krumpmann (+54KG Jugend), Emili Lukiewski (Schüler B -30KG) und Thore Wedekind (Schüler B -38 KG)

SILBER sicherten sich in Kata und Kumite (Schüler B -38KG) Roman Adler, Arjanit Haziri (Junioren-68 KG), Ilja Lischke (Schüler-44KG) und Michelle Lischke (Kinder A -30KG), Elias Sarelas (Schüler A -38 KG), Marlon Stein (+38KG Schüler), Diana Vib (Jugend -47KG) sowie unser Junioren-Team mit Vincent Koop, Ramin Hafizi und Arjanit Haziri.

BRONZE sicherte sich Frederik Bielich (Schüler B -32 KG).



Sascha Veldung wird Deutscher-Hochschul-Vizemeister in Darmstadt

Bei dieser Deutschen Meisterschaft treten die deutschen Hochschulen gegeneinander an, um den Deutschen Meister der Universitäten zu ermitteln. Mit dabei war auch unser Sascha für die Uni Hamburg in zwei Disziplinen.

In der Allkategorie (alle Gewichtsklassen zusammen) gewann Sascha den Titel Deutscher-Vizemeister der Hochschulen. Zudem konnte er in der -84KG Klasse die Bronzemedaille gewinnen. Ein wahnsinniger Erfolg!

Harte Kämpfe zeichnete dieses Turnier aus. Doch Kampf um Kampf wurde Sascha stärker. Am Ende fehlte nur das nötige Glück um ganz oben zu landen, doch ein Deutscher Vizemeister, sowie ein Dritter Platz sind aller Mühen wert



und ein Grund zum Feiern. Wieder ein großer Erfolg und vielleicht der Sprung zum Europa Cup nach Portugal für Sascha!

Herzlichen Glückwunsch!

Corre Ahnsehl kämpft in Sofia / Bulgarien mit der Nationalmannschaft

Nach dem Sieg in Österreich durfte Corre Ahnsehl vom 25.-28.5. gleich wieder im Ausland kämpfen. In Sofia/Bulgarien fand das erste Turnier in diesem Jahr der Youth League der World Karate Federation (WKF) statt, mit 1878 Kämpfern aus 72 Ländern. Hier starteten nur die allerbesten der Welt – absolutes Spitzenniveau.

Zu erwähnen ist, dass auch diese Turniere bereits Punkte für die Weltrangliste bringen. Dies kann dann bis hin zu den Olympischen Spielen weitergehen. Corre besiegte erst einen Italiener mit 3:0, dann einen Ukrainer mit 2:0, dann einen Russen mit 3:0 und stand somit im Halbfinale. Corre dominierte den Kampf konnte aber keine Wertung erzielen. Am Ende stand es 0:0. Die Kampfrichter mussten also den Sieger benennen, und nicht Corre, sondern der Rumäne wurde mit 2:3 ins Finale berufen. Eine glasklare Fehlentscheidung!

Somit verpasste Corre den Traum von einem so großen Finale sehr unglücklich. Jetzt hieß es aber, sich noch einmal zu konzentrieren, da er um Bronze kämpfen musste. In der Trostrunde wurde ein Russe mit 3:0 besiegt und dann war Corre im „kleinen Finale“ um die Bronzemedaille gegen einen Türken. Da er aus der Kampffläche getreten war, verlor er den Vorteils-punkt, den man zusätzlich zum ersten Treffer im Kampf bekommt. Corre setzte einen klaren Treffer zum Bauch, doch nur

ein Kampfrichter zeigte einen Punkt an, normalerweise hätten es 2 sein müssen und noch 2 weitere Punkte für Corres Tritt. Da der Kampf nicht unterbrochen wurde schlug der Türke noch einmal zu und bekam noch einen Punkt zugesprochen. Dies in der letzten Sekunde. Nun hieß es beim

Stand von 1:1 wieder Kampfrichterentscheid, und – verflüxt nochmal – wieder wurde gegen unseren Kaderathleten und mit 2:3 gewertet. Dennoch ein beachtlicher 5. Platz.

Wir und der Bundestrainer sind total stolz auf dich! Herzlichen Glückwunsch!





KUNG-FU & TAI CHI

Was mich an Kung Fu so fasziniert

Ich habe einige Jahre lang Erfahrungen in verschiedenen Sportarten sammeln dürfen, darunter auch in einigen Kampfsportarten. Als ich jedoch das erste Mal beim Kung Fu-Training mitgemacht habe, habe ich für mich erkannt, wie sorgfältig und abwechslungsreich das Trainingsprogramm gestaltet wird: das Training beinhaltet Formen (festgelegte Bewegungsabläufe), Grundtechniken, Kraft-Ausdauertraining sowie die korrekte Anwendung situationsbezogener Verteidigungstechniken an einem Partner. Die Bewegungen beim Kung Fu sind rund, fließend und natürlich, wodurch sich die Techniken dynamisch und gesund anfühlen.

Was das Kung Fu-Training bei der TSV

jedoch so einzigartig für mich macht, sind die Menschen, mit denen man die Zeit verbringt. Man motiviert, verbessert und hilft sich gegenseitig. Außerhalb der Trainingszeit trifft man sich zu Kinoabenden oder beispielsweise auch zum Klettern.

Ein weiterer Aspekt, der mich an Kung Fu fasziniert, ist die Philosophie, die fester Bestandteil dieser Sportart ist. So kann man sich Kung Fu wie eine Treppe mit unendlich vielen Stufen vorstellen: Man erreicht einen Austritt dieser Treppe und merkt, dass auf diesen doch wieder weitere Stufen folgen. Jede dieser Stufen steht für eine Herausforderung. Auf dem Weg nach oben lernt man so immer wieder etwas Neues und man wird kontinuierlich besser. Aber es liegen weiterhin

noch viele neue Herausforderungen vor einem. Es gibt somit keine Grenze, die uns einschränkt.

Dies lässt sich auch auf das alltägliche Leben beziehen: Eine Grenze ist nur ein gedankliches Konstrukt, welches man zu überwinden lernen muss, um seine Ziele zu erreichen (Bruce Lee).

Kung Fu ist für mich eine Lebenseinstellung: Es beeinflusst mich im Alltag, wie z. B. in der Körperhaltung, in der Bewegung, in der Herangehensweise an Aufgaben, wie man mit Mitmenschen umgeht oder wie man sich präsentiert, und ist für mich nicht mehr wegzudenken.
Dennis Sobczak

Turniererfolg für Kung Fu Kämpfer

Am 8. Juni 2018 fand in Mönchengladbach ein offenes Sanda-Turnier statt. Sanda ist die chinesische Variante des Kickboxens, bei der mit Schutzausrüstung und mit vollem Kontakt gekämpft wird. Schläge, Tritte und Würfe sind dabei erlaubt. Eine Teilnahme an so einem Wettkampf setzt ein hohes Maß an technischem Können voraus, wie auch eine intensive physische und mentale Vorbereitung, was für die sechs Starter der Kung Fu-Abteilung wochenlanges Extratraining bedeutete. Alle sechs Starter gaben in der Vorbereitung ihr Bestes und wuchsen dabei über sich hinaus. Auch beim Turnier zeigten sie Höchstleistungen, die zum Teil mit dem ersten Platz belohnt wurden:

Marleen von Kalben: 1. Platz, tolle Leistung!

Maja Lenz: 2. Platz – erster Turnierstart! Super gemacht!

Jonas Färber: 2. Platz, er hatte sein erstes Turnier und zeigte sehr souveräne Leistungen!

Adrian Lenz: 2. Platz und schönster Fight des Tages

Richard Mannheimer: erster Turnierstart, hat super gekämpft, aber leider den ersten Kampf verloren. Er kann stolz auf seine Leistung sein!

Dennis Sobczak: leider den ersten Kampf verloren. Sein Kampf wurde in der 3. Runde abgebrochen. Er hat super gekämpft, war aber leider beim Auf-

wärmen umgeknickt und kämpfte trotz Verletzung weiter. Die Kampfrichter entschieden dann schließlich den Kampf abbrechen, um Dennis Gesundheit nicht zu gefährden. Wie sich später zeigte, hatte er sich Wadenbein und Fuß verrenkt.

Eine bemerkenswerte Leistung von Euch allen – ich gratuliere von ganzem Herzen!

Ihr habt Euch in der Vorbereitung und beim Turnier super geschlagen und es ist so schön zu sehen, wie Ihr Euch entwickelt habt.
Jochen Mittelberger



Schweigen schützt die Falschen

Missbrauch (sexuell, körperlich, verbal) gegenüber Kindern und Jugendlichen ist über lange Zeit in fast allen gesellschaftlichen Bereichen ein Tabuthema gewesen. Noch immer sind es weit verbreitete Haltungen, die in nachfolgenden oder ähnlichen Äußerungen zum Ausdruck kommen:

- Darüber spricht man nicht.
- Davon will ich nichts wissen.
- Das geht uns nichts an.
- Bei uns kommt so etwas nicht vor.

Schweigen und Wegschauen schützt jedoch die Falschen. Solche Haltungen gehen eine Komplizenschaft mit Tätern ein und begünstigen ein Klima, in dem Täter*innen oftmals unbehelligt agieren können. Es kann und soll nicht darum gehen, alle freiwillig und beruflich Engagierten in der Jugendarbeit unter Generalverdacht zu stellen und eine Kultur des Misstrauens zu verbreiten. Es muss eher darum gehen, eine gewisse Sensibilität für vorhandene Gefährdung zu entwickeln, die Wahrnehmung für Grenzverletzung zu schärfen und der Prävention im Sport mehr Gewicht zu geben. Genau bei dieser Prävention ist die TSV engagiert, eine „Kultur des Hinsehens“ zu entwickeln.

Das Projekt „Aktiver Kinderschutz im Sport“ wurde von der TSV erfolgreich absolviert und weitere Maßnahmen sind, über das Projekt hinaus, entstanden. Jeder Übungsleiter ist angehalten, einen Ehrenkodex und ein erweitertes Führungszeugnis vorzulegen, darüber hinaus gibt es Seminare zum Thema „Kinderschutz“, für Übungsleiter, Betreuer, Eltern und auch für Kinder und Jugendliche.

Hinsehen, nicht wegschauen!

Präsentation beim JSK

Am 20. März 2018 durfte die Vereinsjugend der TSV ihr Engagement in Sachen *Kinderschutz im Sport* dem städtischen Ausschuss für Jugend, Sport und Kultur vorstellen. Die Vereinsjugend gab dem Ausschuss einen Überblick über ihre Aktivitäten im Bereich Kinderschutz: Es begann im Mai 2013 mit dem Vorstandsbeschluss über das Engagement im *Kinderschutz im Sport* und den Start für den Arbeitskreis Kinderschutz; dann folgte der Aufruf „Schweigen schützt die Falschen“. Anschließend wurde das „Ampelprojekt“ vorgestellt und anhand von „kurzen Fallbeispielen“ erläutert. Zum Abschluss gab es noch den „Vortrag mit Schlagworten“ und das Schlusswort von Albert Einstein.

5 Jahre Kinderschutz in der TSV Reinbek

Auf dem Sportfest 2017 bekam die TSV von der Sportjugend Schleswig-Holstein als Auszeichnung für ihre gute Arbeit im Kinderschutz ein Banner überreicht, das seitdem den Ballfangzaun im Stadion ziert. Was als Modellprojekt vom Deutschen Kinderschutzbund in Kooperation mit dem Landessportverband und der Sportjugend Schleswig-Holstein begann, wurde nach einem Vorstandsbeschluss im Mai 2013 von der TSV in die Tat umgesetzt: Aktiver Kinderschutz im Sportverein. Martin Bokeloh als Kinderschutzbeauftragter, sein Team Kinderschutz und die Vereinsjugend arbeiten

seitdem engagiert daran, durch Förderung einer Kultur der Aufmerksamkeit ein Klima zu schaffen, das Kindern und Jugendlichen ein sicheres Sporttreiben ermöglicht. Es wurden *Ansprechpartner im Verdachtsfall* ausgebildet, Broschüren und Seminare für Übungsleiter entwickelt, Mitmachtage für Jugendliche durchgeführt und noch vieles mehr.

Wir danken euch für euren Einsatz und wünschen euch weiterhin viel Erfolg bei dieser wichtigen Aufgabe!



Die erste Adresse für gutes Hören

SEIT DEM 1. AUGUST ENDLICH AUCH IN REINBEK - auric Hörcenter

Modernste Hörsysteme & umfangreiches Zubehör aller Hersteller und für jeden Bedarf - aus der Hand echter Fachleute!
Ihre auric Hörakustikmeister!

Hörgeräte in Reinbek!

6 Jahre GRATIS Hörgerätebatterien!

Die ersten 75 Hörgeräteversorgungen in jeweils allen vier Fachgeschäften erhalten Ihre Hörgerätebatterien für 6 Jahre GRATIS.



*Bei Abschluss einer Hörgeräteversorgung ab dem 1. August 2018 erhalten die ersten 75 Kunden den Jahresbedarf an Hörgerätebatterien für 6 Jahre gratis. Der Jahresbedarf kann am Anfang eines jeden neuen Kalenderjahres im jeweiligen Fachgeschäft abgeholt werden. (max. 72 Batterien je Gerät / pro Jahr).

www.auric-hoercenter.de

4 x in Hamburg & Umgebung

auric Hörcenter in Reinbek
Bahnhofstraße 6 **NEU**
Telefon (040) 73 60 15 15
reinbek@auric-hoercenter.de

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.: 09:00 - 13:00 Uhr &
14:00 - 18:00 Uhr

auric Hörcenter in HH-Bergedorf im alten Penndorfhaus
Hintern Graben 37
Telefon (040) 24 83 51 18

auric Hörcenter in HH-Bergedorf, Alte Post
Weidenbaumsweg 6
Telefon (040) 98 67 15 20

auric Hörcenter in Aumühle
Große Straße 22
Telefon (04104) 6 95 23 03

auric
HÖRGERÄTE



Leichtathletiktraining und mehr

Wir haben in der Leichtathletik Angebote von den Kleinen ab 4-5 Jahren aufwärts bis zu Schülern und Schülerinnen, Jugendlichen und Erwachsenen. Für die Sommersaison geht es nach den Osterferien nach draußen ins Paul-Luckow-Stadion, nach den Herbstferien geht es dann in die Halle. Über vielfältige Angebote werden – je nach Alter – der Spaß an der Bewegung, das Koordinationsvermögen und die Ausdauer, die allgemeine Fitness mit Spaß in der Trainingsgruppe trainiert. Die Vielseitigkeit der Leichtathletik mit ihren unterschiedlichen Disziplinen kann erprobt werden. Wer mag, kann sich auf Wettkämpfen ausprobieren und mitmachen.

Über den Kreisleichtathletikverband Stormarn werden verschiedene Wettkämpfe organisiert, die über das Jahr verteilt sind. Wir haben bisher viele Kreismeisterschaften für den Kreisleichtathletikverband Stormarn ausgerichtet, in diesem Jahr werden es am 1. September die *Kreismeisterschaften Einzel* sein, die wir für die Schüler*innen U16, U14, U12 und U10 im Paul-Luckow-Stadion ausrichten.

Für das Ausrichten von Wettkämpfen benötigen wir als Ausrichter immer Unterstützung durch Helfer und freuen uns über Eltern und Jugendliche, die Zeit spenden und uns unterstützen. Wie auf Sportfesten benötigen wir Hilfe beim Auf- und Abbau und bei der Durchführung der einzelnen Disziplinen wie Weitsprung, Wurf, Hochsprung, Lauf. Wer mag kann auch eine Kampfrichterausbildung absolvieren und sich fachkundig machen. Ein Sportfest erfordert viel Organisation und Einsatz, um die Veranstaltung für die Teilnehmer gut zu gestalten. Für alle Unterstützer ist es schön zu sehen, wie begeistert und aufgeregt die Jüngsten an den Start gehen und wie konzentriert die Älteren bei der Sache sind.

Mit der Leichtathletikabteilung des FC Voran Ohe haben wir seit 1997 die

Leichtathletik-Gemeinschaft Reinbek-Ohe gebildet. Wir starten unter diesem Namen gemeinsam auf Sportveranstaltungen und in den höheren Jahrgängen ab ca. 14 Jahren bieten wir übergreifendes Training an.

Spielleichtathletik am Freitag

Hallo zusammen, wir sind die Spielleichtathletik-Kinder. Wir sind ein bunter und fröhlicher Haufen zwischen 4 und 7 Jahren alt und treffen uns über die Sommermonate jeden Freitag um 16.30 Uhr im Stadion und über den Winter in der Uwe-Plog-Halle.

Bei der Spielleichtathletik werden hauptsächlich die Grundbewegungsarten der Leichtathletik, also Laufen, Springen und Werfen, aber auch Geschicklichkeit und Koordination, in vielfältige und spielerische Übungen verpackt, sodass alle Kinder viel Spaß an den Spielen haben. So wird zum Beispiel das normale Lauf-ABC zu einem Flug ins Weltall oder 400-Meter-Lauf zu einem Pferderennen. Hierbei werden die Übungen so aufgebaut, dass die unterschiedlichen Entwicklungsstufen der Kinder berücksichtigt werden.

Eine Trainingsstunde fängt in der Regel mit einem kleinen Aufwärm-Spiel an, geht dann über in die verschiedenen Übungen und Teamspiele und endet auch wieder mit einem kleinen Spiel zum Abschluss.

Training Dienstag und Mittwoch

Zum Training am Dienstag von 17.30

bis 18 treffen sich Schüler*innen im Alter von ca. 10-13 Jahren, anschließend die Älteren ab 14 Jahren, am Mittwoch die Schüler*innen von ca. 8-11 Jahren. Florian Klauk ist der Übungsleiter und seit dem Frühjahr wird er am Dienstag in der Schüler*innengruppe von Micaela Brücke unterstützt, am Mittwoch von Lya Hamdorf. Florian verlässt nach vier Jahren Trainer-tätigkeit die Leichtathletikabteilung aus Studiengründen. Wir bedanken uns bei ihm und wünschen ihm für die Zukunft alles Gute.

Jedermann und -frau Leichtathletiktrainingsgruppe am Montag

Jeden Montagabend um 19.30 Uhr treffen sich sportbegeisterte Männer und Frauen und gehen ihrem Training nach. Allgemeine Kondition, Ausdauer und Beweglichkeit stehen auf dem Trainingsprogramm und dann werden, je nach Interesse und Können, diverse Disziplinen der Leichtathletik trainiert. Dabei kann auch die Lust, etwas auszuprobieren, Anlass sein, Kugel, Diskus, Speer in die Hand zu nehmen oder sich an Läufen oder Hochsprung zu versuchen. Andere haben als Jugendliche und junge Erwachsene Leichtathletik betrieben und möchten sich fit halten oder auch mal einen Wettkampf bestreiten. Wer mag schaut gern vorbei.

Alina Haker



Wettkampfsaison Mai bis Juni

Kreis-Schüler-Cup: zwei Teller für die LG Reinbek-Ohe

Am 27. Mai fuhren zwei Mannschaften der LG Reinbek-Ohe nach Ahrensburg und nahmen an den Kreismeisterschaften Stormarn für den Schüler-Cup der Leichtathleten teil. Für die jeweilige Dis-

ziplin (Sprint, Ballwurf bzw. Kugel, Weit, 800m) wird ein Teilnehmer/in der Mannschaft gesetzt und je besser er oder sie abschneidet, desto besser das Ergebnis für die Mannschaft (4-5 Teilnehmer*innen). Den Abschluss bildet die Staffel, die Mannschaft mit der niedrigsten Punktzahl gewinnt.

Bei den Schülerinnen A erreichte Hanna Louise Behn über 100m den 2. Platz, Remy Johannsen im Weitsprung den 1. Platz, Joanna von Kawacynski mit der Kugel den 2. Platz und Hanna Rummelhagen über 800m den 1. Platz, die Entscheidung erfolgte in der abschließenden 4x100m Staffel, bei der der 1. Platz erreicht wur-

de und somit der Kreismeisterinnentitel gesichert wurde.

Die C-Schülerinnen Mannschaft trat mit 5 Athletinnen an. Lilli Biebau wurde Erste im 50m Sprint, Greta Weyrauch Erste im Weitsprung, Emilia Wurster Zweite im Wurf und Carlotta Höfert Dritte im 800m Lauf. Auch hier fiel durch den sehr guten Staffel-Lauf mit Lilli, Greta, Carlotta und Nele Paulmann die Entscheidung, der 1. Platz in der Staffel ließ sie auch hier den Cup-Teller holen und damit Kreismeisterinnen werden.

Als Einzelstarter*innen gingen zwei Athleten an den Start, Lara Maria Heinz wurde Fünfte über 50m, Maurice v. Kawacynski belegte den 1. Platz im Wurf, und jeweils den vierten Platz im 50m Lauf, im 800m Lauf und Weitsprung.

Bezirksmeisterschaften in Lübeck

Leichtathleten der Kreise Herzogtum Lauenburg, Lübeck, Ostholstein und Stormarn trafen sich am 2. Juni 2018 in Lübeck. Sechs Athletinnen der LG Reinbek-Ohe machten sich auf den Weg und erreichten alle gute Ergebnisse und konnten zufrieden auf ihre persönlichen Leistungen blicken. Bei den Frauen erreichte Tessa Bichtemann in 13,18 sec den 2. Platz, Lena Kerkloh in 13,41 sec den 3. Platz. Im Hochsprung belegte Lena mit 1,59 m den 1. Platz und Tessa mit 1,44 m den 2. Platz. Beim Weitsprung sicherte sich Lena mit 5,50 m den 2. Platz Janine Steffen mit 5,16 m den 3. Platz und Tessa mit 4,92 m den 4. Platz. In der Altersklasse W 15 lief Hanna Rummelhagen in guten 2:33,05 min

Special Olympics 2018 in Kiel

Vom 14.-18. Mai wurden in Kiel die *Special Olympics* ausgetragen. Die *Special Olympics* sind nach den *Paralympics* das zweitgrößte sportliche Ereignis für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Das Ziel dieser Sportorganisation ist es, eine Inklusion von Menschen zu erreichen. Deshalb stand die gesamte Veranstaltung unter dem Motto "Gemeinsam stark". Inklusion bedeutet, dass jeder Mensch ganz natürlich dazugehört. Egal ob eine Einschränkung im Leben vorliegt, welche Sprache man spricht, oder wie man aussieht. Auf dieser Basis kamen rund 4600 Athlet*innen aus ganz Deutschland in Kiel zusammen, um sich in verschiedenen Disziplinen wie Leichtathletik, Schwimmen, Judo, Reiten, Segeln, Roller Skating und vielem mehr zu messen. Unser Sport soll verbinden,



auf den 1. Platz, beim Speerwurf erreichte sie mit 28,19 m den 3. Platz.

Remy Johannsen überquerte im Hochsprung 1,53 m und sicherte sich den 1. Platz, im Weitsprung schaffte sie 4,47 m und damit den 7. Platz, ebenso über 100m. Einziger männlicher Teilnehmer der LG Reinbek-Ohe war Tim Rummelhagen in der Altersgruppe U 18, er glänzte im Sprint über 100m in 11,36 sec und sicherte sich den 1. Platz.

Landesmeisterschaften der Senioren in Flensburg

Am Sonntag, 3.6.2018 machten sich von der Jedermann/Frau-Leichtathletik-Trainingsgruppe drei Athlet*innen auf den Weg. Sven Roschlaub (M 50) startete im Diskuswurf und mit guten 30,71 m erreichte er den 4. Platz. Peter Wierich (M 60) startete in vier Disziplinen. Der

Speer flog auf 32,38 m und bedeutete 2. Platz, den Diskus warf er auf 33,43 m und erreichte damit ebenso wie im Kugelstoßen mit 9,53 m den jeweils 3. Platz. Im Hochsprung ergaben 1,33 m den 4. Platz.

Dietlinde Knospe (W55) kam nach einer längeren Trainingspause in den Wettbewerb und bei ihr flog der Speer auf 33,01 m, der Diskus landete bei 26,93 m das bedeutete zweimal 1. Platz.

Norddeutsche Meisterschaften der Senioren in Büdelsdorf am 16./17.Juni 2018

Dietlinde Knospe ging in ihren drei Disziplinen Kugel, Diskus und Speer an den Start. Der Speer flog auf gute 34,53 m und damit wurde sie Norddeutsche Meisterin. Der Diskus flog auf 24,20 m, die Kugel landete bei 9,61 m, damit erreichte sie zweimal den 2. Platz.



für Menschen ohne Einschränkungen zugänglich waren. Hier war auch Janine Steffen, Athletin der LG-Reinbek Ohe, als Helferin eingeteilt. Sie half den Menschen beim Balance Parcours über wacklige Getränkeboxen, über eine Slackline oder verschiedene Wackelbretter. Denn gemeinsam kann man alles schaffen und somit auch die Station mit einem Erfolgserlebnis beenden.

»Für mich war es ein besonderes Erlebnis mit vielen spannenden Begegnungen und Erfahrungen, denn der Sport verbindet alle Menschen miteinander«, so Janine nach einer erlebnisreichen Woche.

Rehabilitation in der TSV Reinbek

Seit 2 Jahren wird der Bereich der Rehabilitation immer größer. Mit dem Ausbau der Herzsportgruppen wurden im vergangenen Jahr die Gruppen mit den Indikationen Orthopädie und Krebs in unser Portfolio aufgenommen. Diese Gruppen hatten eine so große Nachfrage, dass wir mit April dieses Jahrs den vierten, durch die Krankenkasse geförderten Kursus, begonnen haben. Ein neuer Kursus wird, wenn die Nachfrage bestehen bleibt, zum Ende des Jahres starten.

Auch in den Herzsportgruppen gibt es weiterhin großen Bedarf und so wird eine weitere Herzsportgruppe geplant, die, wenn Räumlichkeiten im Jürgen-Rickertsen-Haus zugesagt werden, ebenfalls in der zweiten Jahreshälfte starten soll.

Ebenfalls noch in diesem Jahr ist eine weitere Neuheit geplant. In Kooperation mit dem »Zentrum für Interdisziplinäre modulare Trainingsprogramme« sollen 2 Kurse für adipöse Kinder in den Altersstufen bis 12 Jahre und ab 13 Jahre beginnen. Zugehörig zu diesen Angeboten, wird es jeweils einen Kursus für die Eltern der Teilnehmer geben, in dem über Ernährung, Bewegung und Freizeitverhalten ihrer Kinder reflektiert wird und Hilfe zur Selbsthilfe durch Ärzte,



Unsere Übungsleiterinnen im Indikationsbereich Orthopädie/Krebs: Anke Blass, Claudia Wieser und Nesrin Yasar-Ziegler

Ökotrophologen und Trainer angeboten werden soll. An einigen Terminen werden die Gruppen der Eltern und Teilnehmer zusammengefasst, um zusammen einzukaufen, zu kochen und natürlich zu essen.

Auch in der zweiten Jahreshälfte möchten wir die Kooperationen mit verschiedenen Einrichtungen in Reinbek intensivieren. So möchten wir das Krankenhaus Reinbek St.-Adolf-Stift gewinnen, um die Patienten im Nachsorgebereich der Onkologie (Krebs), der in den nächsten Jahren vergrößert und ausgebaut werden wird, zu unterstützen. Dazu werden Gespräche mit den Leitern der Onkologie und Orthopädie geführt werden. Ziel ist es, Gruppen zur Nachsorge bei Krebserkrankungen zu etablieren und so den Betroffenen die Möglichkeit der aktiven Genesung zu geben und sie wieder am

gesellschaftlichen Leben teilhaben zu lassen.

Die tolle Arbeit der Übungsleiter und Ärzte möchten wir hier würdigen und uns für ihr Engagement bedanken.



Feierlichkeiten bis 50 Personen



Unsere Sommerterrasse

Restaurant **DUBROVNIK**

6 moderne Bundeskegelbahnen



Dienstag bis Samstag

Mittagstisch

Am Ladenzentrum 4

21465 Reinbek

Tel. 722 54 81

Inhaber: Familie Gecic

Unsere Öffnungszeiten:

Di. – Sa. v. 11.30 – 15 + 17 – 23 ·

So. + Feiertage 11.30 – 23 Uhr ·

Mo. Ruhetag (außer an Feiertagen)



Das erste Halbjahr haben wir für's Aufarbeiten und Einstudieren alter und neuer Stücke genutzt.

Die Auftrittszeit startete im Mai mit dem Maibaumfest der Freiwilligen Feuerwehr Reibek, es folgte das Vogelschießen in Schönningstedt und dann unsere alljährlichen Schützenfeste in Aumühle und Reibek. Mit einem Sommerfest in Witzhave schließt auch schon unser erstes Halbjahr. Alles eher etwas ruhiger in diesem Jahr.

Allerdings gibt es noch ein sehr schönes Ereignis: Wir haben wieder ein „Spielmanszug-Baby“. Am 5. Mai kam der kleine Jannik auf die Welt.

Wie schrieb seine Mama Lydia in einer Nachricht an uns:

*Es ist ein Wunder,
sagt das Herz.
Es ist Verantwortung,
sagt die Vorsicht.
Es ist viel Sorge,
sagt die Angst.
Es ist ein Geschenk Gottes,
sagt der Glaube.
Es ist das größte Glück,
sagt die Liebe!*

Wir wünschen den beiden großen Brüdern Michel und Nico und natürlich der Mama und dem Papa Jörg Stamer alles, alles Liebe und Gute für die Zukunft.



Glück und Freude, aber auch Trauer und Leid liegen immer dicht beieinander und so mussten wir erfahren, dass Mitte Juni unser ehemaliger Vorsitzender und langjähriges Mitglied Günter Martens verstorben ist. Alle, die ihn ein Stück seines Weges begleiten durften oder von ihm begleitet wurden, wissen was für ein lieber Mensch nun nicht mehr bei uns ist ...

Unsere Probenstunden sind immer mittwochs in der Zeit von 18 bis 20 Uhr und finden in den Räumen der Betreuung der Grundschule Mühlenredder statt.

Wenn jemand Interesse hat, einfach mal anrufen unter der Telefonnummer 040-7279961.

Wir freuen uns immer, wenn jemand vorbeikommt und wir Fragen beantworten können.
Manuela Boll

54.

JAHRGANG

Ein Panorama unserer Region – 21-mal im Jahr. *Mit eigener Meinung.*

DER REINBEKER

Sandtner Werbung GbR
eMail: redaktion@derReinbeker.de
Telefon: 040-72730 -117 – Fax: -118

Vizemeistertitel für Reinbeker Schwimmer

Die Schleswig-Holsteinischen Sprintmehrkampf- und Staffelmeisterschaften am 16. Juni in Elmshorn waren für die Reinbeker Schwimmer*innen der Saisonabschluss im Wettkampfsjahr 2017/18.

Zehn Schwimmer*innen hatten sich für diese Meisterschaft qualifiziert. Erstmals bei einer Meisterschaft dabei waren: Emilia Mathilda Wurster, Jg. 2008, Felix Woytke, Jg. 07, Emil Gall, Jg. 07 und Johanna Mahnecke, Jg. 04. Große Leistungssprünge zeigten an diesem Tag Johanna Mahnecke über 50 m Brust und Emil Gall über 50 m Freistil. Die einzige Medaille in der Sprintmehrkampfwertung (50 m Schmetterling, 50 m Rücken, 50 m Brust und 50 m Freistil) für das Reinbeker Schwimmteam gewann Roman Bukowiecki. Er wurde im Jahrgang 2001 Vizemeister. Roman zeigte durchweg sehr gute Leistungen. Über 50 m Brust (0:33,80 min) und 50 m Rücken (0:29,52 min) schwamm er persönliche Rekorde. Im gleichen Jahrgang startete auch Tjark Lindh. Er belegte am Ende in der Mehrkampfwertung einen guten 6. Platz. Nele Golomb, Jg. 04, stellte sich trotz Fußverletzung und wurde Fünfte. Trainerlob gab es



an diesem Wettkampftag auch für Tia Corradi, Jg. 06. Tia schwamm persönlichen Rekord über 50 m Freistil (0:34,03 min). Auch in den Staffelt Wettbewerben kamen die Reinbeker zu Medallenehren. Im Wettbewerb 4x 100 m Lagen Mix-Staffel starteten Jeanine Gerau, Roman Bukowiecki, Nele Golomb und Maximilian Krull. Der Schlusschwimmer der Reinbeker Staffel, Maximilian Krull gab alles und verbesserte die Platzierung der Mannschaft, die nach der

dritten Teilstrecke auf Platz 3 lag um eine Position. Hinter der Mannschaft vom 1. SC Delphin Lübeck, die Gold gewann und vor der Mannschaft von der SG Stormarn Barsbüttel wurden die Reinbeker Vizemeister und gewannen somit die Silbermedaille.

Reinbeker schwimmen weiterhin auf Erfolgswelle



Auch bei den Norddeutschen Meisterschaften in Hannover knüpfte Nele Golomb von der TSV an ihre Erfolge in dieser Saison an.

Zwei Starts, zwei Medaillen – besser hätte es für Nele nicht laufen können. Sie startete über 50 m und 100 m Schmetterling. In der Wertungsklasse Jahrgang 2004 wurde Nele Norddeutsche Vizejahrgangsmeisterin über

100 m Schmetterling in einer Zeit von 1:08,05 min. Eine weitere Medaille gewann sie über 50 m Schmetterling. Hier holte sie Bronze. Die beiden Reinbeker Roman Bukowiecki, Jg. 2001 und Maximilian Krull, Jg. 1997 blieben zwar Medaillenlos, zeigten aber dennoch zum Teil sehr gute Leistungen. Roman Bukowiecki machte einen großen Leistungssprung über 200m Rücken. Hier konnte er seine persönliche Bestzeit um mehr

als vier Sekunden verbessern und belegte in 2:18,57 min im Jahrgang 2001 einen guten 9. Platz. Auch über 50 m Freistil schwamm er einen neuen persönlichen Rekord. Gleiches gelang auf dieser Strecke auch Maximilian Krull. Er schwamm über 50 m Freistil 0:24,56 min und belegte damit in der offenen Wertungsklasse einen guten 13. Platz.



wagschal
www.dahlia.de

Dahlien Floristik Grabpflege

Klosterbergenstraße 26 21465 Reinbek 040 / 722 16 22
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9:00 - 18:00 Uhr, Sa. 9:00 - 12:30 Uhr

Schnellster Schwimm-Sprinter im Land kommt aus Reinbek

Maximilian Krull, Jg. 1997 von der TSV ist der neue Schleswig-Holsteinische Meister über 50 m Freistil.

Er siegte am Wochenende bei den Schleswig-Holsteinischen Meisterschaften der Schwimmer*innen in Lübeck. Eine weitere Medaille holte Max über 50 m Rücken. Hier gewann er in der offenen Wertungsklasse Bronze.

Gleich zweimal wurde Teamkamerad Roman Bukowiecki Schleswig-Holsteinischer Jahrgangsmeister. Roman

gewann Gold im Jahrgang 2001 über 100 m und 200 m Rücken. Beide Male schwamm er persönlichen Rekord. Über 200 m Lagen und 200 m Freistil wurde Roman Dritter in seinem Jahrgang.

Gold gab es bei diesen Meisterschaften auch für Nele Golomb. Nele war im Jahrgang 2004 unschlagbar über 100 m Schmetterling. Auch im Jugendfinale über 100 m Schmetterling gewann sie die Goldmedaille.

Vizejahrgangsmeister im Jahrgang 2001

wurde Tjark Lindh. Mit neuem persönlichem Rekord holte er Silber über 200 m Lagen. Zwei weitere Medaillen gewann Tjark in seinem Jahrgang über 100 m Rücken und 200 m Brust. Hier wurde er jeweils Dritter.

19 Medaillen für Reinbeker Schwimmteam

Elf Goldmedaillen, vier Silbermedaillen und vier Bronzemedaillen gewann das Reinbeker Schwimmteam am 27. Januar bei den 25. Winterwettkämpfen in der Kieler Universitätsschwimmhalle. Großen Anteil an der Goldmedaillenausbeute hatten vor allem die jüngsten Teammitglieder.

Jeweils dreimal Gold holten Paul Kamolz, Jg. 2009 und Emilia Mathilda Wurster, Jg. 2008. Paul siegte im Jahrgang 2009 über 50 m Freistil, 100 m Freistil und 50 m Rücken. Über 100 m Brust schlug er als Dritter an und gewann Bronze. Für jeden seiner Starts an diesem Wettkampftag erhielt Paul eine Medaille! Emilia Mathilda Wurster räumte im Jahrgang 2008 ab. Sie gewann Gold über 50 m Freistil, 100 m Freistil und 50 m Rücken. Erfreulich waren ihre großen Leistungssprünge. Jeden Start beendete sie mit persönlichem Rekord.

Auch Josephine Mahnecke, Jg. 2007 gewann eine Goldmedaille. Josephine siegte in ihrem Jahrgang über 100 m Freistil. Eine weitere Medaille verpasste sie nur knapp. Im Rennen über 100 m Rücken wurde sie Vierte.

Erfolgreich waren natürlich auch die Älteren. Nele Golomb, Jg. 2004 begann ihren Wettkampftag mit dem Rennen über 50 m Schmetterling. Sie war an diesem Tag unschlagbar und ließ das gesamte Teilnehmerfeld hinter sich. Nele siegte mit einer Zeit von 0:30,22 min. Damit blieb sie deutlich unter der Norm für die Teilnahme an den Deutschen Jahrgangsmeisterschaften Ende Mai in Berlin. Eine weitere Goldmedaille holte Nele über 100 m Schmetterling, über

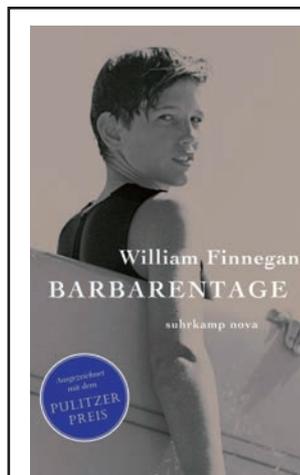


200 m Freistil gewann sie Silber und Bronze holte sie über 100 m Freistil.

Im Jahrgang 2001 der Männer siegte Tjark Lindh über 100 m Brust und holte eine weitere Medaille über 200 m Freistil. Hier wurde Tjark Dritter. Gold im Jahrgang 2001 gab es auch für Roman Bukowiecki über 200 m Rücken. Roman schwamm über 200 m Rücken 2:23,78 min und verbesserte seine alte Bestmarke deutlich. Auf der Sprintdistanz, den 50 m Rücken, gewann Roman die Silbermedaille. Silber gab es auch

für Jeanine Gerau, Jg. 2001. Jeanine wurde Zweite über 200 m Rücken.

In der Wertungsklasse Masters gab es ebenfalls Medaillen für das Reinbeker Team. Hier startete Maximilian Krull in der AK 20. Maximilian gewann Silber über 50 m Freistil und Bronze über 50 m Rücken. Ohne Medaillen aber dennoch gute Leistungen zeigten Lisa Rohde, Jg. 2006 (Platz 7 über 200 m Freistil), Felix Woytke, Jg. 2007 (Platz 6 über 100 m Freistil) und Johanna Mahnecke, Jg. 2004 (Platz 5 über 200 m Freistil).



Buchhandlung von Gellhorn

INHABERIN: URSULA VON GELLHORN

Am Ladenzentrum 5 · 21465 Reinbek
Telefon 040 / 78 87 77 82
eMail: buchhandlung.gellhorn@t-online.de

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 9 – 18 · Sa. von 9 – 13 Uhr
www.buchhandlung-gellhorn.de



Dienstags-Tanzgruppe feiert Dreijähriges

Ganz so jung ist er gar nicht mehr, der „jüngste“ Hobbytanzkreis mit Rabea Tilch am Dienstagabend um 18.30 Uhr. Dabei sollte es ihn ursprünglich gar nicht geben ... Aber von vorn: Im September 2015 begann unter Rabeas Leitung ein Schnupperkurs, der bei vielen Paaren gut ankam. Gegen Ende waren sich die meisten einig: Wir wollen gemeinsam weitertanzen – können wir nicht einfach eine neue Gruppe gründen, anstatt uns auf die bestehenden Tanzkreise zu verteilen? Bis zum letzten Abend stand die Entscheidung aus, und so waren natürlich Abschiedsblumen für Rabea besorgt worden; umso größer war die Freude, als sie schließlich die Zusage geben konnte. Seither übt die Gruppe ganz offiziell als 7. Hobbytanzkreis der TSV ihre Schritte und Figuren in den Latein- und Standardtänzen; auch bei der Abnahme des Deutschen Tanzsportabzeichens 2016 und 2017 war sie jeweils mit mehreren Paaren vertreten. Zur Vorbereitung wurde durchaus kreativ geübt – mit Musik



aus dem Handy (versteckt in der Brusttasche des Herrn) kann man auch mal einen Quickstep auf der heimischen Autofahrt hinlegen ... Abgesehen von solchen Herausforderungen steht aber für alle der Spaß am Tanzsport ohne Leistungsdruck im Vordergrund. Leider hat im Laufe der drei Jahre das ein oder andere Gründungspaar den Tanzkreis verlassen; die

vier verbliebenen würden sich daher über „Nachwuchs“ freuen.

„Nach knapp drei Jahren sind wir vielleicht keine Anfänger mehr“, so die einhellige Meinung, „aber tanzbegeisterte Paare mit ein paar Vorkenntnissen oder auch Wiedereinsteiger werden sich bestimmt bei uns wohlfühlen.“

Jugend auf dem Vormarsch

Nachdem die Jugendgruppen der Tanzsportabteilung jahrelang ein Schattendasein fristeten, gibt es aktuell einen regelrechten Run auf das Angebot für junge Tänzer. Dies ist in erster Linie den beiden sehr engagierten Trainerinnen Alina Haker und Ann-Kathrin Weck zu verdanken, deren Engagement für ihre Gruppen weit über die Trainingszeiten hinausgeht. Beide beziehen ihre Teilnehmerinnen (momentan allein Mädchen bzw. junge Damen) in die Choreographien mit ein, besprechen die Wahl der Outfits vor Auftritten und organisieren z. B. Weihnachtsfeiern,

zu denen auch die Eltern eingeladen werden.

Längst sind die drei Gruppen „Dancing Kids“, „Hip Hop für Kids“ und „Hip Hop für Teens“ auf Veranstaltungen der TSV wie Weihnachtsfeier 50+, große Tanzturniere oder Reinbeker Stadtfest gern gesehene Show-Acts.

Alles begann mit Ann-Kathrin Weck. Sie, die bereits als Zumba-Trainerin in der Tanzsportabteilung die Erwachsenen unterrichtete, übernahm vor ein paar Jahren die einzige Kindertanzgruppe. Diese war durch den permanenten

Trainerwechsel auf ein Minimum geschrumpft. Doch Ann-Kathrin schaffte es mit ihrer fröhlichen Art, die Kinder zu begeistern. Inzwischen gibt es für die Gruppe sogar eine Warteliste. Von den Kindern mitentworfenen T-Shirts für Auftritte und selbst gestaltete Choreos sind das Markenzeichen der „Dancing Kids“.

Alina Haker hat im Rahmen ihres Freiwilligen Sozialen Jahres bei der TSV mit einem Hip Hop- Kursus in der Tanzsportabteilung begonnen. Daraus wurde dann vor ca. 1½ Jahren eine fes-



te Gruppe für Teens im Alter zwischen 12 und 15 Jahren. Seit gut einem Jahr gibt es die zweite Hip Hop Gruppe für Kids (7-10 Jahre).

Neben Choreographien gehören auch ein Warm-Up, Dehnungs- und Technikübungen sowie Übungen fürs Taktgefühl zum Unterrichtsprogramm.

Sowohl Ann-Kathrin als auch Alina sind für ihre Gruppen nicht nur Trainerinnen, sondern haben auch ein offenes Ohr für ihre Mädels, was Dinge außerhalb des Tanzparketts betrifft.

Birgit Bendel-Otto



Neue Trainerin: Birgit Schuldt

Seit längerer Zeit hat die Tanzsportabteilung der TSV mal wieder eine Trainerin, die aus den eigenen Reihen kommt. Wir begrüßen neu im Trainerteam: Birgit Schuldt.

Mit Erfolg hat Birgit Schuldt gerade ihre Ausbildung zur Trainerin C-Breitensport (Tanzsport) abgeschlossen. Und das als eine der ersten nach dem neuen Modus, den der Deutsche Tanzsportverband vor Kurzem eingeführt hat: Neben der überfachlichen Ausbildung mussten drei Module aus dem Bereich Tanzsport ausgewählt werden. Birgit Schuldt wählte die Module Disco Fox, Standard-Tänze und West Coast Swing. Alle Einheiten hat sie in Braunschweig absolviert, da Niedersachsen dies innerhalb von knapp



zwei Jahren angeboten hatte.

Birgit Schuldt wird nun das Trainerteam im Bereich unserer Hobbytanzgruppen unterstützen. Im ersten Halbjahr 2018 hatte sie bereits zwei Kurse Disco Fox

geleitet. Im Herbst wird sie ihr Wissen im West Coast Swing in zwei Tanz Specials vermitteln. Außerdem wird sie ab Oktober eine Aufbaugruppe für Paare unterrichten.

Neu ist die Trainertätigkeit für Birgit Schuldt jedoch nicht. Bereits seit vielen Jahren ist sie, bei der TSV, als Übungsleiterin im Bereich Kinderturnen tätig, z. B. mit ihren Gruppen „Babys in Bewegung“.

Mit ihrem Mann Thomas tanzt Birgit aktiv Turniere in den Standard- und lateinamerikanischen Tänzen. Mehrere Landesmeistertitel gehen auf das Konto der Beiden.

Birgit Bendel-Otto

TSA-Paare sammeln Medaillen auf Landesebene

Klein, aber fein – so lautet derzeit das Motto, wenn es um die Turnierpaare der Tanzsportabteilung geht. Nicht durch Masse, sondern durch Klasse machen die Leistungssportler auch in diesem Jahr wieder auf sich aufmerksam. Drei Starts auf den Gemeinsamen Landesmeisterschaften und drei Medaillen lautet die Ausbeute der zwei Paare, die sich in diesem Jahr regelmäßig auf dem Turnierparkett der Konkurrenz stellen.

Hans und Monika Elvers (Foto I.), erst seit gut einem Jahr für die TSV startend, gingen in der Klasse Sen. IV A-Standard bei ihrer Meisterschaft an den Start. Im vergangenen Jahr konnten sie noch den Titel nach Reinbek holen, in diesem Jahr mussten sich die Beiden einem stärkeren Paar geschlagen geben und wurden Landesvizemeister. Doch für Hans und



Monika zählen nicht nur Medaillen. Nach einer längeren Durststrecke hat das Ehepaar wieder Spaß am Tanzen und zeigt sich landauf, landab auf Turnieren.

Für Thomas und Birgit Schuldt (Foto r.) ging es in den lateinamerikanischen Tänzen in ihren Klassen Senioren I + II C



um die Verteidigung der im letzten Jahr errungenen Titel des Landesmeisters von Schleswig-Holstein. Dies gelang ihnen in der Hochburg der lateinamerikanischen Tänze, in Bremen, bei hochsommerlichen Temperaturen, leider nicht – wie eigentlich geplant.

Birgit Bendel-Otto



Saisonstart

Schnee zu Ostern? Das Wetter hat uns Alle im März/April überrascht und auch als der Schnee dann endlich geschmolzen war, gab es noch Frost im Boden. Dadurch verschob sich die Aufarbeitung unserer Außenanlagen. Außerdem hatte

der Feuerteufel zweimal zugeschlagen und versucht, unseren Windschutz an mehreren Stellen anzuzünden und die Schließanlage beschädigt. Und als es dann draußen losging, hat uns das Wetter wieder mit hohen Temperaturen

überrascht. Unser Platzwart stand dann schwitzend in der prallen Sonne, um die Plätze zu walzen. Aber die Plätze und das Wetter sind top und unsere Anlage ist gut belegt.

Jugend

Rot und Weiß sind die Farben der TSV. Die Bambinas und Midcourtmannschaften waren sich daher schnell einig, dass sie ein Mannschaftsoutfit in diesen Farben haben möchten. Rote Röcke für die Bambinas und weiße T-Shirts mit roten Kappis für die Jungs. Durch das tolle neue Outfit ist es auch für die Zuschauer ersichtlich, wer für unseren Verein spielt. Und das Gemeinschaftsgefühl wird somit auch gestärkt.

In diesem Sommer haben wir mehrere Jugendmannschaften gemeldet: Die ganz neuen Medenspieler sind in der Gruppe Midcourt (verkleinertes Spielfeld) gemeldet. In den beiden Midcourtmannschaften sind nur Jungs vertreten. Unsere Mädels spielen bereits auf dem Großfeld bei den Bambinas.

Unsere Trainer haben die Mannschaften eingestimmt und im Vorfeld wurden mit den Midcourtspielern, den Bambinas und den Knaben spezielle Trainingseinheiten gestartet, um den Ernstfall zu üben. Die übliche Zählweise mit

15, 30, 40, Einstand, Vorteil und die noch komplizierteren Tiebreak-Regeln inkl. der Seitenwechsel und Aufschlagwechsel sind gar nicht so einfach und es ist toll zu sehen, wie die Eltern dies alles begleiten, mitzählen und anfeuern.

Weiterhin haben wir eine Juniorinnen und eine Juniorenmannschaft gemeldet. Für uns „alte“ Spieler ist es immer wieder erstaunlich, wie die Schläger bei Topspin gehalten werden und welche Drehungen der Ball nimmt.

Jeder ist herzlich eingeladen, mal auf unsere Anlage zu kommen und den Medenspielern zuzuschauen. Es wird in allen Altersklassen tolles Tennis geboten.



u.l.: Rute Martins, Lenja Pfeifer, Leonie Baustian, Merle Pukall (es fehlt Felicitas von Ludowig)



u.l.: Maximilian von Bezold, Bjarne Wriedt, Luca Thomsen, Theo Ruddies

BTK-Meisterschaften

Bei den diesjährigen Hallen-Jugendmeisterschaften des Bergedorfer Tennisvereins (BTK) beim TC Lohbrügge im Februar waren die Mädchen W10 und W18 Spitze.

Merle Pukall gewann gegen Lenja Pfeifer im Halbfinale knapp im Matchtiebreak. Danach wurde auch das Finale vereinsintern ausgetragen. Leonie Baustian war nach einem spannenden Match gegen Merle nach drei Sätzen im abschließenden Matchtiebreak mit 11:9 erfolgreich.

In der Konkurrenz W18 wurden die Spiele in zwei Gruppen ausgetragen (Jede gegen Jede). Sarah Rusche (TSV) unterlag im Finale gegen Nele Klatt.

Da stellt sich nur die Frage: Wo waren die Jungen aus der Tennisabteilung? Leider hatte sich wie in den vergangenen

Jahren keiner der Jungs angemeldet. Das muss sich dringend ändern.

MALEREIBETRIEB oliver peters GmbH

Maler-, Tapezier- und Bodenbelagsarbeiten aller Art



**Senefelder Ring 42
21465 Reinbek
Telefon: 040 728 105 26
www.malereipeters.de**



Tischtennis spielen mit 84 Jahren?

Das ist bei den Tischtennis-Senioren, mit dem Durchschnittsalter von 76 Jahren, nichts Ungewöhnliches. Karl (2. v. r., hintere Reihe), schnippelt und schmettert mit seinen 84 Jahren wie ein Profi.

Doch auch wir könnten einige junge Nachwuchskräfte gebrauchen, also weg vom Sofa und auf zum Trainingsspaß.

Wir trainieren jeden Dienstag und Donnerstag von 14 - 16 Uhr, in der

Schulturnhalle Klosterbergen am Täbyplatz. Auskunft holt ihr euch am besten bei Dieter Petschows unter der Nummer: 7221918. Anschauen oder gleich mitmachen. Wir freuen uns auf euch.

Rückblick über die Saison 2017 / 2018

Reinbek 3: 3. Kreisliga Staffel 2

Nach einem schlechten Start, mit 5 Niederlagen in Folge konnte am 6. Spieltag endlich der erste Sieg gefeiert werden. Es ging durchwachsen weiter, so dass am Ende der Hinrunde 8:14 Punkte und Platz 9 von 12 zu Buche standen. Nachdem der Start der Rückrunde viel erfolgreicher war, konnte man von einer ruhigen Saison ausgehen. Doch am Ende der Saison wurde die Luft immer dünner und man kam überraschend noch in Abstiegsängste. Am 3. letzten Spieltag hatte man die Chance, mit einem Sieg gegen den direkten Konkurrenten *Südstormarn* 5 alles fix zu machen. Dieses misslang leider, sodass am Ende der Saison doch noch der Abstieg feststand. Es wurde ein Antrag auf Verbleib in der Liga gestellt, dieser ist aber noch in der Bearbeitung.

Reinbek 2: 2. Kreisliga Staffel 2

Die Saison startete sehr wechselhaft und ausgeglichen. Es gab viele knappe Siege und Niederlagen, so dass am Ende

der Vorrunde Platz 5 mit 9:11 Punkten zu Buche stand. Die Rückrunde lief sehr gut an und wir verloren nur gegen die Übermannschaften. Wir waren stabil und gefestigt, auch durch das häufige Aushelfen der 3. Mannschaft. Hierfür noch einmal einen herzlichen Dank. Am Ende ist es dann der 6. Platz geworden und man war nie in Abstiegsorgen, aber auch zu weit vom Aufstieg entfernt.

Reinbek 1:

2. Landesliga Staffel 1:

Die Saison startete auch wechselhaft mit 2 Siegen und 2 Niederlagen. So blieb es bis zum Ende der Hinrunde. Da die Liga aber sehr ausgeglichen war, ist man mit 13:9 Punkten plötzlich 4. Nur ein Platz vom Aufstieg entfernt. Die Rückrunde lief überhaupt nicht gut an. Mit 1:5 Siegen rutschte man immer tiefer ab. Es drohte auf einmal sogar der Abstieg. Als wenn das der Ansporn war. Jetzt lief es wie geschmiert. Im Endspurt wurden noch 4:1 Siege geschafft. Der Klassenerhalt war fix und man belegt Platz 6.

Aussichten:

Nachdem uns ein Spieler aus der ersten und eine Spielerin aus der zweiten verlassen haben, bedarf es einer neuen Orientierung. An dieser Stelle der Aufruf, dass wir Spieler jeglicher Art sehr herzlich willkommen heißen. Besonders können wir aber Spieler für die 2. Landesliga und 2. Kreisliga benötigen. Interessenten mögen sich bitte an die Spielleiter wenden.

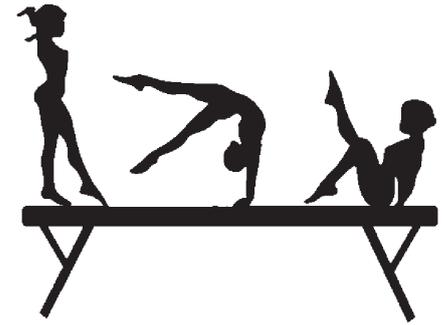
Wir gehen aber dennoch positiv in die neue Saison und hoffen auf viel Spaß und den einen oder anderen Sieg. Tischtennis in der TSV ist mehr als Sport. Es ist eine Gemeinschaft, die jeden herzlich aufnimmt und sehr viel Spaß und Freude macht. Die Haupttrainingszeiten der 2. und 3. Mannschaft sind immer montags von 19.40 – 22 Uhr. Außerdem wird noch mittwochs und donnerstags trainiert. Die 1. trainiert dienstags von 19.30 – 22 Uhr.

Wir freuen uns, dich vielleicht hier bald begrüßen zu dürfen.



TURNEN

Kinderfasching



Am 13.2.2018 verwandelte sich die Uwe-Plog-Halle wieder in eine Sportmärchenwelt. Ein Heer von kleinen feierwütigen sportlichen Geistern, harten Superhelden und rosa Prinzessinnen nahm alles in Beschlag – Die Fastnacht war da...

Die Festlichkeit begann traditionell mit einer Polonaise durch die ganze Halle. Im Anschluss verteilten sich die kleinen

aufregten Wuselgestalten auf Stationen und wurden von den Übungsleiterinnen und Helfern aus der Turnabteilung bei Klettertouren, Rutsch- und Schaukelpartien und beim Balancieren unterstützt. Wie jedes Jahr war die Hüpfburg der Renner. Große und kleine Piraten hüpfen was das Zeug hergab und bekamen schnell rote Wangen von der Anstrengung.

Der Nachmittag verging wie im Fluge und bleibt allen noch lange in Erinnerung.

Wir danken unseren Übungsleiterinnen, die es wieder geschafft haben, ein unvergessliches Erlebnis und leuchtende Kinderaugen zu zaubern.

SPORTLER UND GÄSTE FEIERN IM

TSV Reinbek CLUBHAUS

Reinbek · Theodor-Storm-Straße 20 (direkt am Sportplatz) · Tel. 040 / 722 62 66

Öffnungszeiten:

Täglich ab 17.00 Uhr, an Wochenenden nach Spielbetrieb, sonntags ab 10.00 Uhr



BINGO · PARTY Ü40 usw.

Warme & Kalte Speisen · Partyservice

Auf Ihren Besuch freut sich Thomas Antonczyk und sein Team

Die Turnabteilung

Unsere Abteilung beginnt schon im Babyalter, um die koordinativen Fähigkeiten der Kleinsten zu fördern. Bei *Babys in Bewegung* wollen die Babys die Welt entdecken. Sie sind lernfähig und aktiv. In dieser Gruppe begleiten und unterstützen wir die Babys in ihren Entwicklungsphasen während der ersten Lebensmonate. Zu dem vielfältigen Angebot gehören Bewegungsübungen, Spiel- und Sinnesanregungen sowie gemeinsame Lieder.



Im **Psychomotorischen Kinderturnen** werden Bewegungs- und Spielanlässe geschaffen. Ziel ist es, die Bewegungsfreude und die gemeinsame Auseinandersetzung miteinander und untereinander zu vermitteln. So werden bereits vorhandene Fähigkeiten gestärkt und Grundlagen für weitere Entwicklungsschritte geschaffen. Zu den Inhalten einer Stunde gehören wechselseitige Anspannung und Entspannung durch spielerische Kindermassagen, Traumreisen, Entspannungsgeschichten, Lauf-, Fang- und Konzentrationsspiele.



Beim **Eltern-Kind-Turnen** unterstützen die Eltern den Spieltrieb ihrer Kinder mit Parcours, Berg- und Talfahrten und dem sehr beliebten Rutscheautag. Es wird, mit Hand- und Automatenwäsche, die Karosserie auf Hochglanz gebracht, um dann frisch gewaschen durch den Tunnel in die Ferien zu fahren.



DSN

Ihre Druckerei in Wentorf

Ihr Partner für individuelle Drucksachen

Telefon 040 - 720 98 46

info@dsndruck.de · www.dsndruck.de



BADING

Schilder & Gravuren GmbH

Schneiden, Fräsen, Gravieren, Rillen

Telefon 040 - 73 71 70 70

info@bading-schilder.de · www.bading-schilder.de

Vor Ort und regional!

Hamburger Landstraße 30 | 21465 Wentorf





Es wird gefeiert!

Wie jedes Jahr organisierten die Senior*innen ein gemeinsames Weihnachtsfest am 3. Advent vergangenen Jahres. Vor einem vollbesetzten Saal I führten die Kinder und Jugendlichen der Tanzabteilung mit Alina Haker mehrere, mit viel Power ausgeführte Hip Hop Choreographien auf. Danach lud Antje de Boer zu einigen Mit-Mach-Tänzen im Sitzen ein und es wurden bunte Servietten geschwungen und Arme und Beine ordentlich in Takt gebracht. Lustig und manchmal auch sehr laut wurde zusammen mit der Musikband *Old Friends Blues* gesungen und geschunkelt. Abgerundet durch ein reichhaltiges Kuchenbuffet gingen nach ca. 3 Stunden alle Teilnehmer*innen zufrieden nach Hause oder nahmen den Shuttle Service der TSV in Anspruch.



An dieser Stelle sei noch einmal betont, dass ohne die zahlreichen ehrenamtlichen Helfer*innen beim Auf- und Abbau, beim Kaffeekochen und Eindecken solche Feste

nicht möglich sind: DANKE an die Yogadamen, Gymnastikhelfern und die Ju Jutsu Herren!
Babette R.-Hilke

Spendenparlament unterstützt soziale Projekte der TSV

Sport mit Spaß und für Alle, keiner soll benachteiligt sein aufgrund seines sozialen Status', Herkunft, Religion oder körperlicher Einschränkung. Bewegung in jedem Alter fördert die Geselligkeit und die Gesundheit! Deshalb stellt die TSV immer wieder Projekte auf, die genau hier ansetzen.

Das geht natürlich nur durch das Engagement der Vereinsmitglieder*innen, die auch mit ehrenamtlicher Arbeit dazu beitragen, dass alle am Sport teilnehmen

können. So organisiert die Vereinsjugend jedes Jahr mehrtägige Ferienfreizeiten, das Projekt „Kids in die Clubs“ fängt finanziell benachteiligte Kinder- und Jugendliche auf und im Seniorenbereich werden für Menschen mit sogenannter Altersarmut besondere Angebote geschaffen. Darüber hinaus finden Projekte für Geflüchtete statt oder in Spendenaktionen wird Sportkleidung gesammelt und zur Verfügung gestellt, außerdem werden Patenschaften für sozialschwache

Menschen wie selbstverständlich übernommen. Viele dieser Projekte bedürfen aber auch finanzieller Anschubhilfen, denn trotz großer Spendenbereitschaft innerhalb des Vereins und Zuschüssen, fehlen immer wieder ein paar Euros, um die Angebote bis zum Ende durchzuführen. Und hier unterstützt uns nun das Spendenparlament Reinbek mit einem Betrag in Höhe von 1.650 €. Wir freuen uns riesig über diese Zuwendung.

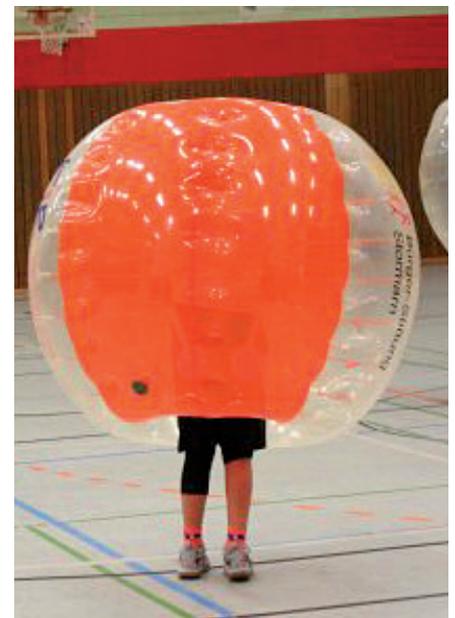
Babette R.-Hilke

Sportnacht im Januar 2018

Gleich zu Beginn des neuen Jahres lud die Vereinsjugend der TSV zur ersten Sportnacht des Jahres 2018 ein. Sie fand am Freitag, 5.1.2018, von 17-22 Uhr in der Uwe-Plog-Halle statt. 25 Kinder und Jugendliche hatten bei den Spielen „Bubble-Soccer“, „Klauen“, der „Hüpfburg“ und beim „Verstecken im Dunklen“ ihren Spaß.

Beim Bubble-Soccer geriet das Torenschießen in den Hintergrund, deutlich mehr Spaß brachte das Bumpen der Mit- und Gegenspieler. Hierbei wurde durchaus die eine und andere akrobatische Leistung erbracht. Durch die großen „Luftblasen“ war aber alles ungefährlich.

Beim „Klauen“ spielen zwei Mannschaften gegeneinander und müssen die Hütchen der Gegner erbeuten. Wer erwischt wird, muss in das Gefängnis, kann aber natürlich wieder befreit werden. Das Spiel ist beendet, wenn eine Mannschaft alle Hütchen erbeutet hat. Die Hüpfburg mal ohne lange Schlange und warten zu benutzen ist auch immer wieder nett. Auch das beliebte „Verstecken im Dunklen“ war wieder sehr kurzweilig. Das Spielfeld erstreckt sich dabei auf die große Sporthalle, die Geräteräume, die Flure und die Kabinen. Das macht das Finden der Mitspieler schon zu einer echten Herausforderung. So war es eine gelungene Sportnacht und alle hatten ihren Spaß.



Lichterfest 2017

Wie eigentlich schon immer, lud die Vereinsjugend der TSV am Abend vor Heiligabend zum traditionellen Lichterfest ein. Im Schein der vielen Kerzenlichter, Lagerfeuer und Fackeln tummelten sich die zahlreichen Besucher um die lodernen Feuerkörbe. Es wurde viel geplaudert, Stockbrot gegessen und Glühwein getrunken. Nicht fehlen durfte natürlich unser heiß geliebter Kinderpunsch nach dem Rezept von Petterson und Findus, sowie unser kleiner Märchenwald, der seit seinem ersten Auftritt um einiges gewachsen ist. Wie immer war es ein gemütliches Zusammensein und die ideale Veranstaltung, um das Jahr ausklingen zu lassen.



VEREINSJUGEND

Die Vereinsjugend besteht aus etwa einem Dutzend junger Menschen, die sich rund um das Jahr um abteilungsübergreifende Jugendarbeit kümmern und etliche Veranstaltungen anbieten: Sportnacht im Januar, Vereinsjugendversammlung im März, 44 Stunden Sport Spiel & Spaß in den Osterferien, Stand auf dem Reinbeker Stadtfest, Kinderpro-

gramm beim „Abgrillen“, Sommerzeltlager für Kinder, Jugendreise, die lange Nacht des Sports im August, Reinbeker Sportfest im September, das Herbstseminar der Vereinsjugend im Oktober, den Laternenumzug im November, das Lichterfest im Dezember. All diese Veranstaltungen werden von der Vereinsjugend geplant, organisiert und durchgeführt.

Dafür treffen wir uns jeden ersten Dienstag im Monat in der Geschäftsstelle der TSV. Wenn ihr Interesse habt in diesem Team mitzuarbeiten, dann kommt doch einfach vorbei. Das nächste Treffen der Vereinsjugend findet statt am Dienstag, 4.9.2018. Nähere Informationen erhaltet ihr bei eurem Jugendwart Martin unter bokeloh@tsv-reinbek.de

44 Stunden Sport-Spiel-Spaß

Vom 29.-31. März fand in der Uwe-Plog-Halle die 44 Stunden Sportnacht statt. 20 Kinder im Alter von 8-12 Jahren stellten sich der Herausforderung. Begleitet wurden die Kinder von einem Team aus Betreuern der Vereinsjugend. Um 15 Uhr starteten wir gemächlich in den ersten Tag. Nach einer Vorstellungs- und Kennenlernrunde ging es los mit den ersten Spielen, Hütchen

klauen und Brennball. Nach einer kurzen Pause mit Ravioli ging es weiter mit Spielen. Als nächstes wurden Bettenburgen gebaut und auch schnell genutzt. Der nächste Tag begann mit einem ordentlichen Frühstück und einigen Aufwach-Spielen. Es folgte ein spaßiger Besuch im Freizeitbad Reinbek. Das Highlight der meisten Kinder waren am Abend die drei Partypizzen. Danach

wurden noch einige Spiele gespielt, bevor es Zeit wurde, die übermüdeten Kinder ins Bett zu schicken. Der letzte Tag war für die Kinder wohl der unspektakulärste Tag, mit Aufräumen, Putzen und Gruppenfotos.

Die Veranstaltung war ein voller Erfolg. Die Kinder hatten Spaß und haben die Zeit sehr genossen.

Vorberichte

Lange Nacht des Sport

Am Freitag, 31.8.18 findet im ganzen Kreis Stormarn die „Lange Nacht des Sport“ statt. Auch die Vereinsjugend ist wieder mit dabei. Nach dem Erfolg im Vorjahr werden wir wieder Basketball anbieten, und zwar in der Zeit von 18 – 23 Uhr in der großen Halle der Sachsenwaldschule.

Herbstseminar Vereinsjugend

Gleichgesinnte treffen, Sport treiben, Spaß haben und sich nebenbei über die Jugendarbeit im Verein unterhalten, das ist das Ziel des Herbstseminars der Vereinsjugend vom 29.9. – 3.10. /6.10.. Die

ses Seminar richtet sich an Jugendliche, die Lust haben, im Verein etwas zu bewegen und/oder an Projekten mitzuwirken, wie Sportnacht, Stadtfest, Zeltlager, Jugendreise, Lange Nacht des Sports, Sportfest, Laternenumzug, Lichterfest und Kinderschutz. Gerne könnt Ihr auch eigene Ideen mitbringen. Voraussetzungen gibt es nicht und es verpflichtet auch zu keinem Engagement. Es soll lediglich dem Austausch von Informationen dienen. Womöglich entwickelt sich etwas daraus – das wäre wünschenswert. Das Herbstseminar findet in einem Selbstversorgerhaus in Dänemark statt. Geleitet wird diese Jugendfreizeit von Jugendwart Martin Bokeloh. Die Teilnahme ist für

Mitglieder kostenlos, Gäste sind herzlich willkommen. Eine Anmeldung per eMail bei Martin Bokeloh ist unbedingt erforderlich – bokeloh@tsv-reinbek.de

Laternenumzug

Der Laternenumzug findet am Mi., 21.11.18 wie immer ab 18 Uhr statt. Los geht es in der Kehre der Theodor-Storm-Straße und endet im Stadion.

Lichterfest

Das Lichterfest findet wie immer am Abend vor Heiligabend (So., 23.12.) in der Zeit von 17 – 19 Uhr im Paul-Luckow-Stadion statt.



KONTAKTE

Vorstand

Ehrevorsitzender:	Uwe Plog	
1. Vorsitzender:	Norbert Schlachtberger	☎ 722 5374
2. Vorsitzender:	Michael Medag	☎ 735 8729
3. Vorsitzender:	Hans-Jörg Carstensen	
Jugendwart:	Martin Bokeloh	☎ 722 4356
Referenten:	Holger Jelenski, Waltraud Lühr, Jens Wischniewski	

Geschäftsstelle

Anschrift: Theodor-Storm-Str. 22, 21465 Reinbek
 Tel. 4011 326 0, Fax 4011 326 99
 Internet: www-tsv-reinbek.de, E-Mail: info@tsv-reinbek.de
 Öffnungszeiten: Mo. – Do. 10 – 12 Uhr,
 Di. 15 – 19 Uhr, Mi. + Do. 15 – 17.30 Uhr

Bankverbindung

Sparkasse Holstein, Reinbek
 Hauptkonto: IBAN DE32 2135 2240 0020 071982
 Spendenkonto: IBAN DE32 2135 2240 0020 020129

Das Geschäftsstellenteam

Rüdiger Höhne, Geschäftsführer hoehne@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 11
Uwe Schneider, Sportliche Leitung schneider@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 10
Reiner Jaekel, Buchhaltung, Finanzen jaekel@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 16
Martin Bokeloh, Gebäudemanagement bokeloh@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 17
Nicole Frank, Sportorganisation frank@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 15
Maren Vollstedt, Mitgliederbetreuung vollstedt@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 18
Stephanie Dittler, Mitgliederbetreuung dittler@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 12
Babette Rackwitz-Hilke, Seniorenvertretung rackwitz-hilke@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 14
Lasse Paulsen, Student paulsen@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 19
Bendix Klingler, freiwilliges soz. Jahr im Sport klingler@tsv-reinbek.de	☎ 4011 326 13

TSV Clubhaus

Thomas Antonczyk, Telefon 722 6266
Öffnungszeiten:
 Montag- Donnerstag ab 15.30 Uhr, Freitag ab 17 Uhr
 Samstag und Sonntag ab ca. 10 Uhr geöffnet

Abteilungsleiter & Ansprechpartner

Aikido	Rüdiger Höhne	☎ 0179 483 2509
Badminton	Alexander Frenzel	☎ 0177 655 1710
Ballett	Julia Louerio da Costa Cabral	☎ 0176 7259 0553
Basketball	Reiner Jaekel	☎ 7281 3816
Fußball	Peter Nikolaus	☎ 0172 433 4771
Fitness, Gesundheit & Freizeitsport	Uwe Schneider	☎ 4011 326 10
GeFit	Frank Ernstofer	☎ 4011 326 30
Handball	Sascha Balbach	☎ 0172 9706 056
Iaido	Harald Jess	☎ 7900 8691
Jazz	Ragna Williams	☎ 0177 722 2495
Judo	Matthias Butkereit	☎ 0176 4938 7634
Ju-Jutsu	Siegmund Sobolewski	☎ 722 7150
Karate	Timo Stieger-Fleischer	☎ 0171 696 9695
Kung-Fu	Jochen Mittelberger	☎ 0179 921 8225
Leichtathletik	Kornelia Nacke	☎ 722 8749
Radgruppe	Erika Tischler	☎ 722 1705
Reha-Sport	Uwe Schneider	☎ 4011 326 10
Schwimmen	Birgit Krebs	☎ 722 1932
Spielmannszug	Manuela Boll	☎ 0171 491 6013
Sportabzeichen	H. Eckhard Schlichting	☎ 722 2101
Tanzen	Birgit Bendel-Otto	☎ 0172 520 2342
Tennis	Marion Adlung	☎ 0152 0968 9646
Tischtennis	Jürgen Bitzer-Thein	☎ 0170 7943189
Turnen	Uwe Schneider	☎ 4011 326 10
Volleyball	Ulf Katelhön	☎ 0173 601 9022

Pressesprecherin: Nicole Frank	☎ 4011 326 15
Seniorenvertreterin: Babette Rackwitz-Hilke	☎ 4011 326 14
Sport m. Flüchtlingen: Babette Rackwitz-Hilke	☎ 4011 326 14
Team Kinderschutz: Martin Bokeloh	☎ 722 4356

Impressum

Auflage: 3.200 Stück

Erscheinungsweise: jährlich

Herausgeber:

Turn- und Sportvereinigung Reinbek von 1892 e. V.

Anzeigenverwaltung, Gestaltung und Satz:

Sandtner Werbung GbR, Jahnstraße 18, 21465 Reinbek,
 Tel. 040/72730117, eMail: redaktion@derreinbeker.de

Redaktion: Nicole Frank



Kursana Villa Reinbek



Premium-Wohnen & Komfortpflege

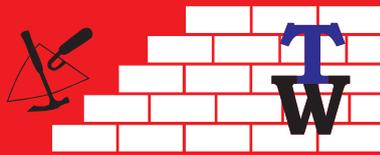
Stilvoll leben, selbstbestimmt agieren, sich verwöhnen lassen, guten Service erleben und anspruchsvoll gepflegt werden – so lautet die Intention der Kursana Villa, die Premium-Wohnen und Komfortpflege in einem stilvollen Gründerzeit-Ambiente

mit höchstem Wohnkomfort und familiärem Charakter bietet. Wir freuen uns darauf, Sie in der Kursana Villa begrüßen zu dürfen!

KURSANA
VILLA

Kursana Villa Reinbek, Am Rosenplatz 12, 21465 Reinbek, Tel: 0 40 . 79 750 - 0, www.kursana.de

Bauunternehmen Thomas Weißolleck



- * Badsanierung
- * Altbausanierung
- * Reparaturarbeiten
- * Bauwerksabdichtung

Klaus-Groth-Str. 9 * 21465 Reinbek

☎ : 040 – 710 9 76 76

Mail: wessolleck-bauunternehmen@gmx.de

Fremdenzimmer

Reinbek

Fam. Antonczyk

Theodor-Storm-Straße 20
21465 Reinbek
(am Sportplatz)

Tel. 040 / 722 93 70

email:
thomas.antonczyk@googlemail.com

UMZUG MIT DER FAMILIE? EIN KINDERSPIEL!



Ausräumen, verpacken, transportieren und wieder einräumen – kein Problem mit unserem Full-Service-Umzugspaket. Lehnen Sie sich zurück und genießen Sie Zeit mit Ihrer Familie.

JAN BODE 
UMZUG • TRANSPORT • LOGISTIK

*Schnell, pünktlich, zuverlässig –
wir packen das!*

(040) 797 50 500 www.bodespedition.de



UNSER NEUES SPIELFELD



„Wohnen im Grünen in Reinbek und Glinde...“



Baugenossenschaft Sachsenwald

Baugenossenschaft Sachsenwald eG
Röntgenstraße 34 · 21465 Reinbek

Telefon 0 40 – 8 19 71 92 – 0

Telefax 0 40 – 8 19 71 92 – 50

E-mail info@bg-sachsenwald.de

Internet www.bg-sachsenwald.de