



TSV Reinbek

Vereinszeitung
der TSV Reinbek
Heft 52
November 2020

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.

Besucht uns in unser modernen Filiale und auf unseren Veranstaltungen.
 Mehr unter www.haspa-veranstaltungen.de



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



Liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Freunde der TSV Reinbek

wieder einmal ist ein ereignisreiches Jahr vergangen. Der Vorstand und die Mitarbeiter der Geschäftsstelle haben unruhige Zeiten erlebt. Dass die Ideen zur Weiterentwicklung des Vereins von der Politik verworfen worden sind, sorgte für große Enttäuschung, da wir viel Zeit und Engagement eingebracht hatten. Jetzt heißt es aber die Tatsachen so wie sie sind zu akzeptieren und vorwärts zu schauen, um die TSV unter den gegebenen Umständen mit Elan voran zu bringen. Gerade in der heutigen Situation, die keiner vorhersehen konnte, ist der Zusammenhalt in einer Solidargemeinschaft wie der TSV besonders wichtig. Die Welt um uns herum wird immer mehr von Egoisten beherrscht. Umso mehr ist es ein beruhigendes Gefühl miterlebt zu haben, wie Mitglieder, Mitarbeiter, Trainer und alle anderen gemeinsam den widrigen Umständen getrotzt haben. Es ist noch einmal besonders deutlich geworden, wie wichtig der Zusammenhalt aller Gesellschaftsgruppen ist, um



eine Krise zu überwinden.

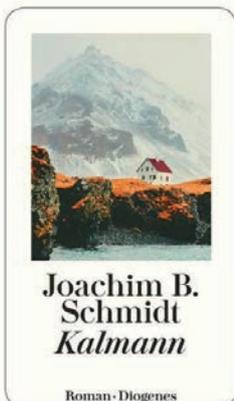
Während ich dieses Vorwort schreibe, erreicht mich die Nachricht, dass Christian Schröder, mein Vorgänger als Vereinsvorsitzender, verstorben ist. Ein außerordentlich engagierter, freundlicher Förderer der TSV Reinbek hat uns verlassen. Man hält inne und besinnt sich wieder auf das Wesentliche. Das ist für mich ein Grund mehr trotz aller Widrigkeiten positiv nach vorne zu blicken und mich nicht mit sinnlosem Geplänkel zu verlieren.

In diesem Sinne wünsche ich Euch/Ihnen alles erdenklich Gute und bleibt gesund!

*Mit sportlichen Grüßen,
Norbert Schlachtberger*

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	S.	3
Vereinsleben	S.	4-7
Vereinsjugend	S.	8-10
Kinderschutz	S.	11
Aikido	S.	12-13
Badminton	S.	14
Ballett	S.	15-17
Basketball	S.	18-19
FGF	S.	20-21
GeFit	S.	22
Handball	S.	23-24
Ju-Jutsu	S.	25-28
Karate	S.	29-31
Kung-Fu	S.	32
Leichtathletik	S.	33
Reha	S.	34
Schwimmen	S.	35-36
Spielmanszug	S.	37
Tanzen	S.	38-40
Tennis	S.	41-42
Tischtennis	S.	43-44
Turnen	S.	45-46
Volleyball	S.	47-48
Mitmachaktion	S.	49
Kontakt/Impr.	S.	50



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



Schulkooperation – Neuer Partner, aber alles anders

Im Laufe der Vorbereitungen auf das aktuelle Schuljahr konnte mit der neu gegründeten OGS der Gemeinschaftsschule Reinbek ein neuer Partner für unsere Angebote an den Reinbeker Ganztagschulen gewonnen werden. Neben den bestehen Partnerschulen, der Grundschule Mühlenredder, Grundschule Schönningstedt und der Gertrud-Lege-Schule bewegen wir somit nun auch die Zielgruppe der Schüler der weiterführenden Schule.

Von A wie Akrobatik bis Z wie Zumba konnten die Schulen wie gewohnt aus einem vielfältigen Angebotskatalog die gewünschten Sportkurse auswählen. Neu aufgenommen werden konnten in diesem Katalog zu diesem Schuljahr Angebote wie Capoeira, Handball oder Zumba. Für jeden und jede ist somit etwas dabei. Geplant waren Anfang des Jahres eine Anzahl von 20 Wochenstunden in den 4 Kooperationschulen. Diese geplanten Stunden bekamen dann Ende März zumindest in Bezug auf das mögliche Startdatum einen gewaltigen Dämpfer. Wie in allen anderen Bereichen war auch hier unsicher wie und wann es weitergehen konnte. Durch die Besonderheit der Angebotsform in den Schulen gelten abweichend zum regulären Sportbetrieb nicht die vereinspezifischen Auflagen, sondern die die des Bildungsministeriums. Diese ließen mit den ersten Informationen weitaus länger auf sich warten, sodass bis kurz vor Beginn der Sommerferien noch keine Erlaubnis zum Start vorlag.

Quasi pünktlich zum Ferienbeginn kamen dann die ersten Regelungen für die Gestaltung nach den Ferien. Sport findet nur in den schulinternen „Kohorten“ statt und die Kinder müssen auf Grund des hohen

Infektionsrisikos beim Sport stets einen Abstand von 1,5 Metern einhalten, der Übungsleiter einen Mund-Nasenschutz tragen. Zum Vergleich: Zu diesem Zeitpunkt konnte in den Vereinsgruppen Kontaktsport in Gruppen mit bis zu 10 Personen schon wieder praktiziert werden.

Es folgten einige Wochen intensiver Planung wie man die Kurse entsprechend umgestalten kann, ohne den Kindern den Spaß am Sport zu nehmen. Mit den Schulen wurde sich im Folgenden auf einen Start zum 1. September verständigt, damit beide Seiten die Vorgaben entsprechend umsetzen konnten. Glücklicherweise kam kurz nach den Ferien eine wesentliche Erleichterung in Form einer Verkündung unseres Landessportverbandes, wonach sich mit der Politik darauf verständigt werden konnte, zumindest den Abstand von 1,5 Metern unter den Kindern aufrecht zu erhalten. Eine erfreuliche Nachricht, denn so kann den Kindern der Sport wieder in seiner ureigenen Form nahege-

bracht werden und die Kinder zum Sport begeistert werden.

Im September starteten dann die Kurse an der Grundschule Mühlenredder, der Grundschule Schönningstedt und der Gertrud-Lege-Schule. Mit der neu als Kooperationspartner gewonnen OGS der Gemeinschaftsschule galt es zu diesem Zeitpunkt noch einige Kleinigkeiten zu besprechen, sodass die Kurse hier im Anschluss an die Herbstferien gestartet sind. Wir freuen uns, dass trotz der Umstände von den anfänglich 20 geplanten Kursen in diesem Schuljahr 19 tatsächlich durchgeführt werden können. Dafür ein großes Dankeschön an unsere Partner!

Sport verbindet und hält zusammen, darauf sind wir stolz und freuen uns eure Kinder auch zukünftig weiter zu bewegen.

Nachruf Christian Schröder



Wir trauern um unser Ehrenmitglied Christian Schröder.

Christian Schröder war vielfältig mit der TSV verbunden. 1990 trat er unserem Verein bei und war in seinen Anfängen zuerst als Betreuer, dann auch als Abteilungsleiter in der Fußball-Abteilung aktiv. Im Jahr 2002 stellte er sich der Wahl zum 1. Vorsitzenden und bekleidetet dieses Amt stolze 11 Jahre. Bis zuletzt war er auf Grund seiner Verdienste für den Verein Ehrenmitglied der TSV Reinbek.

Wir werden dein Andenken bewahren.

Sportfest 2020 → 2021!

So sehr wir uns auf das diesjährige Sportfest, welches ursprünglich am 13.09.2020 hätte stattfinden sollen, gefreut haben, so schade war es als wir uns im August dazu entschlossen, dieses abzusagen.

Für uns war die Entscheidung definitiv keine leichte, mit Blick auf die Dynamik nach den Sommerferien in unseren Augen aber die einzig Richtige. Ein Sportfest, so wie wir alle es kennen, mit verschiedenen Attraktionen zum Ausprobieren, wie einer Hüpf-

burg, einem Bungee Trampolin, den unterschiedlichsten Parcours, wie der Kinder Olympiade oder der Parcours Challenge, den Aufführungen der einzelnen Abteilungen und allgemein einem offenen Vermischen und Austauschen wären mit den zu der Zeit geltenden Auflagen nicht kompatibel gewesen. Da bei unseren Sportfesten vor allem der soziale Aspekt neben dem sportlichen im Vordergrund stehen soll, ist der Entschluss gereift, dass die gesellschaftliche Verantwortung

in diesem Jahr Vorrang hat.

Gemeinsam sollten wir deshalb nach vorne blicken und uns auf ein Sportfest im nächsten Jahr freuen. Unser Engagement bei der Vorbereitung trübt dieses jedenfalls nicht, im Gegenteil wir freuen uns darauf im nächsten Jahr wieder ein Sportfest, wie es seit Jahren stattfindet, zusammen mit euch zu erleben und unsere Anlage in 2021 beim Sportfest zum Leben zu erwecken.

Neuer 2. Vorsitzender gewählt



und ist darüber hinaus als Trainer im GeFit tätig. Wir freuen uns sehr, dass er sein Engagement bei uns nun ausweitet und als 2. Vorsitzender den geschäftsführenden Vorstand mit seinen

Ideen bereichern wird. Ebenfalls einstimmig in ihren Ämtern bestätigt wurden die Vorstandsreferentin Marion Kruse sowie der Ehrenrat.

Am 8. September fand in den Sälen I+II der Mehrzweckhalle der TSV die Delegiertenversammlung statt. Turnusmäßig stand die Wahl des 2. Vorsitzenden auf der Tagesordnung. Unser langjähriger 2. Vorsitzender Michael Medag stand nicht erneut zur Wahl. Wir bedanken uns an dieser Stelle noch einmal sehr herzlich bei dir für dein Engagement und wünschen dir für die Zukunft alles erdenklich Gute! Es stand also bereits fest, dass wir einen neuen 2. Vorsitzenden wählen werden. Zur Wahl stellte sich Sebastian David und wand sich mit ein paar Worten an die anwesenden Delegierten bevor er einstimmig, mit Ausnahme einer Enthaltung, gewählt wurde. Sebastian David ist im Verein kein Unbekannter. Er engagiert sich bereits seit längerem im Verein

Miniworkshop für Männer im GeFit



Für Männer startete im September die Gruppe „Einführung in das Gerätefitnessstraining“. Hier geht es um die Integration von interessierten Flüchtlingen in die Abteilung „GeFit“. Der Trainer Thimo Hilke zeigt, erklärt und lässt die Fitnessgeräte ausprobieren. Neben dem sportlichen Aspekt wird vermittelt, wie der Sportbetrieb in einem Verein funktioniert. Es werden Fragen geklärt zur Mitgliedschaft und zum demokrati-

schen Aufbau eines gemeinnützigen Sportvereins. Manchmal geht es auch um ganz praktische Dinge, wie z.B. Fragen zu den Hygienevorschriften oder ob Frauen und Männer gemeinsam trainieren dürfen. Oder es geht einfach nur darum, sich kennenzulernen und von den jeweils unterschiedlichen Kulturen zu lernen. Dieses Engagement wird durch den Deutschen Olympischen Sportbund finanziell unterstützt.



VEREINSLEBEN

Sofia Otto neue FSJlerin

Hallo! Mein Name ist Sofia Otto, ich bin 20 Jahre alt und komme aus Reinbek. Dieses Jahr habe ich mein Abitur am Gymnasium Glinde gemacht. In meiner Freizeit treibe ich sehr viel Sport, allen voran Schwimmen. Und obwohl ich die Rolle eines Sportlers sehr liebe, macht mir die Rolle des Übungsleiters mindestens genau so viel Spaß. Das ist auch der Grund dafür, wieso ich ein Sportstudium nach diesem Jahr in Erwägung ziehe.

Ich selber war auch viele Jahre in der TSV Reinbek aktiv, weshalb es mich umso mehr freut, hier nun mein Freiwilliges Soziales Jahr absolvieren zu dürfen. Von diesem FSJ erhoffe ich mir einen umfangreichen Einblick hinter die Kulissen eines so großen Sportvereines zu bekommen und gleichzeitig viele Praxiserfahrungen mit den unterschiedlichsten Gruppen zu sammeln. Ich freue mich auf die kommenden Monate und die gemeinsame Zusammenarbeit!



Ausbildung in der TSV Reinbek

Ich bin Svea Bokeloh, 19 Jahre alt und mache in der TSV Reinbek eine Ausbildung zur Sportfachfrau. Auch vorher war ich bereits in der Basketballabteilung, der Vereinsjugend und dem Team Kinderschutz tätig. Mit der Vereinsjugend bin ich zum Beispiel erst als Teilnehmer und dann als Betreuer ins Zeltlager oder auf Jugendreise gefahren. Für das Team Kinderschutz bin ich unter anderem als Referentin bei

unseren Kinderschutzseminaren tätig und in der Basketballabteilung trainiere ich die U12.

In meiner dreijährigen Ausbildung werde ich sowohl in der Geschäftsstelle, als auch in Schulkursen und Vereinsgruppen eingesetzt. Ich freue mich auf die abwechslungsreichen Aufgaben und vor allem die Sportgruppen und Aktionen mit Kindern.



Fahrradfahren für Frauen

Im Rahmen der Förderprogramme für Integration durch Sport hat die TSV auch dieses Jahr wieder einen Radfahrernerkurs angeboten. Eingeladen wurden Frauen mit und ohne Migrationshintergrund. Nesrin Yasar-Ziegler hat eine Woche lang sehr einfühlsam acht interessierten Frauen gezeigt wie man die Balance auf dem Rad hält. Die jüngste Teilnehmerin war 17, die älteste Teilnehmerin über 70! Alle konnten nach dem Kurs ihr Fahrrad beherrschen – und es wurden sogar kleine Ausfahrten zum Täbyplatz unternommen. Das Radfahren ist wichtig und ein enormer Schritt für die Emanzipation der Frau. Es bedeutet unabhängig und frei zu entscheiden, wann und wohin man (Frau) fahren möchte und trägt zur Mobilität bei. Außerdem fördert das Radfahren das Herz- Kreislaufsystem und hält fit.



Sportlerehrung durch den Kreissportverband Stormarn

Im Februar dieses Jahres fand die alljährliche Sportlerehrung des Kreissportverbandes Stormarn in Bad Oldesloe statt. Eingeraht von Reden und musikalischer Untermalung wurden hier die besten Einzelsportler, männlich und weiblich, sowie die besten Mannschaften des Kreises geehrt. Mit dabei, Tim Rummelhagen (Leichtathletik) und Corre Ahnsehl (Karate), beide nominiert als Sportler des Jahres. Tim belegte letztendlich den 2. Platz vor seinem Vereinskollegen Corre, welcher auf dem 3. Platz landete. Zusätzlich zu der Ehrung zeichnete der KSV die größten Talente in Stormarn aus. Neben Tim und Corre erhielt auch Arlette Haacke (Karate) diesen Talentförderpreis, der gleichzeitig mit einer finanziellen Unterstützung verbunden ist. Das gute Abschneiden ergänzte Sofia Otto, unsere neue FS-Jlerin, die gemeinsam mit ihrer Schwimmmannschaft in der Ka-



v.l. Tim Rummelhagen, Corre Ahnsehl, Arlette Haacke

tegorie „Mannschaft des Jahres“ den 3. Platz belegte. Im Anschluss an die Veranstaltung gab es noch die Möglichkeit sich bei Getränken und etwas Kleinem zu Essen mit den unterschiedlich-

ten Akteuren des Sports auszutauschen und mögliche neue Kontakte zu knüpfen. Somit war es für alle Beteiligten ein sehr schöner Abend.

Seniorenweihnachtsfeier 2020

Solange böse Viren versteckt in Aerosolen eine gemeinsame Weihnachtsfeier als hervorragenden Tummelplatz zur allgemeinen Verbreitung unter uns Menschen ansehen würden, werden wir die Raumluft in Saal I staub trocken lassen und jeglichen Ansteckungsversuch im Keime ersticken! In diesem Sinne und zum Schutze Aller, haben wir unsere diesjährige Weihnachtsfeier abgesagt. Verschoben ist nicht aufgehoben! Die nächste Weihnachtsfeier wird umso feierlicher werden! Wir sind schon jetzt am Planen und möchten Euch im Jahre 2021 (hoffentlich) überraschen dürfen. Bis dahin: Bleibt gesund und fit, behaltet Euren Frohsinn!

Hier noch ein kleiner Rückblick auf die Weihnachtsfeier 2019 mit ca. 100 Teilnehmer/innen. Wir hatten als Highlight eine Tanzaufführung der HipHop Grup-



pen. Die Jungen und Mädchen haben in einem passenden weihnachtlichen Outfit eine impulsive abwechslungsreiche Tanzshow präsentiert. Antje de Boer konnte die aufkommende Tanzbegeisterung aufnehmen und lud alle zu flotten Tänzen im Sitzen ein. Verzaubert wurden die Gäste dann von Gabi Bartz mit iri-

schem Steptanz. Ein riesiges Kuchenbuffet mit vielen selbstgebackenen Leckereien rundete den ganzen Nachmittag ab. Last but not Least: Wir wurden von der Musikerband Peter, Peter & Kerstin mit weihnachtlichen und amüsanten Musikstücken begleitet. Natürlich wurde auch wieder kräftig mitgesungen!

Wer sind wir:

Unsere Vereinsjugend besteht zurzeit aus 18 jungen Menschen im Alter von 13 – 26 Jahren. Alle bringen unterschiedliche Interessen, Erfahrungen und Fähigkeiten mit. Also perfekte Voraussetzungen um gute Jugendarbeit zu machen. Wir treffen uns regelmäßig einmal im Monat um unsere vielfältigen Veranstaltungen zu planen. Hier eine Liste mit unseren nächsten Veranstaltungen:

Veranstaltungen 2021

- Lichterfest am Abend vor Heiligabend
- Sportnacht am 03.01.2021

- Vereinsjugendversammlung am 02.03.2021 (mit Wahl des Ressortleiters)
- 44 Stunden Sport, Spiel & Spaß in den Osterferien
- Walpurgisnacht am 30.04.2021
- Zeltlager nach Sylt 24.06.-08.07.2021
- Jugendreise nach Norwegen 16.07 – 31.07.2021,
- Reinbeker Sportfest im September 2021
- Halloween Magic Night im Oktober 2021
- Laternenumzug im November 2021
- Lichterfest im Dezember 2021

Vereinsjugend & Kinderschutz

Natürlich könnt ihr fragen, was hat die Vereinsjugend mit Kinderschutz zu tun? Für uns ist die Antwort ganz einfach: Wir wollen nicht nur über Kinder und Jugendliche reden, wir wollen die Aufgabe „aktiver Kinderschutz im Sport“ gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen anpacken. Die Vereinsjugend ist bei jedem Projekt des Team Kinderschutz mit dabei, egal, ob es im Zeltlager ist, auf der Jugendreise oder bei einem Vortrag im Reinbeker Rathaus. Auch bei den Kinderschutzseminaren der TSV Reinbek ist die Vereinsjugend fester Bestandteil des Referententeams.

Das Vereinsjugendseminar 2020 „Arbeit und Freizeit“



Gleichgesinnte treffen, Sport treiben, Spaß haben und sich nebenbei über die Jugendarbeit im Verein unterhalten, das ist das Ziel der jährlichen Seminare der Vereinsjugend.

Dieses Seminar richtet sich an Jugendliche, die Lust haben, im Verein etwas zu bewegen und/oder an Projekten mitzuwirken, wie: Sportnächte, 44 Stunden Sport, Spiel & Spaß, Walpurgisnacht, Zeltlager, Jugendreise, Sportfest, Laternenumzug, Lichterfest und natürlich auch Projekte im Kinderschutz. Gerne könnt ihr auch eigene Ideen mitbringen. Voraussetzungen gibt es nicht. Diese Reise verpflichtet auch zu keinem Engagement. Es soll lediglich dem Austausch von Informationen dienen. Womöglich entwickelt sich daraus etwas – das wäre wünschenswert, ist

aber nicht Bedingung. Das Seminar der Vereinsjugend 2020 fand in einem Ferienhaus auf Römö in Dänemark statt. Geleitet wurde dieses Seminar von unserem Jugendwart Martin und unserer Auszubildenden Svea.

Da der Redaktionsschluss dieser Vereinszeitung vor dem Reisetag lag, zeigen wir hier die Liste der Themen, mit denen wir uns beschäftigen wollten:

- Satzung der TSV Reinbek
- Jugendordnung der TSV Reinbek
- Kinderschutzbroschüre und Kinderschutzflyer
- Filme und Fotos von Zeltlager und Jugendreise 2020 bearbeiten
- Homepageauftritt der Vereinsjugend überarbeiten
- Ausschreibungen für Zeltlager und Jugendreise
- Ampelplakat

- Überarbeitung der Märchenfiguren
- Halloween Magic Night
- Laternenumzug
- Lichterfest

- Sportnacht
- 44 Stunden Sport, Spiel & Spaß
- Walpurgisnacht

Aber außer den vielen Themen soll natürlich auch die Freizeit nicht zu kurz kommen. Wir gehen auch an den Strand, um je nach Wetter mit den Body Boards in den Wellen zu toben oder mit den SUPs auf dem flachen Wasser zu paddeln. Wir werden auch Drachen fliegen, Zeit im Whirlpool verbringen und/oder einfach auf den Sofas rumlummeln um bei Kaffee, Keksen und Kuchen die Seele baumeln zu lassen.

Jugendreise 2020 „viel gestolpert“



Für 15 Tage fuhren 18 unerschrockene Jugendliche mit ihren 4 Betreuern in ein Selbstversorgerhaus nach Römö in Dänemark. Durch die Corona-Pandemie stand lange nicht fest, ob die Reise stattfinden kann, aber 3 Wochen vor der Fahrt stellten die EU, der deutsche Innenminister, die Dänische Ministerpräsidentin

Reisegepäck und Strandspielzeug nach Dänemark. Für den Grenzübertritt benötigte jedes Auto die „Fahrzeugpapiere“, die „Personalausweise“, den „gültigen Mietvertrag für das Ferienhaus“, eine „Corona-Reiseerklärung“ sowie eine „Erklärung für Alleinreisende Jugendliche, die nicht von ihren Eltern begleitet werden“.



sowie die Landesregierung von Schleswig-Holstein die Zeichen auf grün und unsere Reise konnte stattfinden. Mit drei Kleinbussen sowie einem Anhänger transportierten wir dann Unmengen an

Bereits auf dem Vortreffen wurden alle Teilnehmer in Kochgruppen eingeteilt, um uns jeweils einen ganzen Tag lang mit kulinarischen Köstlichkeiten zu verwöhnen. Jeden Morgen gab es selbstgebackene einfache Brötchen und Franzbrötchen, gelegentlich wurden auch Käsebrötchen, Sonnenblumenkernbrötchen, Röstzwiebelbrötchen, Mohnbrötchen und Kräuterbrötchen gebacken. Auch das Abendessen war sehr vielseitig: „Hot Dogs“, „vegetarische Gemüsepfanne mit Reis“, „Nudeln mit zwei Soßen“, Chili mit Brot“, „Kartoffelsuppe“, „Wraps“, „Kartoffelpüree mit Bohnen und Fisch“, „Burger“, „Nudeln mit Gulasch“, „Country Potatoes mit Quark und Gemüse“, „Reis mit



gemischtem Gemüse und Wiener Würstchen“, „Nudelsuppe mit Kartoffeln“.

Täglich gab es die Abendrunde, auf der jeweils ein Betreuer noch einmal erzählte, was über den Tag so passiert ist. Außerdem wurde der nächste Tag besprochen; z.B. die Frühstückszeit, das Tagesprogramm, die Koch- und Reinigungsgruppen für den kommenden Tag.



Natürlich haben wir auch schöne Aktivitäten gemacht: Sandburgen bauen, All Sports Golf, Lenkdrachenfliegen bei Windstärke 5-6 und in Böen 8, Baden in den Wellen, Bodyboard fahren, Stand Up Paddeln und natürlich Autos eingraben, ausgraben und rausziehen. Am und im Haus haben wir auch viele Spiele gespielt: Montagsmaler, Quiz, Ding Dong König, Karten spielen, Meiern, Werwolf, Spiele im Pool, chillen im Whirlpool sowie einen Saunatag. Außerdem wurde viel „in den Pool gestolpert“ und die Bewohner des Heims mussten häufig ihre Leiter suchen. Weitere Highlights der Reise waren „Cluedo nachts im dunklen Wald“, sowie das „Tough Mudder Race“. Auch dieses war eine wunderschöne Reise, die Teilnehmern und Betreuern viel Spaß bereitet hat.



Zeltlager 2020 „eine göttliche Zeit“



besonderen Programmpunkten gehörten unter anderem der traditionelle Casinoabend mit lustigen Spielen und alkoholfreien Cocktails, der Discoabend, an dem wir alle zu den Songs singen und tanzen konnten, die uns zwei Wochen lang begleiteten, sowie ein Ausflug ins Erlebniszentrum Naturgewalten in List. Auch ein Jahrmarkt mit klassischen Spielen durfte nicht fehlen. Das Thema des diesjährigen Mottotages lautete Olympia und griechische Götter, die natürlich von uns Betreuern gespielt wurden. Ganz besonders viel

Trotz der Corona-Pandemie fand auch dieses Jahr wieder das Zeltlager der TSV Reinbek statt. Diesmal führte uns die zweiwöchige Reise wieder auf den Jugendzeltplatz Möskendeel nach Sylt. Am 22.07. kamen wir mit 23 Teilnehmern und 7 Betreuern



nach einer angenehmen Bahnfahrt gegen Mittag auf dem wunderschönen Platz nahe Hörnum an. Dann ging es sofort das erste Mal baden in der Nordsee. Dafür mussten wir nur einmal die Düne



überqueren. Leider war das Wetter fortan nicht mehr so gut, was uns aber nicht daran hinderte jeden Tag ein langes Programm mit vielen, abwechslungsreichen Spielen – wie dem sportlichen Hütchen klauen oder dem ruhigeren Werwolf – zu machen. Auch kreative Aufgaben wie ein Sandburgenwettbewerb am Strand gehörten dazu. Es war also für jeden etwas dabei. Zu unseren

Action bot die Nachtwanderung im Wald von Westerland, in der Geister und Kreaturen verschiedenster Art den Teilnehmern Grusel, aber auch viel Spaß bereiteten. Insgesamt war es eine sehr schöne Zeit, die allen Beteiligten viel Spaß machte. Wir Betreuer möchten uns alle herzlich bei euch für diese großartigen Wochen bedanken.



Das Ampelprojekt

Bei der Qualifizierungsmaßnahme der Kinder und Jugendlichen wurde das sogenannte „Ampelprojekt“ erarbeitet. Dabei ging es um das Verhalten von Erwachsenen, insbesondere TrainerInnen und BetreuerInnen den Kindern und Jugendlichen gegenüber. Dabei mussten sich die Kinder selbst darüber klarwerden, wo ihre Toleranzgrenzen liegen. Die Farbe Grün steht dabei für Verhalten, das in Ordnung ist, Gelb steht für grenzwertiges und Rot für unerwünschtes Verhalten. In manchen Fällen sind Kinder toleranter als wir Erwachsenen glauben, auf anderen Gebieten viel empfindlicher als wir denken.

- **Grün: das Verhalten ist völlig OK**

- **Gelb: das Verhalten ist Grenzwertig**

- **Rot: das Verhalten ist überhaupt nicht OK**

Hier sechs Beispiele aus dem Ampelplakat:

- Handgemenge auflösen, notfalls mit Körperkontakt

- Angemessene Bestrafung bei Fehlverhalten

- Kritisieren von Dingen die nichts mit der Sportart zu tun haben

- Versehentlicher unangebrachter Körperkontakt

- Alkohol, Zigaretten, Drogen,



usw. anbieten oder in Gegenwart von Kindern/Jugendlichen konsumieren

- Trainer in Kabinen des anderen Geschlechts

Das Team und seine Aufgaben

Unser Team Kinderschutz hat zurzeit 6 aktive Mitglieder. Wir treffen uns alle 4-6 Wochen, um über den „aktiven Kinderschutz im Sport“ zu reden und Veränderungen herbeizuführen. Hier eine Auswahl der von uns initiierten Maßnahmen:

- Ehrenkodex und erweiterte Führungszeugnisse für alle Vorstandsmitglieder und Angestellten der TSV Reinbek

- Ehrenkodex und erweiterte Führungszeugnisse für alle Übungsleiter

- Besuch von Infoveranstaltungen

- Ausbildungen als „Ansprechpartner bei Kindeswohlgefährdung“

- Fortbildungen für die ausgebil-

deten Ansprechpartner

- Inhouse-Seminare für unsere Übungsleiter

- Kinderschutzbroschüre, Faltflyer und Kummerkasten

- Seminare im Zeltlager und auf der Jugendreise

- Schulkooperationen mit der Gemeinschaftsschule und der Sachsenwaldschule

- Gefahrenanalyse der Sportstätten

- Leitfaden, um auch im Notfall handlungsfähig zu sein

Unsere nächsten Veranstaltungen:

- Kinderschutzprojekte mit der Gemeinschaftsschule Reinbek im Oktober 2020

- Kinderschutzseminar für Lehrer des Sachsenwaldgymnasiums am 02. Dez 2020

- Kinderschutzseminar für Übungsleiter, Betreuer und interessierte Eltern am 27. März 2021

- Vortrag auf der Delegiertenversammlung der TSV Reinbek im Frühjahr 2021

- Workshops im Zeltlager und auf der Jugendreise im Sommer 2021

- Infostand auf dem Reinbeker Sportfest im September 2021

- Kinderschutzseminar für Erwachsene im Rahmen der Stormarner Kindertage im September 2021

- Aus- und Fortbildungen der Ansprechpartner im November 2021

Wir suchen Teamzuwachs

Unser Ziel ist es, eine Kultur der Aufmerksamkeit zu schaffen, nicht mehr wegzusehen, sondern hinzuschauen. Kinder sind die Zukunft der Gesellschaft, aber auch unseres Vereins. Daher ist es uns eine Herzensangelegenheit, ihnen bei uns einen sicheren Raum des Sporttreibens und Entwickelns zu bieten. Der Schutz der Kinder muss in allen

Bereichen gewährleistet sein. Dabei geht es aber nicht darum, alle unter Generalverdacht zu stellen. Vielmehr geht es uns um einen bewussten Umgang miteinander. Als geschulte Ansprechpartner stehen wir sowohl den Kindern zur Verfügung und bieten darüber hinaus regelmäßig Trainern, Betreuern und allen Interessierten Schulungen zu die-

sem Thema an. Um dieses Thema weiter zu verbreiten und in den Verein und die Gesellschaft zu tragen, suchen wir dich zur Unterstützung unseres Teams. Bei Interesse melde dich gerne unter kinderschutz@tsv-reinbek.de. Wir freuen uns, dich bei unserer nächsten Sitzung im Januar 2021 begrüßen zu dürfen.

Aikido Homedojo

Als aufgrund der Coronakrise das bisherige Sporttreiben nicht mehr wie gewohnt stattfinden konnte, sahen wir uns mit vielen neuen Herausforderungen konfrontiert.

Da waren wir nun also mitten in einer Krise, ausgesperrt aus unserem normalen Lebensablauf, ggf. im Homeoffice, aber garantiert nicht mit unseren Gleichgesinnten im Dojo. Diese Situation erforderte unter anderem viel Kreativität von uns. Und wenn wir uns schon nicht im Dojo zum gemeinsamen Üben treffen können, so können wir doch gemeinsam im jeweils eigenen „Homedojo“ üben - was mit dem Office geht, geht mit dem Dojo schon lange!

Was wir dafür brauchten war nur ein wenig „Raum“ für uns - sowohl zeitlich als auch räumlich. Und aus diesem „Raum“ machten wir unser Dojo. Alle Aikidokas hatten schon genügend Trainingseinheiten hinter sich, um sich selber um ein ansprechendes Übungsprogramm kümmern zu können. Trainingspläne wurden versendet, mit Fotos und Videos untermauert, und diverse Telefonate halfen beim erfolgreichen Trainieren

daheim. Und um noch einen weiteren Ansporn zu haben gab es die Ansage: „Wenn ihr ein Trainingstagebuch führt, mit der Angabe wann und wie lange ihr geübt habt, dann wird das auch in die Übungseinheitenstatistik mit eingebracht!“ - eine Auflistung des Trainingsfleißes, die auch mit in die Beurteilung bei eventuellen Gürtelprüfungen einfließt.

Zu den Ostertagen wurde dann noch zu einer Foto-Challenge aufgerufen: „Schickt mir ein Foto von Eurem Homedojo, mit oder ohne Euch, drinnen oder draußen, ernsthaft, spaßig, kreativ, retuschiert...“ - als Preis winkte ein kleiner Aikido-Rucksack-Beutel.

Aus den zahlreichen Einsendungen haben dann alle Abteilungsmitglieder ihre Favoriten gewählt, die beiden bestbewerteten Fotos findet ihr mit einer Bildunterschrift versehen auf unseren beiden Abteilungsseiten.

Als wir dann im Mai bereits wieder mit viel Abstand drau-

合氣道

A
I
K
I
D
O

Reinbek



ßen auf der Sportanlage trainieren durften, zeigte sich auch schnell, wer die Zeit im Homedojo gut genutzt hat und Aikido für sich als krisensichere Bewegungskunst etabliert hat.



Nach 500 Schlägen ruhen Körper und Geist - Christian Seeberger

Der Einstieg ins Aikido

In unserer Abteilung gibt es zahlreiche Trainingsangebote, die alle auch für Anfänger geeignet sind. Der übliche Einstieg erfolgt im laufenden Training – je nach Alter in der Kinder- (9-13 Jahre) oder der Erwachsenengruppe. Da man bei bloßem Zuschauen jedoch nur wenig mitnehmen kann, ist man sofort eingeladen, am Training (dosiert nach den individuellen Möglichkeiten) teilzunehmen. Lust auf Neues und bequeme Kleidung zum Bewegen

sind hier die einzige Voraussetzung.

Beim Aikidotraining wird nicht gegeneinander gekämpft, sondern miteinander geübt. Da Wettkämpfe zwangsläufig dem von Morihei Ueshiba geprägten Ideal des Aikidos widersprechen, ist ein Üben in einer angenehmen, friedlichen und entspannten Atmosphäre möglich. Daher ist es für den Beginn eine große Hilfe, wenn sich die Anfänger mit

den Fortgeschrittenen mischen.

Weil sich jedoch manche mit einem solchen Einstieg schwertun, bieten wir einen eigenen Aikido Einführungskurs an. Dieser vermittelt einen ersten Überblick über die Grundlagen und gibt etwas mehr Zeit für einen ersten Eindruck.

Aikido Einführungskurs: 3.2.-24.2.2021, mittwochs 19:30-20:30 – Anmeldung unter info@tsv-reinbek.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 berechtigter 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: Fritz Heemann, Julius Hofedank

9. Kyu: Cora Maack, Tim Swenningshon

8. Kyu: Ole Karsten

3. Kyu: Hendrik Wichards

2. Kyu: Samuel Jaeschke



Die Welt ist mein Dojo - Henning Hoffmann



BADMINTON

Badmintontraining in der TSV



Wir suchen neue Mitglieder!

Die Badmintongruppe der TSV Reinbek sucht neue Mitglieder!
Das gilt sowohl für die Gruppe der Erwachsenen als auch für die Kinder- und Jugendgruppe.

Die Gruppe ist in Bezug auf die Leistung und das Alter so bunt gemischt, dass (fast ;-)) Jede und Jeder zu uns passt und angemessene Mitspieler finden kann. Spaß am Spiel steht bei uns eindeutig im Vordergrund, es gibt aber auch ein kompetentes Trainingsangebot, für Alle, die „mehr“ wollen ...

Bei uns findest Du (D-)einen Mix aus produktiver Trainingsatmosphäre, Teamgeist und Spaß! Dazu gehört auch die Tatsache, dass problemlos Aktive unterschiedlicher Spielstärken und Interessen miteinander spielen und arbeiten. Regelmäßig versuche ich darüber hinaus meine Erfahrung als Fitness- und Personal-Trainer beim Aufwärmen und in Bezug auf viele „Rücken- und Gesundheitsfragen“ einzubringen.

Kinder & Jugendtraining:	- freitags 17:30 - 19:00 Uhr
Erwachsene: Training & freies Spiel	- freitags 19:00 - 22:00 Uhr
Erwachsene: freies Spiel	- montags 20:00 - 22:00 Uhr

Bei Interesse bitte melden!

Euer Alexander
badminton@tsv-reinbek.de



Passt sicher auch DIR? ↗

Die Ballettschule in der TSV Reinbek

In meinen Ballettkursen geht es darum, eine gute klassische Ballett-Technik zu erlernen, die uns die Grundlagen gibt, alle möglichen Musikstücke zu interpretieren und unsere Tanzideen zu verwirklichen. Wir tanzen die Freude und die Wut, die Liebe und die Trauer, die Angst und die Freiheit. Das Ziel ist, durch die Beherrschung unserer Körper und das Erlernen von Bewegungsabläufen frei zu sein und alles, was wir fühlen, ausdrücken.

Das Balletttraining ist so schwer, so anstrengend und herausfordernd wie ein Leistungssport.

Fleiß, Körperbeherrschung und -kontrolle und die Liebe zum Tanz machen es möglich: Wir verbinden uns mit der Musik, geben jeder Bewegung eine Bedeutung und eine Absicht und erzählen unsere Geschichten - wahrhaftig und ehrlich!

Und dann, wenn du die Menschen berührt hast, wenn du spürst, dass sie mit dir fühlen, wenn du sie zu Tränen rührst... das ist die Belohnung!

Vergessen sind die viele Übungsstunden, das Überwinden des „inneren Schweinehundes“, das Ertragen des Muskelkaters oder die harten Muskeln nach dem Training!



FOTO: MARTA POPPE

Das sagen die Größeren:

„Beim Ballett in der TSV Reinbek gefällt mir, dass die Freude am Lernen im Vordergrund steht. Wir gehen respektvoll miteinander um. Wir kennen uns lange und fühlen uns wie in einer Familie. Die Konzentration auf die Bewegung, auf unsere Körper lässt uns vom Alltag abschalten und wir genießen den freien Lauf unserer Emotionen!“ *Laura*

„Beim Ballett habe ich viel Spaß und kann den Schulstress vergessen. Am bestens fühle ich mich in der Gruppe „Ballettauf-

bau“, da ich dort alle Mädchen schon so gut kenne. Beim Ballett III, die Gruppe in die ich jetzt ganz wechseln soll, muss ich mich noch etwas eingewöhnen.“

Lilli

„Ballett ist für mich Körperkontrolle und Stärke aber auch die Freiheit, meine Emotionen in die Tänze zu legen. Auch wenn ich länger nicht dabei sein konnte, ist es immer sehr schön, alle wieder zu sehen und gemeinsamen zu trainieren.“

Anna

„Ich tanze seit über 12 Jahren Ballett - das Tanzen ist für mich



FOTO: MARTA POPPE



FOTO: MARTA POPPE

der Ausgleich zum Alltag geworden, wo ich mich auspowern, alle Probleme vergessen kann und einfach wunderbare Menschen treffe. Ob das Training an der Stange oder das Üben von neuen Tänzen - nach dem Ballett geht es mir besser, da das Tanzen meine Leidenschaft ist. Deshalb wünsche ich mir, dass ich noch lange bei der TSV Reinbek tanzen werde, denn einen anderen Ballettunterricht, als den von Júlia, kann ich mir einfach nicht mehr vorstellen.“ *Florentine*

„Ich bin seit 15 Jahren dabei. Beim Ballett habe ich über die Jahre eine zweite kleine Familie aufgebaut. Das gemeinsame Tanzen und Lernen erfüllen mich.“ *Lilly*

„Ballett bedeutet für mich einen Ort, um meine Gefühle auszudrücken. Seit dem ich bei Júlia tanze, bin ich viel selbstbewusster geworden. Unsere Ballettgruppe ist meine Ballettfamilie. Ich bin seit 12 Jahren dabei.“

Merve

„Beim Ballett zeige ich mich und meine Gefühle durch die Musik und die Bewegung, ohne dabei sprechen zu müssen. Das Training hat mich Ehrgeiz und Disziplin gelehrt. Es macht mich stark - auch für den Alltag. Ballett macht einfach viel Spaß und man

lernt jeden Tag viel Neues. Ich bin seit 11 Jahren dabei.“

Luisa

„Ballett ist eine Leidenschaft für mich. Nach meinem Empfinden ist es die Sportart, bei der man am meisten auf Perfektion hinarbeitet, sie jedoch am wenigsten erreicht. Das ist eine der größten Sachen, die mich daran faszinieren.“ *(anonym)*

„Ich komme vom Turnen, aber Ballett mache ich nicht deswegen. Am liebsten denke ich mir selber Choreografien aus, wobei ich gerne klassische Bewegungen mit modernen Elementen kombiniere.“ *Sara*

„Mir gefällt es sehr, dass in der Gruppe ein „WIR“ - Gefühl entstanden ist. Gemeinsam üben wir, verbessern uns, machen Fortschritte, entwickeln uns weiter. Am liebsten tanze ich im Zentrum und natürlich unsere Tänze. Die Basics an der Stange gelingen mir ganz gut, da habe ich inzwischen ein gutes Verständnis für alle Abläufe. Ich würde gerne etwas mehr Dehnung erreichen und mich freier in meinem Ausdrucksformen fühlen.“ *Mary*

„Beim Ballett kann ich vom Alltag abschalten“ *Malin*

„Wenn ich tanze, fühle ich mich frei. Ich muss keine Rolle erfül-

len, sondern nur ich sein.“

Nora

„Mir gibt Ballett eine Pause von Alltag und Schulstress!“ *Alina*

„Ballett ist vielfältig, man kann verschiedene Gefühle darstellen.“ *Luisa*

„Mir geht es auch um die Gruppe. Wir haben dieses als gemeinsames Interesse, sind schon lange zusammen und erleben das Tanzen als eine Gemeinschaft.“

Fiona

„Jeder Tanz ist anders. Wir gehen gemeinsam da rein und suchen die Bedeutung, den Ausdruck.“ *Aleksandra*

„Wenn ich nicht tanze, dann fehlt mir was! Man braucht keine Worte, denn die Sprache des Tanzes ist universell.“ *Linda*

„Ich möchte die Schönheit des Balletts erreichen und fit sein!“

Ilona

„Ich liebe das Tanzen, vor allem die Drehungen.“ *Lilia*

„Die Ballettbewegungen sind einfach so schön!“ *(anonym)*

„Mich fasziniert die nötige Körperbeherrschung, die man braucht, um die so schwierigen Bewegungen leicht und anmutig erscheinen zu lassen.“ *(anonym)*

Das sagen die Kleineren:

„Ich mag am liebsten schnell tanzen! Und ich würde gerne Spagat können!“ *Lena*

„Ich springe und drehe mich gerne! Spagat können, das wäre toll!“ *Hayley*

„Für mich ist Stopptanz das Beste! Tief Hocken wie im Monster-Tanz finde ich schwer.“

Alexandra

„Es ist schwer, auf den Fußballen zu stehen.“ *Alma*

Wir wollen, dass der Monster-tanz gut klappt und wir ihn alleine ohne Julias Hilfe schaffen können!

Das sagen die ganz Kleinen:

„Ich tanze gerne Stopptanz.“

Luca

„Ich springe am liebsten!“

Anna und Lilli

„Ich mag den Blumentanz
gern!“

Nele

„Ich brauche neue Ballett-Schu-
he!“

Luna

„Stopptanz ist anstrengend!“ -
Hannah

„Ballett ist schön.“

Anna, Lara, Lilli und Ruth

„Füße strecken finde ich
schwer!“

Lilli

Und das sagen die Erwachsenen:

„Ich bin seit 20 Jahre dabei! Die Gruppe ist so nett! Obwohl wir alle so unterschiedlich sind, passen wir gut zusammen. Ich habe mich sehr gefreut, als das Training nach dem Shutdown wieder los gegangen ist. Für mich ist es wichtig, auch im Alter die Dehnung zu behalten und das schnelle Auffassen der Übungen ist so eine Art „Gehirn-Jogging“! Die aktuelle Chorografie bein-

haltet viele Basics und z.B. viele Richtungsänderungen, die wir an der Stange und in Zentrum immer wieder üben. Wir müssen die Choreografie durch unseren Ausdruck und unsere Gefühle zu unserem eigenen Tanz machen!“

Renate

„Sich bewegen, trainieren, stark werden – aber alles zur Musik, mit der Musik und nach der Musik! Es ist zwar anstrengend, aber es macht einfach viel mehr Spaß, als nur Kraftübungen zu machen!“

Annik

„Erstmal finde ich die Lehrerin sehr nett! Beim Ballett kräftigt man seinen Körper, man gewinnt ein besseres Körperbewusstsein. Bei der Interpretation der Tänze muss man seine Gefühle wahrnehmen und zulassen.“

Nina

„Ballett ist für mich Entspannung und ein guter Ausgleich im Leben.“

Nadine

„Ich merke, dass durch das Ballett auch im Alter eine Ver-

änderung meiner Haltung stattfindet. Es gefällt mir, dass das Training ruhig und konzentriert verläuft, dass es gut erklärt wird, mit welchem Muskel man welche Bewegung erzielen kann. Vieles habe ich über Anatomie gelernt, worüber ich keine Ahnung hatte! Zu der Musik der aktuellen Choreografie habe ich zwar keinen Bezug gehabt, aber ich habe die Geschichte, die wir erzählen wollen, zu meiner eigenen gemacht und suche meinen eigenen Ausdruck.“

Swenja W.

„Ballett tut meiner Seele gut und macht mich selbstbewusster!“

Swenja P.

Ich bedanke mich bei allen Mitgliedern der Ballettabteilung für die vielen Beiträge und freue mich auf das weitere Training und das Entwickeln von neuen, schönen Tänzen!

Júlia da Costa Cabral

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!

ewerk
SACHSENWALD



BASKETBALL

Die Corona Zeit

Mitte März kam der Basketballbetrieb durch die Corona-Pandemie schlagartig zum Erliegen; keine Spiele, kein Training, kein Beisammensein. Im April haben wir dann einige Basketballvideos gedreht, zum Training zu Hause. Der Link zu diesen Filmen wurde allen Mitgliedern per Email zugeschickt, sodass man auch Videos anderer Sportarten anschauen konnte. Ab Mai durften wir dann wieder draußen Sport treiben, dafür haben wir im Paul-Luckow-Stadion zwei Streetballkörbe aufgestellt, sodass wir dort drei Korbanlagen zur Verfügung hatten. Alle unsere Trainingsgruppen fanden dann bis zu den Sommerferien draußen statt.

Nach den Ferien durften die Mannschaften dann wieder nahezu ohne Einschränkungen in den Hallen trainieren, die einzigen Beschränkungen gab es beim Betreten und Verlassen der Sportstätten, sowie beim Duschen. Ab September waren auch wieder Spiele erlaubt, zunächst

ohne Zuschauer. Die Durchführung der Spiele war allerdings an Auflagen gehängt, so musste die Corona Landesverordnung beachtet werden, außerdem die



ausgewiesen werden, Kabinen zugeteilt werden, mehr Mannschaftsbänke und Kampfgerichtstische aufgestellt werden und natürlich Hygienematerial bereitgestellt werden.

All dies hat gut funktioniert und kann so in die Punktspiele übernommen werden. Wir haben

Hygieneverordnung des Sportfachverbandes und der örtlichen Verwaltung. Das war nicht ganz einfach und sorgte dafür, dass wir zum Ausprobieren unseres Hygienekonzeptes ein Freundschaftsspiel gegen eine Mannschaft aus Bramfeld vereinbarten. Es mussten Wege

künftig deutlich mehr aufzubauen und benötigen bei den Spielen zusätzlich zwei Hygienebeauftragte in der Halle. Die Alternative wäre, nicht zu spielen, also nehmen wir diese Unannehmlichkeit auf uns und freuen uns auf die kommende Saison.

Unser Sponsor die Baugenossenschaft Sachsenwald

Die guten Nachrichten für die Saison 2020/21 begannen bereits im Dezember 2019, denn dort einigte sich die Basketball Abteilungsleitung mit der Baugenossenschaft Sachsenwald auf eine mehrjährige Zusammenarbeit. Gleich zu Beginn dieser Partnerschaft wurden alle Mannschaften mit neuen Heimspieltrikots ausgestattet. Die Trikots wurden bestellt, geliefert und es wurde eine offizielle Übergabe und Vorstellungsveranstaltung im März 2020 geplant. Doch dann kam Corona und alle Planungen waren für die Tonne. Aber Gesundheit geht eben vor. Da diese neue Partnerschaft über mindestens 5 Jahre laufen soll, waren wir uns einig, nichts übers Knie zu brechen und die offizielle Vorstellung zu verschieben. Allerdings hatten wir nicht mit der Länge dieser Pandemie gerechnet. Auf eine offizielle



Auftaktveranstaltung mit geladenen Gästen müssen wir wohl weiter warten. Mittlerweile sind wieder Basketballspiele erlaubt. Zugelassen sind aber nur die für die Spiele unbedingt notwendige

Personen. Und das sind auch schon eine ganze Menge: Spieler von zwei Mannschaften, Trainer, Betreuer, Schiedsrichter, Kampfgericht, Hygienebeauftragte, Fahrer der Gastmannschaft.

Vorschau auf die Saison 2020/21

Jedes Jahr zu Ostern ist im Basketball Saisonwechsel, das bedeutet, bei den Jugendmannschaften gehen die älteren Spieler in die nächste Altersklasse, die neuen Mannschaften werden zusammengestellt und für die Spielrunden gemeldet. Außerdem werden Qualifikationsturniere gespielt, um die Leistungsstärke der neuen Mannschaften zu ermitteln.

Unsere neuen Trainingsgruppen stellen sich wie folgt dar: Die Mannschaft der Altersklasse U10 ist in den Jahrgängen 2011/jünger geboren. Diese gemischte Mannschaft (Mädchen und Jungen) wird von Michelle und Martin trainiert. Ihre Trainingszeit ist freitags in der Zeit von 15 – 16.30 Uhr in der Grundschule Klosterbergen.

Die Mannschaft der Altersklasse U12 ist in den Jahrgängen 2009/10 geboren. Diese gemischte Mannschaft (Mädchen und Jungen) wird von Svea trainiert. Die Trainingszeiten sind Mittwoch 17 – 18.30 Uhr in der Hans-Bauer-Halle und freitags 16.30 – 18 Uhr in der Grundschule Klosterbergen.

Die Mannschaft der Altersklasse U14 ist in den Jahrgängen 2007/08 geboren. Diese gemischte Mannschaft (Mädchen und Jungen) wird von Lucas und



Martin trainiert. Die Trainingszeiten sind montags und mittwochs in der Zeit von 17 – 18.30 Uhr in der Hans-Bauer-Halle.

Die Mannschaft der Altersklasse U16 ist in den Jahrgängen 2005/06 geboren. Diese gemischte Mannschaft (Mädchen und Jungen) wird von Svea und Martin trainiert. Die Trainingszeiten sind mittwochs in der Zeit von 18.30 – 20 Uhr in der Hans-Bauer-Halle und freitags in der Zeit von 18 – 20 Uhr in der Sachsenwaldschule.

Die Mannschaft der Altersklasse U18 ist in den Jahrgängen 2003/04 geboren und wird von Jan trainiert. Die Trainingszeiten sind Dienstag und Freitag 18 – 20 Uhr in der Sachsenwaldschule.

Die Mannschaft der 1. Herren wird von Reiner trainiert, und zwar Dienstag und Donnerstag in der Zeit von 20 – 22 Uhr im Sachsenwaldgymnasium.

Bei der Freizeitsportgruppe ist Konditions-, Taktik- und Techniktraining verpönt, sie spielen einfach nur Basketball, und zwar dienstags in der alten Halle der Sachsenwaldschule. Geleitet wird diese Gruppe von Martin.

Die jüngsten Spielerinnen in unserer neuen Damenmannschaft sind im Jahr 2005 geboren. Diese Mannschaft trainiert montags in der Zeit von 18.30 – 20 Uhr in der Hans-Bauer-Halle. Trainer der Mannschaft ist Martin.

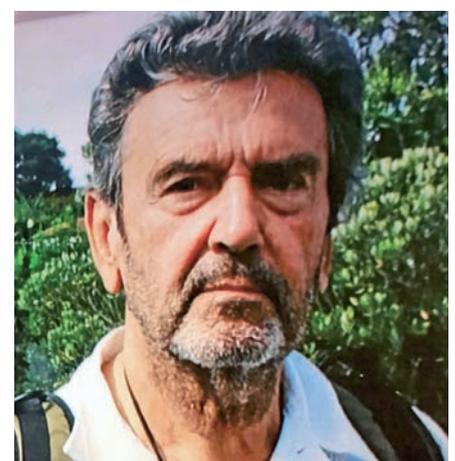
Laszlo Krausler

Wir gedenken Laszlo Krausler, einem der beiden Begründer der Basketballabteilung in der TSV Reinbek.

Am 15. Januar 1976 wurde die Basketballabteilung der TSV Reinbek aus der Taufe gehoben, am 03. August 1976 fand das erste Training statt und im Herbst begann der Punktspielbetrieb. Anfangs mit einer Jugend- und einer Herrenmannschaft, im Mai 1977 fand das erste Reinbeker Basketballturnier mit Gästen aus ganz Norddeutschland statt. Aus diesen kleinen Anfängen wurde mit den Jahren ein internationales Turnier mit Gästen aus ganz Europa: Franzosen, Dänen, Eng-

länder, Tschechen und Ungarn waren in Reinbek zu Gast. Gegenbesuche waren die Folge, so dass sich eine ganze Reihe von Turnierbesuchen ergab. Die Basketballer waren viel unterwegs.

Laszlo war maßgeblich für die Entwicklung unserer Jugendmannschaften verantwortlich, außerdem organisierte er alle zwei Jahre einen Besuch in seiner alten Heimat Ungarn. Im Wechsel besuchten die Ungarn in dem einen Jahr unser Turnier und im anderen Jahr fuhren wir nach Ungarn. Unvergessliche Erinnerungen haben sich so in unseren Köpfen festgebrannt. Für alles was wir heute über



Basketball wissen und tun, hat Laszlo die Grundlagen gelegt. Dafür sind wir ihm noch immer dankbar!



FITNESS, GESUNDHEIT & FREIZEITSPORT

Die Abteilung Fitness, Gesundheit und Freizeitsport hat in Folge der Beschränkungen noch 570 Mitglieder jeden Alters, die von Montag bis Samstag in mehr als 50 Kurse verschiedenster Trainingsbereiche, Intensität, mit und ohne Zusatzgewichten. Von Complete Body Workout, über Yoga und Triple C, bis hin zu Atemgymnastik ist das Spektrum breit gefächert.



Am Folgetag der Verkündung des Lockdowns wurde durch die Sportliche Leitung und die Sportorganisation der Youtube-Kanal der TSV Reinbek gegründet und alle Abteilungen eingeladen, Videos, Trainingsprogramme, Geschichten mit Hilfe der GST zu produzieren. Viele Abteilungen machten davon Gebrauch.

Unsere Übungsleiter schrieben Trainingsprogramme, die mit Hilfe der Abteilungsleitung an alle Mitglieder verschickt wurden, sei es als Mail, als Link oder Brief.

Die meisten Programme wurden aber als Videolink an die Abteilungsmitglieder gesendet. Saal 2, später Saal 4 wurden zu einem Aufnahmestudio ausgebaut, der Sitzungsraum der GST wurde zum Aufnahme- und Bearbeitungsstudio, in dem die Videos geschnitten, musikunterlegt, berechnet und hochgeladen wurden.



Viele Trainer nutzten diese Medium, um ihre Gruppen weiterhin mit Training fürs Wohnzimmer und zur Mutzusprechung, aber vor allem um ihren Teilnehmern zu zeigen, ihr seid nicht allein, wir sind bei euch! Ein herzliches Dankeschön an unsere Trainer und Übungsleiter. Für die Abteilung war es besonders wichtig, unsere freiberuflichen Trainer weiter zu unterstützen, da die gesetzliche Grundlage eine Bezahlung ohne entsprechende Gegenleistung strafbar ist und unser Verein seine Gemeinnützigkeit aufs Spiel setzen würde. Somit war es toll zu sehen, welche kreativen Ideen umgesetzt worden sind, wieviel Motivation und Vielfältigkeit zu Tage kam und vermittelt wurde.

Was wir nicht verstanden haben, warum wir trotz



der tollen Kommunikation dieses Themas teilweise so unter der Gürtellinie von Abteilungsmitgliedern angegriffen worden sind, die der Abteilung unterstellten, sie würden ihre Trainer

nicht weiterbezahlen und die Trainer ihrem Schicksal überlassen. Gerade das haben wir nicht getan, wir haben uns um unsere Leute gekümmert!

Diejenigen, die vom Prozedere eines Vereines und dem was er darf und nicht darf, keine Ahnung haben, sollten doch lieber vor ihrer Haustüre kehren und sich nicht in Sachen einmischen, von denen sie weder vom Tuten noch vom Blasen Ahnung haben. Diesen Teilnehmern geht es nur um Konfrontation und Beleidigung von hier Arbeitenden, anstatt um Kooperation und Gemeinwohl aller.

Trotz des Shutdowns lies euch der Osterhase seine Grüße bei Sonnenschein zukommen.



Mittlerweile konnten alle Angebote, am Anfang schrittweise und bis heute Vollendens, wieder neugestartet werden. Die Abteilung konnte 3 neue Übungsleiterinnen gewinnen, die für Vertretungen sowie zum Neuaufbau von Angeboten, wie z.B. Boxfit, zum Training bereitstehen oder die sich für die Erweiterung von bereits bestehenden Angeboten interessieren. Weiterhin sind wir auf der Suche nach Übungsleitern, die Angebote aufbauen können, die auch unser jüngeres Publikum ansprechen.

Wer hätte das gedacht!

Mitten in der Pandemie ist es uns gelungen gleich zwei neue Angebote zu initiieren. Trotz der vielen Vorschriften, die zu beachten waren, wagten wir den Versuch und reservierten Räumlichkeiten in der Begegnungsstätte Neuschönningstedt und im Jürgen Rickerts Haus. Die Übungsleiterinnen luden zur Gymnastik am und mit dem Rollator ein! Im Mittelpunkt stand neben der Stärkung der Beine eine seniorengerechte Funktionsgymnastik um die Selbständigkeit zu erhalten.

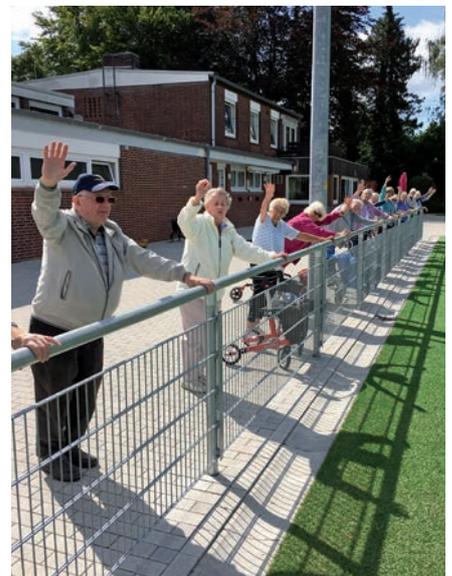
Die Teilnehmer/innen nutzten ihre wöchentlichen Trainingseinheiten auch als sozialen Treffpunkt. Mit Absicht wurden die Gruppenstärken klein gehalten, so dass die AHA-Regeln hervorragend eingehalten werden konnten. Wir werden mit viel Spaß & Freude weitermachen.



Sitzgymnastik mal anders!

In Krisen stecken auch immer neue Chancen! Die Sitzgymnastik (immerhin zwei Gruppen mit insgesamt ca. 30 Teilnehmer/innen) aus dem Betreuten Woh-

nen, Malteser Hilfsdienst, packten kurzerhand ihre Klappstühle ein und kamen zu ihren Sportstunden auf die Leichtathletikanlage. Denn in den geschlossenen



Räumen der Einrichtung konnte die Gymnastik aufgrund eines zu hohen Ansteckungsrisikos nicht mehr durchgeführt werden. Der Sport an der frischen Luft hat allen so gut gefallen, dass sogar bei Schietwetter geturnt wurde. Wie heißt es doch so schön? Es gibt kein schlechtes Wetter, nur unpassende Kleidung!

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

Power mit 80!

Jeden Dienstagmorgen rollen die Damen und Herren der Gymnastikgruppe mit Rollator am GeFit Übungsraum vorbei. Auf dem Sportplatz finden gesunde Übungen an der frischen Luft statt. Doch die neugierigen Blicke gingen immer wieder zum Ge-Fit. Ob so ein Fitnessstudio auch etwas für mich wäre? Geht das denn überhaupt? Kann man im Alter Krafttraining durchführen? Diese Fragen mussten geklärt werden. Kurzerhand vereinbarte die Übungsleiterin Babette Rackwitz-Hilke einen „Besichtigungstermin“ mit dem Abteilungsleiter Frank Ernstorfer im GeFit.



Im September war es endlich soweit, die gesamte Mannschaft rollte in den Übungsraum. Nach einer kurzen Einführung verteilten sich die Gymnastikdamen und Herren an die Geräte. Es wurden fast alle Stationen ausprobiert. Frank musste im Akkord Hilfestellung geben, Fragen beantworten und immer wieder beteuern: Ja, auch mit 100 kann man seine Kraft und Beweglichkeit trainieren, erhalten und verbessern! Dieser Ausflug in unsere vereinseigene „Muckebude“ hat allen sehr viel Spaß und klargemacht, dass Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer die Pfeiler eines gesunden Älterwerdens sind. Wer Interesse an einem seniorengeeigneten Krafttraining hat, darf gerne zu den Öffnungszeiten reinschauen, um sich von



den GeFit Trainern beraten zu lassen oder kann unter der Telefonnummer 040/401 13 26-30 einen Termin vereinbaren. Das GeFit-Team freut sich auf Euren Besuch!



Handball in der TSV

Im Kinderhandball (Minis, E- und D-Jugend) hat das Spielen und das Erleben von Erfolgen eine ganz zentrale Bedeutung. Dabei ist mit Erfolg nicht das Siegen gemeint, sondern das Erleben des eigenen Lernfortschritts und das Dabeisein in der Gemeinschaft. Spiel und Spaß stehen also im Vordergrund, daher gilt das Motto: Spielerlebnis vor Spielergebnis. Aus diesem Grund sollen alle Kinder unabhängig von ihrem Leistungsstand bei uns nicht nur trainieren sondern vor allem auch spielen und ihre Lernerfolge erleben können. Dies ist elementar, denn in keinem anderen Alter ist die Entwicklung so rasant und so deutlich sichtbar. Und Erfolg motiviert bekanntlich und bildet die Basis dafür, dass Eure Kinder weiter Spaß haben und am Ball bleiben werden.

Um genau dies zu erreichen, sollen im Kinderhandball offensive Abwehrspielweisen gespielt werden. Diese schaffen genügend Raum für das technisch noch unsaubere Spiel und ermöglichen so selbst Spielanfängern, Erfahrungen in der für das Handballspiel wesentlichen 1 gegen 1 Grundsituation aufzubauen.

Der DHB schreibt die offensiven Deckungsformen, die er in seiner Rahmentrainingskonzeption für den Kinderhandball empfiehlt, verbindlich für alle Wettbewerbsspiele vor. Dies schafft den Rahmen dafür, dass die Kinder die altersgerechten Trainingsinhalte im Spiel anwenden können und so wertvolle Lernerfahrungen aufbauen. Denn gerade das Lernen im Spiel durch Versuch und Irrtum fördert ihre Kreativität und entwickelt Ihre Spielfähigkeit.

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 lernorientiertem 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.

Unsere SG Glinde/Reinbek wird in die Saison 2020/2021 mit 2 Damen-, 2 Herren- und 11 Jugendmannschaften in unterschiedlichen Leistungsklassen starten. Darüber hinaus bieten wir 3 Trainingseinheiten pro Woche für unsere Minis und eine Trainingseinheit für unsere Kleinsten die Mickey Mäuse an.

Bis 2023 wollen wir eine durchgängige Jugend in allen Altersklassen erreichen und insbesondere bei unseren E und D Jugend Jahrgängen jeweils min. 2 weibliche und 2 männliche Mannschaften stellen. Die SG Glinde/Reinbek verbindet seit 1998 die Handballabteilungen des TSV Reinbek und der TSV Glinde - zwei der größten Sportvereine im Süden Schleswig-Holsteins. Hierbei ist wichtig hervor zu heben, dass nicht der Leistungsgedanke sondern der Lern- und Spaßgedanke im Vordergrund unseres Handelns steht.

Die SG Glinde-Reinbek befand sich 2019/2020 im Umbruch und dieser Umbruch ist noch nicht in allen Teilbereichen vollständig beendet. Wir können aber schon heute einen beachtlichen Erfolg unserer Bemühungen nachweisen.

- Neustrukturierung der Jugendmannschaften und des mannschaftsübergreifenden Trainings

- Sommerferien-Camp Woche 1 + 6

- 2 x monatlich Fördertraining 2 Stunden am Wochenende

- Herbstferien-Camp 3 Tage im Oktober

- Planung zur Gründung einer Inklusionsmannschaft (Info siehe Homepage)

- „Während der Corona“ Pha-

se: „Handballer helfen“ – Einkaufsservice für hilfsbedürftige Mitmenschen

- Handball an der Schule (Grundschule Neuschönningstedt)

Leider konnten diverse Aktionsprogramme welche für 2020 auf dem Programm standen wegen der Corona Pandemie nicht durchgeführt werden. Wir werden aber weiterhin am „Ball“ bleiben und hoffen auf ein noch abwechslungsreicheres Programm in 2021.

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

Unsere aktuellen Themen, Veranstaltungen und Trainingszeiten könnt ihr jederzeit auf unserer Homepage www.glinde-reinbek.de entnehmen.

„Handballer helfen“ – unser Beitrag in der Krise

Spontan und mit vielen freiwilligen Helfern haben wir Anfang März unsere Aktion „Handballer helfen“ in Zusammenarbeit mit der Stadt Reinbek ins Leben gerufen. Dabei haben unsere Handballer, unter Einhaltung von Abstands- und Hygieneregeln den Einkauf für hilfsbedürftige Menschen übernommen. Die Hilfe war selbstverständlich kostenlos und wurde von uns als Sozialbeitrag für unsere Mitmenschen gesehen, denn wo wären wir ohne unsere Omas, Opas und all den anderen älteren Menschen heute.

Wir danken ganz besonders unserem „Axel“ für die tolle Koordination.

Sommerferiencamps Handballabteilung

2020 fanden die ersten beiden Feriencamps der Handballabteilung statt.

In der ersten und letzten Woche der Ferien trafen sich jeweils 30 Kinder und Jugendliche um 1 Woche Sport, Spiel und Spaß zu erleben.

Neben dem täglichen Handballtraining gab es einen Schwimmbadtag, eine Fotorally durch Reinbek, olympische Spiele im Handball, Domino-Day sowie weitere Spiele und Wettbewerbe. Besonders beliebt waren die Beach-Handballspiele auf dem Sportplatz, hier konnten sich alle nach Herzenslust verausgaben.



Höhepunkt war der Besuch der Profis vom HSV Handball. Spielmacher Phillip Bauer und Mannschaftskapitän Niklas Weller gaben ein 90minütiges Training und stellten sich anschließend tapfer den Fragen der Kinder



und Jugendlichen.

Ein großer Dank geht an EDEKA Junius in Glinde die für 2 Wochen die Verpflegung der Teilnehmer organisiert haben.

Wir freuen uns jetzt schon auf 2021!!



Handballer*innen für Inklusionsliga-Mannschaft Schleswig-Holstein gesucht!

Die SG Glinde-Reinbek und der TSV Bargtheide möchten eine Inklusionsmannschaft im Handballbereich aufbauen. Ziel der beiden Vereine ist es, in naher Zukunft an der Inklusionsliga des Handballverbandes Schleswig-Holstein teilzunehmen. Derzeit besteht die Liga aus Mannschaften in Munkbrarup, Ohrstedt, Todesfelde, Neumünster, Lübeck, Horst/Kiebitzreihe, Kiel und Hamburg-Rahlstedt. Der Kreis Stormarn ist bislang nicht vertreten, was die SG Glinde-Reinbek unter Axel Timmermann (hauptamtlicher Trainer u. sportlicher Leiter) und der TSV

Bargtheide unter Cordula Horn (Abteilungsleiterin Handball) in Kooperation mit dem Kreissportverband Stormarn ändern möchten.

Gesucht werden Mädchen und Jungen sowie Frauen und Männer mit und ohne Handicap, die Lust haben, gemeinsam in einem Team Handball zu spielen und zudem gegen andere Mannschaften aus Schleswig-Holstein anzutreten.

Bei Interesse oder weiteren Fragen meldet Euch gerne bei Axel Timmermann (Tel. 015175054894, E-Mail: axel-tim-

mermann@gmx.de), bei Cordula Horn (Tel. 015753448217, E-Mail: cordulahorn14@gmail.com) oder bei Pia Görrissen (Tel. 01743945291, E-Mail: inklusion@ksv-stormarn.de).

Am 31. Oktober 2020 von 10-12 Uhr wird es eine erste Info-Veranstaltung im Jagdschloss Malepartus in Bargtheide für Interessierte geben, bei der u.a. ein Vertreter des Handballverbandes Schleswig-Holstein für Fragen bereitstehen wird.

Anmeldungen sind bis zum 23. Oktober 2020 unter <https://eveeno.com/170638068>

Drei Monate ohne Ju-Jutsu

Es war eine - nein - genau genommen ist es, eine komische Zeit. Wir müssen alle aufeinander Rücksicht nehmen, mehr als wir es sowieso tun sollten.

Das hieß dann auch für uns, dass wir keinen Sport machen durften und wenn man ehrlich ist, auch nicht wollten, solange es so viel Unsicherheit gab. Schließlich machen wir einen Sport mit vollem Körperkontakt. Mal sind es Würfe, Hebel, mal Bodenarbeit oder einfach nur Atemtechniken.

Das bedeutet, dass man engen Körperkontakt hat. Es war ungewohnt, von 2-3 mal die Woche, schlagartig auf gar keinen Sport mehr zu wechseln.

Unsere Trainer, Sigi Sobolewski und Thorsten Wießner, haben sich aber weiter um uns gekümmert. In unserer WhatsApp-Gruppe und auf unserer Facebook-Seite haben die beiden Videos zur Verfügung gestellt, damit wir nicht einrosten.

Nach kurzer Anlaufphase hat

dann auch der Schleswig-Holsteinische Ju-Jutsu Verband regelmäßig „Video-Trainingsmöglichkeiten“ angeboten, so dass wir, sofern man wollte, immer was zu üben hatten.

Auch ausserhalb unseres Ju-Jutsu hat die TSV Reinbek seine Mitglieder regelmäßig mit Videos animiert sich weiterhin fit zu halten. Das für alle Altersklassen und Vorlieben.

Dafür bin ich der TSV Reinbek und besonders unseren Trainern sehr dankbar. Schließlich haben auch sie erhebliche Einschnitte und Änderungen in ihrem Tagesablauf hinnehmen müssen.

Sigi Sobolewski hat uns auch immer mit den neuesten Entscheidungen / Lockerungen auf dem Laufenden gehalten. Dadurch konnten wir, nach einer gefühlten Ewigkeit, wieder im kleinen Rahmen mit dem Training anfangen.

Anfangs war Training nur mit Maske und maximal neun Teil-

nehmer und ein Trainer erlaubt. Seit dem 19.08.2020 dürfen wir wieder alle am Training teilnehmen.

Das Thema Corona wird uns aber noch lange begleiten. Wir haben in unserer Gruppe auch Teilnehmer welche, aus Vorsichtsgründen, noch nicht wieder zum Training kommen. Was ich gut verstehen kann.

Ich war auch nicht sofort wieder dabei, da ich mit meiner Mutter und meiner Großmutter in einem Haus lebe. Nachdem dann aber auch die Großmutter wieder zu ihrem Sport gegangen ist, habe ich mich auch wieder zum Sport bewegt.

Ich bin froh das wir endlich wieder „normal“ trainieren dürfen/können. Das ganze funktioniert aber auch nur so gut, weil wir eben ein wirklich gutes Trainerteam haben und alle Teilnehmer, auch ausserhalb vom Sport, vorsichtig sind. *Capar Lohmeyer*

Ju-Jutsu in Corona Zeiten oder „wohin mit Hank“

Am 14.März 2020 trafen wir uns zum letzten Mal zum Ju-Jutsu Training auf der Matte.

Mir war gar nicht so klar, wie ernst das war mit „dem letzten Mal“. Ab 16.März blieben dann die Schulen und Sportstätten dicht.

Trainer hat Geburtstag? Nix Ständchen. Das Geschenk wurde unter Abstandsregeln an die Haustür gehängt....

Videos im Netz? Ja, da hat jeder sein Bestes gegeben. Das war eine tolle Leistung!

Bei uns wurde ein „Hank“ gekauft- vom stornierten Urlaubsgeld. So ein großer Gummimann mit einem 120 Liter Wasserfuß, den man schlagen kann, ohne dass er „Aua“ sagt. Er ist weder hübsch noch praktisch, denn jetzt, wo wir wieder trainieren, steht er mir immer im Weg. Schnell wegräumen ist

nicht. Erschrecken tue ich mich im Dunkeln auch nach drei Monaten noch, wenn er im Augenwinkel so aufblitzt. Aber wohin mit Hank?

Dann: Eine JJ-Whatsapp Nachricht in der trainingslosen Zeit, „wie geht es euch?“. Ach, schön, dass einer fragt, sich meldet. Schnell antworten, eine Kette an Kommunikation geht los. Ein bisschen das Gefühl wie vor dem Dienstagstraining kommt auf. Aber immer noch alles zu beim TSV. Noch mehr Videos....

Bis 28.Mai geht das so.

Dann strenge Vorgaben: Einzeltraining, imaginäre Gegner, Fitness, jeder hat ein Mattenfeld von mindestens drei Metern. Viele passen da nicht ins Dojo, aber es kommen auch viele nicht, sind unsicher.

Woche für Woche kommen wir der bekannten Trainingssitua-



tion näher. Noch sind wir nicht da, wo wir waren: Spaß, Freude, Kampf, Freundschaft, Nähe, Sport, Selbstverteidigung, Vertrauen. Ob das wieder so wird wie es war?

Ich weiß es nicht. Hoffen wir es. Versuchen wir es.

Christina Kulemann

Es ging zur Sache

Es war von der Altersstruktur wieder ein sehr gemischter Teilnehmerinnenkreis beim Selbstverteidigungskurs der Ju-Jitsu-Abteilung.

Eingestimmt wurden die Teilnehmerinnen mit einigen theoretischen Ausführungen. „Geht mit offenen Augen durch die Gegend, so kann man schon in vielen Fällen Gefahrensituationen vermeiden“, führte Sigi aus, „zeigt schon allein durch eure Körperhaltung, dass ihr keine Opfer seid.“

Nach diesen theoretischen Einstimmungen ging es dann in den praktischen Teil. Übungen zur Steigerung der Aufmerksamkeit, Gleichgewichtsübungen und Techniken um die Körperspannung zu optimieren, schlossen sich an. Für manch eine der Teilnehmerinnen waren die „Stimmübungen“ doch etwas gewöhnungsbedürftig. „Die Stimme ist ein wesentlicher Teil der Selbstbehauptung“, betonte Sigi, „durch diese könnt ihr schon klar und deutlich zeigen, dass ihr keine Opfer seid. Also



seid laut und macht euch nicht klein“.

Nachdem die Basiselemente durchgespielt worden sind, ging es an das Üben von einfachen Tritt- und Schlagtechniken. Hier galt es auch die hier und da vorhandenen Schlaghemmungen abzubauen. An Schlagpolstern konnten die Teilnehmerinnen ihre

Tritt- und Schlagkraft testen. Von Runde zur Runde konnte man die Steigerung der Schlagkraft feststellen. Trainiert wurden dann Verteidigungsmöglichkeiten gegen diverse Angriffe, wie Würge- und Umklammerungsgriffe, Griffe in die Haare und Schlagangriffe. In „Stressrunden“ konnten die Teilnehmerinnen dann an den „Dummies“ aus unserer Ju-Jitsu-Abteilung das Erlernte ausprobieren. Nach dem Feedback hat es offensichtlich allen Teilnehmerinnen Spaß gemacht.

S. Sobolewski



**SO SCHÖN
VERPACKEN WIR
IHRE ABFÄLLE.**



Flexibel, günstig, reißfest: Der 1m³ Buhck Bag zur Abfallentsorgung aus Abbruch, Renovierung oder Neubau.

040 - 721 70 21

buhck
GRUPPE

Online bestellen unter: www.buhck.de

Corona - und nun?

Anfang März zeichnete es sich schon relativ stark ab, dass da etwas auf uns zukommt, dass wir mit diesen Auswirkungen bisher noch nicht gehabt haben. Corona war plötzlich das überragende Thema.

Was aber würde es für uns – für unseren Sport bedeuten? Würden wir evtl. für längere Zeit gar kein Ju-Jutsu mehr ausüben können? Dies zeichnete sich am Wochenende zum 13./14. März deutlich ab. Wir haben daher die Gelegenheit genutzt noch einmal ein Training abzuhalten. Wahrscheinlich das letzte Training für längere Zeit. Nach der Landesverordnung wurde ab Montag, den 15.3.20 u.a. der Sportbetrieb eingestellt. Einen derartigen Einschnitt hat es bisher noch nicht gegeben. Wie sollte es nun weitergehen?

Was würde aus der Gruppe werden? Wie kann die Gruppe zusammengehalten werden, zumal ja nicht feststand/feststeht wie lange dieser Zustand anhalten würde. Diese Fragen haben sich bestimmt alle Trainer und Sportler gestellt. Die ersten Aktivitäten zur Erhaltung der Gruppe waren auch für uns Ju-Jutsuka kleine Videos. Das war natürlich kein Ersatz für das Training. Die zwischenmenschlichen Kontakte konnten so natürlich nicht ersetzt werden. Da wir ja eine körperbetonte Sportart ausüben, fehlte der Partnerbezug stark. Geplant war für Anfang Mai eine Kyu-Prüfung. Das



Training haben wir schon Monate vor Einstellung des Sportbetriebs darauf abgestellt. Die Prüfung fiel natürlich aus und auch die Lehrgangsangebote unseres Landesverbandes.

Dann, nach Wochen, kamen die ersten Lockerungen. Mit überschaubaren Teilnehmerzahlen und entsprechenden Hygienemaßnahmen und Leitplanken unseres Bundesverbandes war zumindest wieder kontaktfreie Sportausübung erlaubt. Dies war natürlich immer noch kein richtiges Ju-Jutsu, aber immerhin besser als gar kein Training. Zumindest im konditionellen Bereich und einigen Basiskomponenten konnte man schon ordentlich arbeiten. Es war vor allem schön wieder mit den Gruppenmitgliedern persönlich zu kommunizieren. Etliche Wochen später wurde das Training

mit Körperkontakt in Kleingruppen möglich. Darauf haben wir gewartet. Nun konnte Ju-Jutsu weitgehend wieder in gewohnter Art und Weise ausgeübt werden. Einzelne Gruppenmitglieder sind allerdings aus persönlichen Gründen zurückhaltend und kommen noch nicht wieder zum Training.

Wünschen wir uns, dass es nicht wieder zu drastischen Einschränkungen kommt bzw. dass wir doch in absehbarer Zeit wieder ohne jegliche Beschränkungen trainieren können. Corona bedingte Austritte haben wir bisher nicht zu verzeichnen. Dies ist in dieser Situation schon mal ein positives Zeichen.

*S. Sobolewski, Trainer und
Abteilungsleiter Ju-Jutsu*

Die flexible Kunst.

Das ist die deutsche Übersetzung der japanischen Bezeichnung „Ju-Jutsu“. Ich, Jeanine (FSJlerin der TSV Reinbek), habe den Reinbeker JJ-ka einen Besuch beim Training abgestattet.

Ju-Jutsu ist, wie der Trainer Sigmund Sobolewski (7. Dan) mir erzählte, eine vielseitige Form der Verteidigung, die sich an jede Situation anpassen lässt.

Zudem sollte die Verteidigung immer der Härte des Angriffs entsprechen. Außerdem kann jeder individuell je nach Vorlieben und körperlichen Voraussetzungen Techniken kombinieren. Auch das Training lässt sich dementsprechend auf verschiedene Zielgruppen zuschneiden. Ein gutes Beispiel hierfür ist der Frauenselbstverteidigungskurs, welchen die Ju-Jutsu Abteilung

erst vor 2 Wochen angeboten hat.

Dieses breite Spektrum der Verteidigungsmöglichkeiten entsteht durch die vielen verschiedenen Elemente anderer Kampfsportarten, welche im Ju-Jutsu zusammengeführt wurden. Von Schlag- und Tritttechniken über Bodenkampf bis hin zu Hebel- und Wurftechniken ist nahezu alles dabei.

JU-JUTSU

In der Ju-Jutsu Gruppe der TSV Reinbek liegt der Trainingsschwerpunkt auf Selbstverteidigung.

Die verschiedenen Graduierungen werden mittels verschiedener Gürtelfarben kenntlich gemacht. Bei den höheren Graduierungen kommt nach und nach auch das Verteidigen und Abnehmen von Waffen (z.B. Stöcker oder Messer) hinzu.

Ein Begrüßungsritual leitet das Training ein. Die Schüler verbeugen sich vor dem Lehrer. Auch unter den Schülern wird sich



zu Beginn und am Ende eines Kampfes voreinander verneigt. Auf diese Weise wird dem Gegenüber Respekt erwiesen.

Anschließend erfolgt die Erwärmung, welche aus einer Lauf-Kampftechnik Kombination besteht. Auf Kommando des Lehrers wird das Laufen unterbrochen und die jeweilige Technik durchgeführt.

Momentan befinden sich die Schüler von Sigmund Sobolews-

ki in der Vorbereitungsphase für die Prüfung im Mai. Mit Bestehen dieser Prüfung steigen die Schüler jeweils einen Grad auf. Beispielsweise vom Braun- zum Schwarzgurt.

Du willst mehr über diese Sportart erfahren und Praxiserfahrungen sammeln? Dann komm' doch mal zum Schnuppern vorbei.

Ju-Jutsu in der Coronazeit

Etwas merkwürdig war es schon beim ersten Training nach der Coronasperre - immer den Einbahnstraßen-Pfeilen auf dem Boden folgend, mit Maske und natürlich einer beschlagenen Brille betrat ich Saal 3. Nach endlosen Wochen des Wartens endlich wieder die Sportkameraden zu sehen, das war eine Freude!

In diesen Zeiten ist es klar, dass nicht alle da sind. Trotzdem war das erste Corona-Kontaktfrei-Training gut besucht. Monate hatte man zu Hause im Home-Office gesessen und hatte sich dem entsprechend auch viel zu wenig bewegt. Die Coronapfunde wiegen schwer und warten darauf, abgearbeitet zu werden.

Was würde uns beim kontaktfreien Training erwarten? Schnell war klar, dass die Monate der

Sportabstinenz ihre Folgen hinterlassen hatten. Kondition = Null... Im Vordergrund standen Übungen aus dem Bereich Ausdauer- und Krafttraining und Bewegungslehre. Schon nach kurzer Zeit war klar - auch kontaktfreies Training kann sehr anstrengend sein. Auch die anschließende Arbeit mit den Rattanstöcken war wieder gewöhnungsbedürftig.

Die Stöcke wirbelten, „Klack, klack, klack“ machte es wie ging die Bewegung noch? Oben, oben, oben oder oben, oben unten? Das muss wohl noch verbessert werden... Trotzdem machte es einen irren Spaß, alle hatten sichtlich Freude, mit den vertrauten Kameraden zu trainieren.

Nun wieder alles in umgekehrter Reihenfolge- Maske auf, den

Einbahnstraßenpfeilen zum Ausgang folgen und dort angekommen, erst einmal tief durchatmen.

Im Auto sitzend lässt man die Situation noch einmal auf sich wirken. Der Sport und der Kontakt mit den Menschen gibt mehr zurück, als man denkt. Danke an Sigi (Siegmund Sobolewski), der es geschafft hat aus vielen verschiedenen Menschen eine solche tolle Truppe zu zaubern!

Fazit- es gibt ja noch die nächsten Donnerstag und Dienstag zur weiteren Verbesserung von Kondition, Koordination und Technikschiulung. Es lohnt sich zurück zu kommen. Alle sind umsichtig und so weit ich weiß, nutzen viele die Corona-App.

Thorsten Wießner

KARATE: Rückblick seit Ende 2019

Karate Weltmeisterschaft (WKF)

Unsere Arlette Haacke, genannt „Letti“, durfte bei der Karate Weltmeisterschaft vom 23.-27. Oktober 2019 in Santiago de Chile teilnehmen. Die direkte Vorbereitung auf die WM begann am 15.-18. Oktober in einem Trainingslager in der Nähe von Frankfurt.

Am 19.10.2019 ging es dann nach Santiago. Wie viele mitbekommen haben, waren zu dieser Zeit heftige Auseinandersetzungen zwischen Demonstranten und der Polizei in der Stadt. Die Nationalmannschaft befand sich leider im Epizentrum dieser Unruhen, bei denen sogar 18 Menschen starben. So durfte der Bundeskader nur im Hotel bleiben, was natürlich die Vorbereitung und Freude auf diese WM um einiges schmälerte. Glücklicherweise passierte niemandem etwas Schlimmes. Anfeuern war aufgrund der Sicherheit nicht möglich. Nur der Athlet und ein Trainer wurden zum Stadion und zurück eskortiert. Gerade für junge Menschen sind solche Situationen häufig schwer zu verarbeiten und können sich natürlich auch auf die Leistung auswirken.

Nun zum sportlichen Teil: Unsere Letti verlor leider den ers-



ten Kampf knapp mit 0:1 gegen eine Chinesin und schied aus. Jedoch kann man nicht genug hervorheben, was es für eine tolle Leistung ist, überhaupt an einer WM teilnehmen zu dürfen!

Auch wenn das Ergebnis nicht das erhoffte ist, so sind wir alle unheimlich STOLZ auf unsere Arlette.



Pauline Sattler gewinnt den Karate Europa-Cup in Budapest

Ein Traum ging für Pauline Sattler in Erfüllung. In der Stadt in der sie drei Jahre gelebt und mit Karate angefangen hat, gewann Pauline am 02.11.2019 gleich zwei Goldmedaillen.

In der Klasse -53KG, sowie in der Damen Mannschaft U18 war Pauline für diese Wado-Europameisterschaft nominiert worden. Ihre Vereinskameradin Arlette Haacke musste leider aus gesundheitlichen Gründen passen.

Es ging wie immer mit den Einzelwettbewerben los. Pauline hatte einen guten Tag erwischt und setzte sich in ihrer Gruppe souverän durch. Im letzten Kampf stand ihr eine Kämpferin aus Ungarn gegenüber, die durch Heimvorteil schnell einen Punkt „geschenkt“ bekam. Pauline blieb jedoch ruhig und konnte bis zum Kampfenende noch zwei Punkte erzielen. Die Freude war riesengroß, in ihrer alten Stadt Budapest einen solchen Erfolg feiern zu können. „Das war mein



Traum“, sagte sie schon bei der Nominierung. Und nun war es geschehen. Großartig!

Der Tag war aber noch nicht vorbei, da noch die Teamwettbewerbe anstanden. Ein Damen-Team hat drei Kämpferinnen, Pauline war jeweils als letzte Kämpferin am Start. Im Halbfinale stand den Deutschen Mädels ein wei-

teres Mal Ungarn im Wege. Der erste Kampf konnte gewonnen werden, der zweite ging verloren. Somit war der dritte Kampf entscheidend. Pauline musste das Team ins Finale bringen. Solche Situationen bringen schon einen gewissen Druck mit sich. Einige Menschen kommen damit klar, andere nicht. Pauline ging hochkonzentriert und aggressiv in den Kampf. Sie wollte ihr Team ins Finale bringen. In den ersten 4 Sekunden konnte Pauline direkt einen Uramawashigeri (Tritt zum Kopf der Gegnerin) durchbringen, der mit 3 Punkten gewertet wurde. Eine erste Vorentscheidung war gefallen. Doch Pauline machte weiter, so dass es am Ende 7:1 stand. Wahnsinn, wieder Finale!

Im Finale gegen Griechenland waren die deutschen Damen gleich hochkonzentriert bei der Sache und konnten die ersten beiden Kämpfe direkt gewinnen, so dass das Team auch hier verdient die Goldmedaille einfahren konnte. Wahnsinn!

Karate1 Youth League in Venedig

Zum Ende des Jahres 2019, kurz vor Weihnachten, ging es für die Karate-Asse der TSV noch einmal nach Venedig.

Die Karate1 Youth League ist das allerhöchste Level an Wettkämpfen weltweit. Jedes der vier Turniere in Zypern, Kroatien, Mexiko und Venedig hat das Niveau einer EM oder WM.

Corre Ahnsehl, Diana Vib, Pauline Sattler, Arlette Haacke und Cara Krumpmann, sowie ihr Trainer Timo Stieger-Fleischer arbei-

ten daran, bei der Youth League die erste Medaille zu gewinnen. Bei diesem Turnier waren wir bereits mit Corre und Diana ganz nah dran an der Medaille. Beide kamen bis in die 4. Runde. Bei anderen Turnieren wäre das wohl schon das Finale oder der Sieg, aber bei der Youth League sind nicht selten über 150 Sportler in nur einer Gewichtsklasse gemeldet. Turniere von über 3000 Sportlern sind keine Seltenheit. Das heißt, dass man 6-7 Kämpfe hat, um eine Medaille zu

gewinnen.

Auch in der Weltrangliste rücken die Reinbeker stetig nach oben. Diana Vib ist dort zum Beispiel aktuell 17. Platz dieser Liste und ein Ende ist nicht in Sicht!

Wir sind 2020 auch weiterhin der erfolgreichste Verein in Schleswig-Holstein geworden.

Bei der Landesmeisterschaft gingen 6 Goldmedaillen, 4 Silber- und 4 Bronzemedaillen nach Reinbek.

5. Dan Karate für Timo Stieger-Fleischer

Am 17.11.2019 bestand unser Abteilungsleiter und Trainer Timo Stieger-Fleischer in Hamburg seinen 5. Dan im Wado-Ryu Karate.

Die Prüfer Shuzo Imai 9. Dan, Domingos Sousa 7. Dan und Nader Maghsoudi 6. Dan waren sich einig und bestätigten Timo, eine richtig gute Prüfung abgelegt zu haben. Unter anderem musste er 3 Kata (Formen), Tanto-Tori (Messerkampf) und Idori (Bodenkampf) zeigen, aber auch Kihon (Grundschultechniken) und Kihon-Kumite (Partnerfor-

men) standen auf dem Programm.

An der Prüfung nahmen auch die Reinbeker Florian Wagschal und Eleonora Mankowska teil. Beide zeigten zum 1. Dan eine gute Prüfung in Kihon, Kata und Kumi-te. Stolz nahmen auch sie ihre Dan-Diplome entgegen und dürfen nun den Schwarzen Gürtel



im Karate tragen. Im Anschluss wurde mit einem Gläschen Sekt dieser Erfolg der Reinbeker gefeiert.

Neben diesen Wettkampferfolgen müssen wir aber auch sagen, dass der Großteil unserer Abteilung nicht Leistungssport, sondern Breitensport macht. Karate ist eine Kampfkunst und der Sport ist nur ein Teil des Ganzen. Ob jung oder alt, für jede(n) wird individuell in unterschiedlichen Gruppen Training angeboten. Von 75 J. bis 4 J. alles ist dabei. Einfach mal reinschauen und ein Bild machen!

Bundesliga



Ferner sind drei unserer Reinbeker Kämpfer (Ramin Hafizi, Fabian Ziebinski und Kim Hellwig) zusammen als Teil des 7 köpfigen Bundesliga Teams Karate



Vikings SH, nach der Hinrunde auf dem 1. Platz ihrer Tabelle. Ab März beginnt die verzögerte Rückrunde.



Corre Ahnsehl nominiert für Deutschland



Corre ist weiterhin auf EM Kurs. Corre wurde am 19.9.2020 in Österreich mit der Silbermedaille belohnt. Der Bundestrainer bestätigte ihm eine tolle Leistung. Sein Ziel ist die Teilnahme an der Europameisterschaft im Finnland im Februar.

Schokolade & Kung Fu

Schokolade und Kung Fu haben mehr Gemeinsamkeiten, als man das auf den ersten Blick erwarten würde. Zunächst gibt es viele Menschen, die von beidem nicht genug bekommen. Für Schokolade vermag der Autor dieser Zeilen den Nachweis seiner These durch diverse Selbststudien oder Beobachtungen im näheren Freundes- und Bekanntenkreis als gegeben ansehen.

Für Kung Fu war es kürzlich auf dem Sportplatz der TSV zu sehen, als sich Mittwoch um 18 Uhr zwölf Kung-Fu-Begeisterte versammelt hatten, um von des Meisters (Jochen) Vertretung, Flo, in der chinesischen Kampfkunst des Kung Fu unterrichtet zu werden.

Die Wettervorhersage war düster, Regen und Gewitter waren angesagt. Davon unbeeindruckt machte sich die unerschrockene Schar ans Aufwärmen (u.a. zwei Runden lockeres Laufen um den Platz). Mit dem Start setzte der Regen ein. Mit dem Ende der ersten Runde waren alle nass; mit dem der zweiten durchgeweicht.

Als ein Blitz den Abendhimmel erhellte, vertrieb Flo mit der Kraft seiner Gedanken (fortgeschrittene Kung Fu Kämpfer können das) das Gewitter, und der Donner grollte erst 10 Sekunden später. Weiteres Training war so möglich. Es wurde eine wunderbare Stunde, bei der die Eleven Kraft, Koordination und Basics übten. Am Ende hatte die Trainingsgruppe derart viel positive Energie erzeugt, dass das Wetter gar nicht anders konnte, als sich zu verziehen. Die Wolkendecke riss auf und während es nur noch leicht regnete, brach die Sonne durch und ein unfassbarer Regenbogen geleitete die durchnässten, aber glücklichen Kämpfer aus der Arena.

Und da wären wir bei der zweiten Gemeinsamkeit von Kung Fu und Schokolade: Beim Verzehr der Kakaoverzeugsstoffe wird das Glückshormon Dopamin ausgeschüttet. Dasselbe passiert beim intensiven Sport, z.B. beim Kung Fu. Wie jeder weiß, übt Schokolade auf einige Menschen eine bisweilen magische Anziehungskraft. Dasselbe gilt für das Kung Fu. Sicherlich: Das Training ist herausfordernd – in jeder Hinsicht: Koordination, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer werden angesprochen.

Jede und jeder hat beinahe jede



Stunde wieder Gelegenheit, an die jeweilige Grenze zu gehen. Und das ist es, was am Ende glücklich macht: Wer möchte, kann sich schweißtreibend auspowern, einen Drehsprungkick wie Jackie Chan zumindest näherungsweise hinbekommen oder sich einfach nur darüber freuen, dass es ein Liegestütz und zwei Bauchaufzüge mehr sind als beim letzten Mal und vielleicht doppelt so viele wie beim Eintritt in die Kampfkunstabteilung. Zudem: Schokolade macht vielleicht auch in Gesellschaft Spaß; aber selten überdauert der Genuss einen kurzen Moment, jedenfalls keine 60 Minuten. Beim Kung Fu währt er eine Trainingsstunde und darüber hinaus.

Ich übertreibe nicht, wenn ich feststelle, dass ich jedes Mal wieder über die motivierte Schar positiv überrascht bin und mich freue, Teil der Gruppe zu sein. Es trainieren Junge und Alte, Weiblein und Männlein, Bio-deutsche und Zugezogene engagiert, respektvoll und enthusiastisch – auch und gerade, wenn es anstrengend wird – fröhlich miteinander. Es ist wohl diese annehmende und positive Grundstimmung, die von unserem Trainer Jochen, aber auch seinen Mittrainern, wie z.B. Jonas, Flo, Marlen oder Tobi (um nur einige zu nennen) vorgelebt und von allen anderen mitgetragen wird. Mehr als einmal habe ich mich gefragt, wie es wohl wäre, wenn Schulsport ebenso motivierend wäre. Aber das ist ein anderes Thema.

Jedenfalls hätten wohl einige nicht gedacht, dass (ehemalige) Sport-Goofys noch einmal Ehrgeiz im Rad-

schlagen entwickeln würden oder sich 50jährige wie Bolle freuen, wenn sie einen freistehenden Handstand auf einmal für eine Sekunde halten können; dass das Teenagerkind inzwischen im Handstand die Treppen hoch und runterläuft fällt dabei eher positiv ins Gewicht. Denn die Kung Fu Abteilung der TSV zeichnet es aus, dass sich alle füreinander freuen, wenn etwas gelingt; niemand lästert oder spottet, wenn mal etwas misslingt (was häufig genug vorkommt). Jede/r müht sich nach Leibeskräften und wer dann den 10ten Teil einer Kampfkunstform plötzlich hinbekommt, erhält als Belohnung dieselbe Menge Dopamin wie diejenige, die die Form nicht nur auf der rechten, sondern auch auf der linken Seite beherrscht.

Reine Schokolade (also ohne Zucker) ist gesund. Kung Fu ist es auch – eine weitere Gemeinsamkeit. Anders als Schokolade, vertreibt Kung Fu jedoch zudem Rückenschmerzen, Verstimmungen und Stress. Auch stärkt dieser spezielle Kampfsport das Immunsystem. Was Kung Fu aber endgültig von der kakaohaltigen Süßigkeit abhebt, ist das Adrenalin, das beim Sparring ausgeschüttet wird. Sparring muss man sich vorstellen wie das Herumtollen Halbstarcker auf dem Pausenhof – nur mit Boxhandschuhen, Suspensorium, Mund- und Schienbeinschutz, nach Regeln, sportlich ambitioniert und erschöpfend. Die Kombination aus Dopamin und Adrenalin macht glücklicher als es Schokolade je könnte. Ich möchte es nicht mehr missen. *Sven*

1. Sommersportfest der LG Reinbek/Ohe - Ein voller Erfolg



Janina Lange (MTV Lübeck) beim Weitsprung

Was tun, wenn aufgrund der Corona Pandemie viele Wettkämpfe abgesagt wurden und nur wenige Startmöglichkeiten für die eigenen Sportler und Sportlerinnen vorhanden sind?

Diese Frage stellten sich die Verantwortlichen der LG Reinbek/Ohe Anfang Juli. Die Antwort war schnell gefunden und lautete: Selber machen! Daraufhin wurde in enger Absprache mit der TSV Geschäftsstelle und dem Schleswig-Holsteinischen Leichtathletik Verband ein Hygienekonzept samt Wettkampf-Ausschreibung erstellt. So konnten wir als eine der ersten Abteilungen des TSV den Wettkampfbetrieb, nach dem Corona Lockdown, im Paul-Luckow-Stadion wieder aufnehmen. Am 09. August begrüßten wir, die von uns selbst festgelegte maximale Starter Anzahl von 75 Athleten und Athletinnen, aus 3 Bundesländern. Aufgrund der hohen Nachfrage mussten sogar einige Meldungen abgelehnt werden.

Dank großartiger Helfer und Kampfrichter Teams konnte bei hochsommerlichen Temperaturen ein reibungsloser Wettkampfablauf, samt Top-Ergebnissen, gewährleistet werden. Tim Rummelhagen (MJ U20) gewann standesgemäß die 110m Hürden und stellte mit 14,54sec



Start 100m Zeitlauf (ganz links Sandra Papke)

seine Bestleistung ein. Der Bundeskaderathlet war diesen Sommer leider vom Pech verfolgt und zog sich, später am Tag, über die 200m einen Muskelfaserriss zu und musste seine Saison beenden. Das gleiche Schicksal ereilte Lisa Pajewski (Frauen) beim Weitsprung. Sie war zuvor noch die 100m Hürden in 16,29sec gelaufen. Im Sport liegen Freund und Leid manchmal dicht beieinander. Sandra Papke (Frauen) konnte über 100m ihre 5 Jahre alte Bestleistung auf 12,83sec steigern. Über 200m lief sie in 26,42sec ebenfalls nah an ihre Freiluftbestleistung heran. Außerdem wurde Janine Steffen (Frauen) im Weitsprung mit 5,30m Sechste. Auf eine für sie „kurze“ Strecke wagten sich unsere Mittelstrecklerinnen Mailin Bültmann und Hanna Rummelhagen (beide WJ U18). Sie liefen 400m und belegten die Plätze 6

(Mailin) und 3 (Hanna).

Viele Athleten und Athletinnen verließen Reinbek mit DM Normen und neuen Bestleistungen. So sprang Janina Lange (Frauen, MTV Lübeck) im Weitsprung 6,22m und lief die 100m Hürden in 14,28sec. Das Ergebnis im Weitsprung bedeutet Platz 10 in der deutschen Jahresbestenliste. Die Mehrkämpferin aus Lübeck wurde eine Woche später bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften Sechste. Ebenfalls überregional beachtenswert war die 200m Zeit von Louise Wieland (Frauen, Hamburger SV). Sie lief 24,24sec, Platz 13 in der deutschen Jahresbestenliste der Frauen U23.

Nach der gelungenen Premiere in diesem Jahre freuen wir uns schon auf die 2. Auflage des Sommersportfestes in 2021.

Reha trotz(t) Corona



Über 250 Menschen nehmen in der TSV regelmäßig an einem der Angebote aus dem Bereich Reha-Sport teil (Herzsport, Lungensport, Orthopädie). Die Teilnahme kann über ein Rezept über den Hausarzt verordnet werden, oder man macht als Mitglied der Abteilung mit.

Für Teilnehmer, die an einer chronischen Erkrankung leiden, ist der Sport aus gesundheitlichen Gründen lebenswichtig.

Umso wichtiger war es der Abteilung und den Reha-Trainern nach der Schließung im März



mit diesen Teilnehmern durch Telefonate, Videoaufzeichnungen und Trainingsprogramme per Post in Kontakt zu bleiben. Durch die Videos auf unserem TSV-YouTube-Kanal und die Trainingsprogramme konnten die Teilnehmer zu Hause ihren Sport auch alleine fortführen.

Mit dem Wiederbeginn gerade für diese Zielgruppe, war es besonders wichtig, unter sorgfältiger Einhaltung der Abstands- und Hygieneregeln schnellstmöglich wieder zu ihrem – durch fachkundige TrainerInnen angeleiteten Sport – zurückzukehren.



Seit Anfang Juni trainieren die Herzsportgruppen wieder auf den Außenanlagen des Sportzentrums, des Gymnasiums Sachsenwald und des Jürgen Rickertsen Hauses, welches Anfang August wieder öffnete. Viele haben ihre Gruppe, die Gemeinschaft und das gemeinsame Training sehr vermisst, da sie abgeschieden von der Familie die meiste Zeit auch alleine zu Hause verbrachten.

Mit strammen Gehen auf der Tartan-Bahn, durch Parks und Gärten, mit kleinen Mobilisations- und Dehnungsübungen sowie später dann Übungen zur Kräftigung wurde der Kreislauf wieder in Schwung gebracht und die Ausdauer, welche sehr gelitten hatte, wieder verbessert und die Muskulatur aufgebaut. Und Zeit für kleinen Schabernack mit ordentlich Gelächter wurde sehr gerne angenommen.

Auch die Orthopädie- und Lungensportgruppen haben mit dem Training im Freien begonnen und können demnächst wieder in die Hallen zurückkehren.

Bewegung macht Spaß und hält gesund – wir bleiben wachsam ist auch hier die Direktive.

Durch die in der Schließung gestiegene Nachfrage konnten wir im September sogar eine zweite Lungensportgruppe starten.

Betreut werden unsere Teilnehmer durch die ÜbungsleiterInnen Anke Blass, Claudia Wieser, Nesrin Yasar-Ziegler, Ingrid Tetzlaff, Lucia Helena Podhostnik und Manfred Hirsch sowie die ÄrztInnen Ulrike Jaeger,

Heinz-Dieter Weigert, Franz Michael Schroeter und ganz frisch Arno Ludolph. Die tolle Arbeit möchten wir hier würdigen und uns für ihr Engagement bedanken.

Sport hält fit!



Das beste Beispiel hierfür liefert uns Richard Schaumann, denn er feierte kürzlich seinen 90. Geburtstag. Zu diesem feierlichen Anlass hat sein Freund und Sportskamerad Willy Bley, der gleichzeitig auch Konditormeister ist, ihm einen Pflaumenkuchen gebacken. Richard fühlt sich jedoch nicht wie 90, er hat sich durch Sport fit gehalten und genießt zudem die Gemeinschaft in der Herzsportgruppe, um die Trainerin Ingrid Tetzlaff.

Die Gruppe trifft sich immer donnerstags von 17:30 bis 19 Uhr und hat noch ein paar Plätze frei. Dieses Angebot ist auf die jeweilige Belastbarkeit der Teilnehmer zugeschnitten und wird ärztlich betreut. Während des Bewegungs- und Dehnungstrainings erfolgen regelmäßig Messungen von Puls und Blutdruck. Die ambulante Herzsportgruppe ist als Rehabilitationssport verordnungsfähig, es kann aber auch über eine Mitgliedschaft teilgenommen werden. Bei Interesse melden Sie sich gerne unter reha@tsv-reinbek.de.

Wir bleiben aktiv auch in Coronazeiten!



Wer mich noch nicht kennt, mein Name ist Anke Blaß. Seit 2007 bin ich als Sport- und Gymnastiklehrerin in den Bereichen Aqua Sport, Reha-Orthopädie, Rückenfitness und allgemeine Gymnastik für unsere TSV Reinbek tätig.

Die Aqua Trainingsgruppen sind aufgeteilt in Aqua-Jogging, Aqua-Fitness und Wassergymnastik. Beim Aqua-Jogging trainieren wir im tiefen Wasser mit Schwimmgürteln. Es ist ein sanftes aber effektives Lauftraining im Wasser, bei dem der gesamte Bewegungsapparat beansprucht wird und die Ausdauer prima trainiert wird. Die Aqua-Fitness findet im Stand bei 1,35 tiefem Wasser statt. Auch diese Form der Gymnastik ist sehr anspruchsvoll. Die Wassergymnastik ist ein spezielles Bewegungstraining. Durch die geringere Belastungsintensität ist sie gut geeignet bei Problemen des Bewegungsapparates. Bei allen drei Gruppen wird die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gelenkschonend trainiert.

Dann kam Corona und wir konnten leider ab Mitte März nicht mehr in unserem geliebten Wasser trainieren. Es dau-

erte aber nicht lange, da haben wir im Verein über diverse Medien unsere Gruppen ansprechen können. Mit unseren Mitmach-Videos sowie schriftlichen Übungen haben wir Euch die Möglichkeit gegeben, zu Hause den Fitnessstand zu erhalten. Für uns Trainer war das sowohl technisch, als auch von der Trainingsplanung und Durchführung her eine neue Herausforderung, die wir mit viel Engagement und mit Freude gerne angenommen haben. Mit Weltatlas statt Schwimmbrett, Handtuch statt Poolnudel, Putzlappen und Trinkflaschen habe ich mit Euch per Video gespartelt.

Wie ich hörte wurden und werden auch jetzt noch die Übungen zu Hause von vielen konsequent umgesetzt. Das half uns, unseren Trainingsstand aufrecht zu erhalten. Vielen Dank an dieser Stelle für die zahlreichen positiven Rückmeldungen.

Anfang Mai konnten wir uns dann im Freien auf unserem Sportplatz wiedersehen und trainieren. Wer hätte das gedacht, dass wir mal auf dem Rasen „Aqua mit trockenem Fuß“ machen. Wieder eine neue Herausforderung. Auflagen erfüllen, Gruppen organisieren, Trainingskonzepte erstellen etc.,



SCHWIMMEN



Corona macht erfinderisch und auch ohne Wasser haben wir alle Kreativität und Phantasie bewiesen. Jedem hat es Spaß gemacht wieder gemeinsam zu trainieren. Auch ohne die Füße ins Wasser zu halten sind wir ins Schwitzen gekommen und manchmal auch von oben nass geworden. Son-

nencreme und Sonnenbrillen waren gefragt. Es gab auch immer etwas zu gucken. Jeder konnte auch mal sehen, was es noch für Sportarten im Verein gibt. Tolle Sache! In den Trainingspausen konnten wir Hasen, Enten, Austernfischer und Co. beobachten. Das meist gute Wetter tat sein

Übriges und alle haben diese Zeit draußen genossen.

Und dann war es endlich wieder soweit! Nach den Sommerferien durften wir wieder in unser geliebtes Wasser springen. Kein Trockentraining mehr, obwohl wir eine Menge Spaß hatten, und einige von Euch auch gemerkt haben, dass das Landtraining ganz toll sein kann. Es gibt zwar noch zu unserer Sicherheit eine Menge Auflagen vom Gesundheitsamt, die wir zu befolgen haben, aber auch das bekommen wir gut geregelt. In kleineren Gruppen sind wir wieder aktiv im Wasser. Wir haben nichts verlernt, und sind wieder gut dabei. Es gibt doch nichts Schöneres, als sich wieder im kühlen Nass zu bewegen. Vielen Dank für Eure Geduld und Treue.

Eure Anke Blaß



REICHERT & GEHRKE
IMMOBILIEN

T - 040 - 4689 8649 0
E - info@reichert-gehrke.com
W - www.reichert-gehrke.com

Bahnhofstraße 6b • 21465 Reinbek

Alt-Spielmannszug „Sachsenwald“

CORONA ... man mag es schon gar nicht mehr hören!

Es verbreitet Angst und Schrecken, es spaltet die Menschen in ihren Gedanken und ihrem Handeln, es trennt Freunde und beschränkt einen in vielen Dingen, die man gerne tun würde!

Aber wir können es nicht ändern und wenn wir alle uns an die Vorschriften und Vorgaben halten, dann schaffen wir das!

Gemeinsam sind wir stark – das haben auch wir gemerkt, als wir uns das erste Mal nach langer Pause wieder treffen durften!



Am Mittwoch, d. 13. Mai 2020 durften wir das erste Mal wieder zusammen sein und gemeinsam Musik machen!

Ja, alles draußen unter freiem Himmel (Jippy das Wetter war gut!) und ja, alles unter ganz strengen Auflagen und ja, mit dem geforderten Abstand. Und unser Armin musste ein genaues Konzept abgeben, wo und wie wir stehen durften, aber: wir waren wieder zusammen, konnten klönen und uns austauschen und wir hatten wieder ein bisschen Spaß.

Es war ein Anfang!

Dann folgten Übungsabende auf dem Schulhof, draußen im Freien und wir fingen an, wieder so etwas wie Normalität zu fühlen. Erst jetzt haben wir alle gemerkt, was uns gefehlt hat: das Zusammensein mit Freunden, gemeinsames Musizieren, sich wieder auf den nächsten Probenabend und die Anderen freuen zu können.

Leider wurden alle öffentlichen Veranstaltungen für uns und mit uns abgesagt: Es gab keine Schützenumzüge, keine Kinderfeste und jetzt im Herbst auch keine Laternenumzüge! Uns macht das sehr traurig, aber

auch hier ist es mehr als wichtig, uns und die Teilnehmer solcher Groß - Veranstaltungen zu schützen.

Und doch gibt es auch noch etwas ganz Schönes zu berichten: Jetzt im September haben wir ein kleines Ständchen geben können – unter Einhaltung aller Auflagen und Vorschriften.

Tantchen und Onkelchen Märker (Schwester und Schwager unseres Klaus Bohnhoff) hatten



im Mai ihre Diamantene Hochzeit. Auch hier mussten alle Feierlichkeiten abgesagt und auf später verschoben werden.

Und jetzt war es soweit: Ganz heimlich haben wir unsere Noten im Kreuzkamp im Garten aufgebaut und Margret und Klaus mit unserer Musik überrascht.

Es ist so schön, anderen eine Freude zu machen und man selbst fühlt sich dabei so richtig gut. Und wir alle sollten die Hoffnung nicht aufgeben, dass



es vielleicht bald neue Lockerungen gibt und wir vielleicht wieder ein bisschen mehr „Freiheit“ genießen können. Erfreuen wir uns jetzt aber an den schönen Momenten, die es trotz allem gibt.

Manuela Boll





TANZEN

Die Tanzsportabteilung und Corona I

Turniergruppe Standard: Wir tanzen trotzdem

Glänzende Leistungen auf der letzten gemeinsamen Landesmeisterschaft der höchsten Seniorenklassen (IV), das war es, was die drei teilnehmenden Paare mit Stolz im März erfüllte. Die TSV als der erfolgreichste Verein des Landes stellte 3 Landesmeister und einen Vizemeister, alles perfekt. Allerdings schwirrte schon der Pandemie-Geist im Hintergrund, jedoch ohne konkrete Konsequenzen für das Sportgeschehen. Wenige Tage nach dem Erfolgserlebnis kam der Lockdown. Neun Mal musste das Training abgesagt werden und Weltklasse-Demopaare übernahmen die Regie, indem sie die Turnierpaare einluden, Übungen im Wohnzimmer, im Flur oder der Garage durchzuführen. Viele neuen Möglichkeiten eröffneten sich für die ak-

tiven Tänzer, die begeistert das virtuelle Angebot nutzten.

Im Mai ging es endlich wieder im Saal los und siehe da, ohne Probleme. Der Trainer zeigte viel, berührte kein Paar und redete ununterbrochen zwischen den Musikstücken; früher war das nervig, in der heutigen Zeit angebracht. Seine Partnerin war ein Bambusstock, der gleichzeitig den Kontakt zu den Paaren sicherte.

Die Methodik war alternativ, effektiv und sehr motivierend. Oberstes Gebot war der kontaktlose Unterricht mit dem Trainer, der auch das Shadow-Dancing anwendete. Im Zentrum standen die Basics und weniger die persönliche Choreographie. Der Trainer beobachtete die Akteure und kommentierte die Abläufe. Alles war anders, aber wer hät-



So arbeitet der Trainer im Hintergrund

te gedacht, dass dieses Vorgehen unterhaltsam ankommt. Die Tanzabende endeten öfter bei Tommy, der innere Erfrischungen bereit hielt, denn das normale Duschen war nicht erlaubt.

Hans-Jürgen Otto

UMZUG MIT DER FAMILIE? EIN KINDERSPIEL!



JAN BODE 
UMZUG • TRANSPORT • LOGISTIK

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

Röntgenstr. 27-29 · 21465 Reinbek · 040 797 50 500 · www.bodespedition.de



Die Tanzsportabteilung und Corona II

Hobbytanzgruppen am Dienstag, Trainerin: Rabea Tilch:

Wie bist Du/Deine Gruppen mit dem plötzlichen Lockdown zu Recht gekommen?

Es kam alles sehr überraschend, über die WhatsApp-Gruppen waren alle gleich informiert, traurige smilies waren zu sehen und ein gemeinsames Treffen der Gruppenpaare nach dem letzten Training vor den Osterferien wurde abgesagt.

Wie war es, seine Gruppe ohne Abschied auf unbestimmte Zeit nicht mehr zu sehen?

Erst einmal war die Hoffnung da, sich nach den Osterferien gesund wiederzusehen. „Bleibt alle gesund!“ war einer der häufigsten Wünsche untereinander.

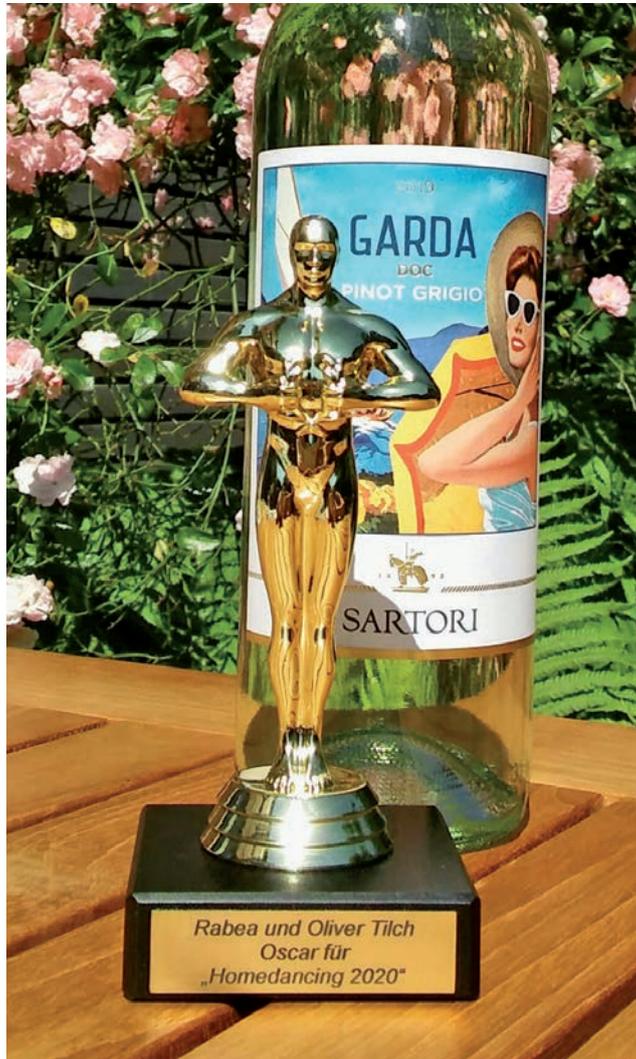
Wie habt Ihr, Dein Mann Oliver und Du, persönlich die Corona-Pandemie ohne Tanzen erlebt?

Wir haben im Prinzip gar nicht komplett mit dem Tanzen ausgesetzt. Olli und ich haben das Angebot der TSV von Anfang an genutzt, Videos zu verschicken, um mit den Paaren in Kontakt zu bleiben. Wo andere Homeoffice und Homeschooling hatten, lautete unser Motto „Homedancing“.

Wie war der Kontakt in der Zeit zu Deinen Gruppen?

Jede Woche gab es eine neue Homedancing-Mail (1,2,3,...) mit neuen Videos, Schrittfolgen und weiteren Tipps (Musik-Links, ...) für die Bewegung in den eigenen vier Wänden. Eigene Wünsche durften geäußert werden und wurden umgesetzt.

Begeisterung der Paare: Daumen hoch!, Liebe Rabea, das ist eine super Idee!, Sehr gut!, Geniale Idee!, Super Idee!, Was



für eine tolle Idee!, Super, vielen Dank!

Gab es interessante/lustige/traurige Begebenheiten?

Ich habe ein Video von eingeübten Schritten bekommen, mit persönlichem Gruß am Ende des Videos. Und ein Foto von einer freigeräumten Wohnzimmerfläche.

Hattest Du ein Konzept für Deine Videoaufnahmen?

Zwei Warm-Up-Videos, die man jede Woche verwenden kann. Ansonsten orientierten sich die Aufnahmen am derzeitigen Stand beider Gruppen, teils Wiederholungen, teils aber auch neue Schritte für Fortgeschrittene und als Herausforderung für Alle.

Wie war es, Deine Gruppen via Video zu unterhalten?

Sehr gut. Es gab sehr viele positive Rückmeldungen, z. B. Wir haben es schon durchgetanzt... Sind schon ganz gespannt auf die nächsten Tutorials. Mehr davon!

Welche Reaktionen kamen von Deinen Gruppen?

Danke, dass Du und Olli Euch solche Mühe für uns macht!

Dieser Satz kam von einigen Paaren und das ist eine wunderbare Anerkennung!

Wie war der Wiedereinstieg nach der langen Pause unter Beachtung der aufgestellten Regeln?

Die Regeln wurden alle akzeptiert. Die Lust, wieder zu tanzen und sich im Saal zu bewegen überwog. Spontan haben wir gleich am ersten Tag der Saalfreigabe begonnen. Wir sind alle froh, dass wir nicht beim Tanzen selbst eine Maske tragen müssen.

Ich persönlich vermisse es sehr, dass ich nun nicht mehr mit den Paaren tanzen kann, um zu zeigen, wie die Schritte gemeinsam im Paar aussehen. Aber zum Glück sind wir (Olli und ich) auch zu Zweit und so haben wir gemeinsam unterrichtet.

*Vielen Dank, Rabea für Deine Antworten. So oder ähnlich lief es auch in den den anderen Gruppen der Tanzsportabteilung. Fast alle Tänzer*innen wurden von ihren Trainer*innen während es Lockdown mit Videomaterial versorgt. Und der Wiedereinstieg in der Tanzsportabteilung lief durchweg diszipliniert.*

Rabea Tilch/Birgit Bendel-Otto

Reinbeker Paare dominieren Landesmeisterschaft



Axel & Sabine Hagemeister



Franz Theiner & Charlotte Kunz



Hans & Monika Elvers

Bei der gemeinsamen Landesmeisterschaft der Senioren IV in den Standard-Tänzen kamen drei der vier Sieger aus Reinbek.

Die Tanzsportabteilung des Walddörfer SV lud am 08. März Wochenende zu den gemeinsamen Landesmeisterschaften von Bremen, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein in den Klassen Senioren IV C- bis S-Klasse geladen. Keiner ahnte an diesem Sonntag, dass eine Woche später das gesamte öffentliche Leben still gelegt sein würde und an gemeinsamen Sport gar nicht mehr zu denken war. Auch drei Reinbeker Paare stellten sich der Konkurrenz in den jeweiligen Klassen und wollten um Titel und Medaillen tanzen.

In der B-Klasse gingen Franz Theiner & Charlotte Kunz aufs Parkett. Und die beiden zeigten den anderen Paaren gleich, dass mit ihnen zu rechnen ist. Souverän sicherten sie sich nicht nur mit allen gewonnenen Tänzen den Turniersieg, sondern damit auch den Landesmeistertitel von Schleswig-Holstein und den Aufstieg in die A-Klasse. Nur einige wenige Bestnoten mussten die Beiden

dabei an ihre Konkurrenten abgeben.

Natürlich nutzten Franz & Charlotte gleich die Gelegenheit, als Aufsteiger in der A-Klasse mitzutanzten. Dort trafen sie mit Hans & Monika Elvers auf ihre Vereinskameraden. Theiner/Kunz beflügelte durch Sieg, Titel und Aufstieg ließen auch in diesem Turnier alle anderen Paare hinter sich. Mit allen möglich Einsen holten sie sich erneut Turniersieg und Landesmeistertitel. Hans & Monika Elvers, für die es das erste Turnier nach einer langen, krankheitsbedingten Pause war, mussten sich dieses Mal geschlagen geben. Für sie blieb leider nur der dritte Platz im Turnier und erneut der Titel des Landesvizemeisters von Schleswig-Holstein.

Axel & Sabine Hagemeister mussten in der S-Klasse auf ihrem Weg zur Titelverteidigung die größten Hürden nehmen. 29 Paare traten in diesem Turnier an. Über eine Vor- und zwei Zwischenrunden tanzten sich Hagemeister bis ins Finale vor. Dort vertraten sie noch als einziges Paar die schleswig-holsteinischen Farben. Platz vier im Gesamttturnier und Landes-

meister hieß es am Ende für die Beiden. Für Axel & Sabine sollte die Landesmeisterschaft jedoch nur eine Zwischenstation (Qualifikation) zum Deutschland-Pokal Ende März in Elmshorn sein, der jedoch bedingt durch die Corona-Pandemie auf Oktober verschoben wurde.

Birgit Bendel-Otto

Fremdenzimmer

Reinbek

Fam. Antonczyk

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

Tel. 040 / 722 93 70

email:
thomas.antonczyk@googlemail.com

Neues Trainer Team ab 2020

Die Tennisabteilung hat ihr Trainerteam in diesem Jahr noch einmal neu zusammengestellt. Dabei setzen wir auf erfahrene und beliebte Trainer und ein neues Gesicht. Bereits seit einigen Jahren sind Lena und unsere beiden Juris dabei. Juri Petrenko hat seit Mai noch einen zweiten Tag übernommen. Ergänzt wird das Team durch Miroslav Istvan, der in einem anderen Club bereits mit Lena trainiert hat. Wie so oft mussten wir im Abteilungsteam schnell reagieren, als unser vorheriger Cheftrainer in seinen alten Beruf wechselte. Umso mehr freuen wir uns jetzt mit diesem erfahrenen Trainerteam arbeiten zu können. Durch Überschneidungen der Trainingstage ist ein reger Austausch untereinander möglich, sodass Trainingsgrup-



pen optimaler zusammengestellt werden können. Juri Petrenko führt die Kleinsten von 4-6 Jahren im Tenniskindergarten an den Tennissport heran,

Lena betreut beim Schultennis im Rahmen des Betreuungsangebotes einen Tennis-Schulkurs. Alle Trainer stehen auch gerne für Privatstunden zur Verfügung.

Tennis in Corona-Zeiten

Im April 2020 war herrliches Sonnenschein-Wetter, aber die Tennisanlage der TSV lag brach, da wir wie alle anderen Mitglieder unsere Anlage nicht betreten durften. Der Frühjahrsputz ging jedoch weiter, da unsere hauptamtlichen Mitarbeiter, also die Trainer und der Platzwart, zu ihrer Arbeit gehen durften. So haben in diesem Jahr nicht fleißige Mitglieder, sondern die Tennistrainer die Bänke gereinigt, Unkraut beseitigt und Fenster geputzt.

Dazu habe ich eine motivierende Mail erhalten: „Dir und dem ganzen Abteilungsteam ein herzliches Dankeschön fürs höchst engagierte Weitermachen und die Dinge am Laufen halten“.

Und dieses Dankeschön haben wir auch gerne an die Geschäftsstelle weitergeleitet. Ohne deren Engagement wären die vielen tollen Sport-Videos während der Schließung der Sportstätten nicht möglich gewesen. Auch unsere Tennis-Trainer haben sich hier engagiert und wurden zu Videostars. Anfangs natürlich noch etwas zögerlich, da es etwas sehr Neues war, sich filmen zu lassen.



GLASEREI BEHN

Seit 1968

Wussten Sie schon was

»Die Glaserei Behn« alles anbietet?

- zeitlose, maßgefertigte Duschen ganz aus Glas
- farbiges Glas in Küche/Bad
- Wärme-/Sonnen-/Einbruchschutz-Verglasungen
- Einbau von neuen Fenster und Türen
- Überdachungen aus Glas
- Anfertigung und Montage von Spiegeln nach Maß
- Erneuerung von Silikonfugen im Innen- und Außenbereich

und vieles mehr



Kinauweg 7 · 21465 Reinbek

☎ 040/727 300 40 · 📠 040/727 300 41

www.glasereibehn.de · info@glasereibehn.de



TENNIS

Später mit vielen Ideen, was jeder auch zuhause mitmachen kann. Die Sport-Videos haben geholfen, die fitnessfreie Zeit zu überbrücken.

„Vielen lieben Dank für Euren Einsatz und die Arbeit der Trainer – das ist ein ganz starkes Signal ... Wir zahlen alle Beiträge weiter. Ich möchte, dass unser Verein gut durch die Zeit kommt.“ (Mail eines Tennismitglieds, Ende April 2020)

Und dann endlich war es soweit: Der Tennissport durfte als erste Sportart wieder starten, da es im Freien stattfindet und die Abstände gewahrt werden konnten. Allerdings gab es noch Einschränkungen, Doppel war nicht erlaubt (sehr zum Ärger der älteren Tennisspieler) und auch das Clubhaus durfte noch nicht betreten werden.

Das Training startete wieder in 4er-Gruppen. Und da die anderen Sparten der TSV bis auf das Freilufttraining noch nicht starten durften, haben wir Tennis-Schnuppertraining für alle TSV-Mitglieder angeboten. Und wurden förmlich überrannt: 35 Interessenten meldeten sich und wir waren froh, dass wir auch fast allen ein Probetraining anbieten konnten. Bisher habe ich 12 Rückmeldungen von Tennisbegeisterten, die auch weiterhin trainieren möchten. So groß war unsere Mitgliedergewinnung in der Abteilung noch nie auf einen Schlag.

Jetzt hat sich das Vereinsleben weiter normalisiert, wir dürfen auch nach dem Sport zusammensitzen und ein Bierchen zischen. Doppelspielen ist erlaubt und auch Gastspieler dürfen wieder auf die Anlage. Ab August werden wir wieder Medenspiele austragen und uns mit anderen Vereinen messen. Ich finde, dass wir die sportfreie Zeit durch viele Ideen und Ausnutzen aller Freiräume, die wir nach und nach zurückerbekommen haben, gut überstanden haben und möchte mich noch einmal für Eure Treue und Unterstützung bedanken.

*Marion Adlung,
Abteilungsleiterin Tennis*



Der weiße Sport

Es gab `ne Zeit – ganz in weiß
TENNIS, grazil und elegant –
Nicht nur auf Sand.
Doch selbst Weltturniere
Erlauben inzwischen alle Farbenspiele.
Einzig WIMBLEDON zeigt Stil
Schließlich erfanden die Engländer das Spiel.
„Naughty Boy“ Agassi durchbrach seinerzeit die Etikette
er sich weltweit durchsetzte.

Schade, nur gelegentlich auf unsren Plätzen
sieht man ein weißes Röckchen flitzen
Die Schönheit des Sports unterstreichend
Von Farben wie „Asche“ abweichend.
Hier und da „läuft“ kombiniert noch ein bisschen weiß
Vielleicht auch künftig vermehrt?
Wer weiß, wer weiß.

Ursula Sommer

MALEREIBETRIEB oliver peters GmbH

**Maler-, Tapezier- und
Bodenbelagsarbeiten aller Art**



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

Die Tischtennis-Senioren



Nach dem Abgang von Christa und Uta entwickelte sich bei den TT-Senioren eine reine Männerwirtschaft. Auf die Dauer war es kein Zustand. Nach Anzeigen im kleinen Reinbeker und regelmäßigen Berichten in der Vereinszeitung erschienen dann endlich Damen in der Halle. Zeitweilig spielten sogar bis 8 Damen die beliebten gemischten Doppel. Zu loben sind die männlichen Senioren dafür, dass sie sich bereitwillig und im Wechsel um die Damen kümmerten, de-



wagschal
www.dahlias.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



Elektrobau

Henry Kaulfuß
GmbH



Elektroinstallation • Krantechnische Dienste

Scholtzstraße 2 • 21465 Reinbek

☎ 040 / 728 169 0

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



TISCHTENNIS

ren spielerischer Leistungsstandard noch nicht so ganz oben angesiedelt ist. Wie sagt man so schön: „Übung macht den Meister“. Wichtig ist, dass wir jetzt wieder eine gemischte Truppe sind. Die Stimmung bei den Senioren ist jedenfalls wieder sehr locker und gut.

Ja, und dann kam ER!

Unser Bürgermeister Warmer erschien am 14.7. und stellte

sich als neuer alter Bürgermeister vor. In lockerer Runde, Corona Vorschriften wurden natürlich eingehalten, stellten die Senioren Fragen zu den aktuellen Themen in der Reinbeker Kommunalpolitik, die Björn Warmer freundlich und fachlich kompetent beantwortete.

Zum Schluss drückte man ihm einen Schläger in die Hand und siehe da, gegen unsere vieler-

sprechende „Nachwuchsspielerin“ Maggi konnte sich unser Bürgermeister durchaus behaupten. Er kann also auch Tischtennis.

Für Interessierte: Die TT-Seniorinnen und Senioren treffen sich am Dienstag und Donnerstag von jeweils 14 bis 16 Uhr in der Halle der Klosterbergen Schule, am Täbyplatz. Fragen beantwortet gern Dieter Petschow unter 040 - 722 19 18.



**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

HOLSTEN *Pilsener*
PREMIUM

BINGO · PARTY Ü40 usw.

Warme & Kalte Speisen · Partyservice

Auf Ihren Besuch freut sich Thomas Antonczyk und sein Team

Einführung in die Ballsportarten

Angeleitet von unserer Auszubildenden Svea und unserer FSJlerin Sofia startete nach den Sommerferien die Gruppe „Einführung in die Ballsportarten“. Das neue Angebot für 6 bis 10jährige wurde zur Freude der beiden Trainerinnen von Anfang an sehr gut angenommen, sodass mittlerweile immer an die 10 Kinder dabei sind. Da es in dem Alter meist schwierig ist, sich direkt für eine Sportart zu entscheiden, ist das Ziel dieser Gruppe, dass die Kinder die unterschiedlichsten Ballsportarten, von Basketball über Badminton bis Floorball, ken-



nenlernen und ausprobieren können. Um dieses möglichst abwechslungsreich zu gestalten, wird die Sportart alle 3 bis 4 Wochen gewechselt. Neben den Ballsportarten an sich, steht aber auch das Arrangieren in einem Team und das Miteinanderspielen im Mittelpunkt. Durch verschiedene Übungen zu Beginn werden technische Fähig-

keiten erlernt, die in anschließenden Spielen gemeinsam mit der Teamfähigkeit angewendet werden. Und ganz wichtig: der Spaß am Sport kommt natürlich nicht zu kurz.

Wenn du Lust hast mit uns die Welt der Ballsportarten zu entdecken, melde dich gerne für ein Probetraining in der Geschäftsstelle an.

Mini Mäuse

Jeden Donnerstag von 15.15 bis 16.30 Uhr heißt es für kleine Mini Mäuse im Alter von 1 bis 4 Jahren Turnen, Tanzen, Spielen und Lachen mit Mandy.

Dabei werden sie animiert von „Maus“, einer etwas größeren Diddl-Maus und auch ihre Maxi Mäuse (Mama, Papa, Oma, Opa) sind selbstverständlich dabei.

Nach einem Begrüßungslied und einer spielerischen Erwärmung geht es ran an die Turngeräte: es wird geklettert, balanciert und gesprungen, wobei vor allem Mut, Geschick und Geduld gefragt sind. Nicht nur Muskeln und Gelenke, sondern auch das Gehirn wird durch kleine Herausforderungen trainiert.

Spaßig wird es, wenn Mama oder Papa mal die Geräte ausprobieren. Da stellen die Maxi-Mäuse schnell fest, was die Mini-Mäuse so großartiges leisten.

Durch Abschlusslieder wie „Hänschen klein“ wird den Kindern auch die Möglichkeit des LöSENS von ihren Eltern gegeben. Als Belohnung gibt es am Ende



TURNEN

der Stunden noch den begehrten Stempel auf den Arm.

Wenn nun jeden Donnerstag die Motorik der Kinder spielend „trainiert“ wird, werden nebenbei einige Grundbedürfnisse wie Sicherheit, Bindung und Autonomie gestärkt und gefüttert.

Mini Mäuse Zeit ist Eltern-Kind-Turnen, aber in erster Linie familiäre Quality-Time und In-Verbindung sein.



Siegerehrung der Mini-Olympiade



In der Zeit der geschlossenen Sportstätten hatten wir unsere Challenge gegen die Schwimmabteilung ausgerufen. 10 Übungen waren zu absolvieren. Von Hampelmännern über Ge-

dächtnisspiele hinzu Zielwerfen und Einbeinstand waren zu absolvieren, Zielsicherheit und Ausdauer waren gefragt.

Prämiert wurden im Anschluss

die schönsten Bilder. Trommelwirbel ... gewonnen haben: Paul + Emma und Charlotte Pfeiffer

Herzlichen Glückwunsch!

Wie in allen Bereichen des öffentlichen Lebens wurde auch die Volleyballabteilung durch das Corona-Virus hart getroffen. So wurde die laufende Saison für alle Jugend- und Erwachsenenmannschaften vorzeitig abgebrochen und der Trainingsbetrieb im Frühjahr eingestellt. Bis kurz nach den Sommerferien war noch nicht klar wie es nun für die Mannschaften weitergehen sollte. Es wurden Hygienekonzepte erstellt und in Anlehnung an die Vorgaben der Gesundheitsämter umgesetzt. Alle Jugend- und Erwachsenenmannschaften trainieren nun seit einiger Zeit wieder fast normal. Auch wenn wir uns nun flexibel zeigen und jederzeit mit Lockerungen oder Verschärfungen rechnen müssen, überwiegt die Freude darüber, endlich wieder unserem Sport nachgehen zu können.



Die 1. Herren in der Bezirksliga gingen als Tabellenführer in den Lockdown. Durch den Hamburger-Volleyball-Verband wurde eine Quotientenregel zur Anwendung gebracht, der die erzielten Punkte durch die Anzahl der Spiele dividierte. Aufgrund dieser Regelung landeten die Herren auf dem 2. Tabellenplatz und konnten sich nach einigen Wochen der Ungewissheit dann trotzdem über den Aufstieg in die Landesliga freuen. Der Kader konnte nicht nur beibehalten werden, sondern auch in der

Breite verstärkt werden. Mit nunmehr 13 Spielern gehen unsere Herren mit einem vollständigen Kader in die nächste Spielzeit. Das war in den letzten Jahren nie der Fall und sollte so weitere Möglichkeiten geben, auch in der höheren Liga erfolgreich zu bestehen.

Unsere 1. Damen spielten, nach dem Aufstieg, in ihrer ersten Saison in der Verbandsliga eine tolle Hinrunde und setzten sich im oberen Tabellendrittel fest. Auch in der nächsten Saison werden die Damen nun in der Verbandsliga an den Start gehen. Die Spielerinnen um den Trainer Kay Lühr werden hoffentlich wieder an die Leistungen der Vorsaison anschließen können, um auch weiterhin oben mitmischen zu können. Die Entwicklung dieser Mannschaft scheint noch nicht abgeschlossen zu sein, so dass wir noch so einiges von unseren 1. Damen erwarten dürfen.

Die 2. Damen konnten vom Lockdown profitieren und erreichten den Klassenerhalt, trotz einer sehr durchwachsenen Saison, in der Bezirksklasse. Alle Spielerinnen haben den Lockdown gut überstanden und stehen wieder im Training. Ziel wird es nun bei den Damen sein, ihre Leistungen zu stabilisieren und gleichmäßig bei den Punktspielen abrufen zu können. Bei dem vorhanden Potential sollte



ein Tabellenplatz frühzeitig zu erreichen sein, der mit den Abstiegsplätzen nichts zu tun hat.

Auch unsere Jugendmannschaften trainieren nun wieder fleißig und haben sich zu verschiedenen Spielrunden angemeldet. Bei der Jugend steht die technische und taktische Entwicklung der Spielerinnen und Spieler klar im Vordergrund. Auch wenn der Ehrgeiz immer da ist, so ist doch die Platzierungen in den Punktrunden nicht ganz so wichtig. Hingegen sollten die Trainingsinhalte auch in den Spielen zur Anwendung kommen und eine stetige Verbesserung des eigenen Leistungsvermögens zu erkennen sein. Die Spiegewinne kommen dann von ganz alleine.

Unsere Mixedteams hatten ebenfalls unter den Corona-Ein-



VOLLEYBALL

schränkungen zu leiden. Auch hier wurden diverse Spielrunden abgebrochen. Es gab keine Finalturniere und es wurden auch keine Meister gekürt. Das war auch vollkommen in Ordnung so, da bei unseren Mixedmannschaften der Spaß am Sport im Vordergrund steht und die Ge-

sundheit aller Beteiligten über allem steht. Auch für die neue Spielzeit haben sich alle Mannschaften und Trainingsgruppen wieder eigene Ziele gesetzt und werden versuchen, diese im Training und / oder bei den diversen Punktspielrunden zu erreichen.

Ich wünsche allen Sportlerin-

nen und Sportlern der gesamten TSV Reinbek weiterhin viel Spaß beim Sporttreiben und vor allem dauerhafte Gesundheit. Ich hoffe, dass alle vom Corona-Virus verschont bleiben oder schnell, ohne körperliche Spätfolgen, gesund werden.

Ulf Katelhön

Wir halten zusammen – auch in Corona Zeiten

Nachdem wir vom Mixed Volleyballteam „Alles wird gut“ noch Anfang März in großer Runde unsere „Nach-Weihnachtsfeier“ mit Kegeln und leckerem Essen im Dubrovnik feiern konnten, begann dann kurz darauf, wie für uns alle, die lange Zeit ohne Volleyball und mit wenig sozialen Kontakten.

Bis dahin waren wir durchaus erfolgreich in der Billerrunde mit einem guten 5. Platz und besonders auch in der Hamburger Runde des Hamburger Volleyballverbandes, wo wir in unserer Gruppe vor dem letzten Spieltag auf Platz 1 standen und uns bereits für die Endrunde qualifiziert hatten.

Doch dann kam alles anders. Wir versuchten uns in unserem Team auch ohne das gemeinsame Spielerlebnis durch sportliche und lustige Videobotschaften und einen fröhlichen Austausch per WhatsApp gegenseitig aufzumuntern. Aber das gemeinsame, aktive Volleyballspielen und das gemütliche Zusammensein



anschließend bei Tommy fehlten uns schon sehr. Und hier zeigte sich dann, dass unser Team „Alles wird gut“ auch in der Krise zusammenhält und zu diesem Motto steht. In kürzester Zeit wurde unkompliziert Geld für Tommy zur Erhaltung des Vereinslokals gesammelt. So konnten wir am 19. Mai 2020 Tommy ein prallgefülltes Sparschwein mit 400 € übergeben und anschließend gleich die neuen Möbel auf der Außenterrasse gemeinsam mit einweihen.

Ende Mai waren wir dann froh, dass wir, anfangs mit einigen Einschränkungen, wieder in der Halle spielen durften. Mittlerweile hat sich vieles wieder einigermaßen normalisiert. Seit kurzem leitet Joerg Miller wieder ein Techniktraining. In einigen Trainingsspielen gegen andere Teams konnten wir beweisen, dass wir noch nichts verlernt hatten. Die Billerrunde und die Hamburger Hobbyrunden sollen im Oktober ebenfalls wieder starten. Da in unserer Truppe derzeit mehr Frauen als Männer aktiv sind (s. auch Foto), werden wir in den Spielen verstärkt auf Frauenpower setzen.

Natürlich hoffen wir sehr, dass die Spielrunden planmäßig durchgeführt werden können, und dass es bald wieder möglich sein wird, mit den entsprechenden Regeln an Turnieren wie dem beliebten „Grünkohlturnier“ und dem „Schleifchenturnier“ mitzuspielen mit einem anschließenden geselligen Miteinander.

ALLES WIRD GUT!

Stefan Platte & Maren Harder



MITMACHAKTION

Wir hoffen ihr hattet viel Spaß beim Lesen unserer Vereinszeitung und habt einige neue Eindrücke über die verschiedenen Sportarten bekommen. Aber nun seid ihr dran! Was war euer einprä-

gsamster Moment in oder mit der TSV? Lasst eurer Kreativität freien Lauf! Wir freuen uns über eure digitalen Einsendungen bis zum 31. Januar 2021 an presse@tsv-reinbek.de und werden aus allen

eingesendeten Bildern eine Collage, oder bei vielen Einsendungen entsprechend mehrerer Collagen, auf unserer Homepage veröffentlichen.



KONTAKTE

Vorstand

1. Vorsitzender: Norbert Schlachtberger
 2. Vorsitzender: Sebastian David
 3. Vorsitzender: Hans-Jörg Carstensen
- Jugendwart: Martin Bokeloh
Referenten: Marion Kruse, Jens Wischnewski
Geschäftsführer: Rüdiger Höhne

Geschäftsstelle

Anschrift: Theodor-Storm-Str. 22, 21465 Reinbek
Tel. 040 40 11 326 0, Fax 040 40 11 326 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 0719 82
Spendenkonto: IBAN DE32 2135 2240 0020 0201 29

Das Geschäftsstellenteam

Stephanie Dittler, Mitgliederbetreuung
☎ 040 4011 326 12 dittler@tsv-reinbek.de

Maren Vollstedt, Mitgliederbetreuung
☎ 040 4011 326 18 vollstedt@tsv-reinbek.de

Uwe Schneider, Sportliche Leitung
☎ 040 4011 326 10 schneider@tsv-reinbek.de

Lasse Paulsen, Sportorganisation
☎ 040 4011 326 19 paulsen@tsv-reinbek.de

Babette Rackwitz-Hilke, Seniorenvertretung
☎ 040 4011 326 14 rackwitz-hilke@tsv-reinbek.de

Svea Bokeloh, Auszubildende
☎ 040 4011 326 15 svea.bokeloh@tsv-reinbek.de

Sofia Otto, Freiwilliges soz. Jahr im Sport
☎ 040 4011 326 13 otto@tsv-reinbek.de

Reiner Jaekel, Buchhaltung, Finanzen
☎ 040 4011 326 16 jaekel@tsv-reinbek.de

Martin Bokeloh, Gebäudemanagement
☎ 040 4011 326 17 bokeloh@tsv-reinbek.de

Rüdiger Höhne, Geschäftsführer
☎ 040 4011 326 11 hoehne@tsv-reinbek.de

TSV Clubhaus

Thomas Antonczyk, ☎ 040 722 62 66

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag
ab 15:30 Uhr, Freitag ab 17 Uhr, Samstag
und Sonntag ab ca. 10 Uhr geöffnet

Abteilungsleiter & Ansprechpartner

Aikido	Rüdiger Höhne	Aikido@tsv-reinbek.de
Badminton	Alexander Frenzel	Badminton@tsv-reinbek.de
Ballett	Julia Rademacher da Costa Cabral	Ballett@tsv-reinbek.de
Basketball	Reiner Jaekel	Basketball@tsv-reinbek.de
Fitness	Uwe Schneider	FGF@tsv-reinbek.de
Fußball	Peter Nikolaus	Fussball@tsv-reinbek.de
GeFit	Frank Ernstofer	GeFit@tsv-reinbek.de
Gesundheitssport	Uwe Schneider	FGF@tsv-reinbek.de
Handball	Sascha Balbach	Handball@tsv-reinbek.de
Iaido	Harald Jess	Iaido@tsv-reinbek.de
Jazz	Ragna Williams	Jazz@tsv-reinbek.de
Judo	Matthias Butkereit	Judo@tsv-reinbek.de
Ju-Jutsu	Siegmund Sobolewski	JuJutsu@tsv-reinbek.de
Karate	Timo Stieger-Fleischer	Karate@tsv-reinbek.de
Kung-Fu	Jochen Mittelberger	KungFu@tsv-reinbek.de
Leichtathletik	Lasse Zeuch	Leichtathletik@tsv-reinbek.de
Radtouren	Erika Tischler	Rad@tsv-reinbek.de
Reha-Sport	Uwe Schneider	Reha@tsv-reinbek.de
Schwimmen	Birgit Krebs	Schwimmen@tsv-reinbek.de
Spielmannszug	Manuela Boll	Spielmannszug@tsv-reinbek.de
Sportabzeichen	H. Eckhard Schlichting	Info@tsv-reinbek.de
Tanzen	Birgit Bendel-Otto	Tanzen@tsv-reinbek.de
Tennis	Marion Adlung	Tennis@tsv-reinbek.de
Tischtennis	Jürgen Bitzer-Thein	Tischtennis@tsv-reinbek.de
Turnen	Uwe Schneider	Turnen@tsv-reinbek.de
Volleyball	Ulf Katelhön	Volleyball@tsv-reinbek.de

Pressesprecher: L. Paulsen Presse@tsv-reinbek.de

Seniorenvertreterin: Babette Rackwitz-Hilke
Rackwitz-hilke@tsv-reinbek.de

Sport mit Flüchtlingen: Babette Rackwitz-Hilke
Rackwitz-hilke@tsv-reinbek.de

Team Kinderschutz: M. Bokeloh Kinderschutz@tsv-reinbek.de

Impressum

Auflage: 3.500 Stück

Erscheinungsweise: jährlich

Herausgeber:

Turn- und Sportvereinigung Reinbek von 1892 e. V.

Anzeigenverwaltung, Gestaltung und Satz:

Sandtner Werbung GbR, Jahnstraße 18, 21465 Reinbek,
Tel. 040 727 30 117, eMail: redaktion@derreinbeker.de

Redaktion: Lasse Paulsen

Druck: DSN

blau
HÖRGERÄTE



Hörakustikmeister Bastian Blau



*Kaufen Sie kein
Hörgerät, bevor Sie
nicht bei uns waren!*

6 Jahre Garantie* auf Ihre neuen Hörgeräte

blau Hörgeräte schlägt sich selbst in puncto Leistung: „Meine Mitarbeiter und ich waren auf der Suche nach Verbesserung unserer Leistung. Wir haben ausgewertet, dass unsere Kunden in allen Belangen zufrieden sind. Der nächste Schritt war dann, den Serviceumfang nochmal zu erweitern.

So bieten wir jetzt bei vielen Herstellern eine Garantie* über die volle Hörgeräteaufzeit an, wenn Sie bis zum 31.12.2020 eine neue Hörgeräteversorgung abschließen.“

- Bastian Blau -

Wir freuen uns auf Sie!

blau Hörgeräte

**in HH-Bergedorf im alten
Penndorf Haus**

Hinterm Graben 37
21029 Hamburg
Telefon: (040) 24 83 51 18

in HH-Bergedorf, Alte Post

Weidenbaumsweg 6
21029 Hamburg
Telefon: (040) 98 67 15 20

in Neuengamme

Neuengammer Hausdeich 257
21039 Hamburg
Telefon: (040) 64 60 26 50

in Aumühle

Große Straße 22
21521 Aumühle
Telefon: (04104) 6 95 23 03

in Neuschönningstedt

Möllner Landstraße 24
21465 Reinbek
Telefon: (040) 55 64 96 17

in Reinbek

Bahnhofstraße 6
21465 Reinbek
Telefon: (040) 73 60 15 15

www.blau-hoergeraete.de

**Hörgerätebatterien
für 6 Jahre**
im Kaufpreis enthalten**



* Die Garantieverlängerung gilt nur für HDO-Geräte (Hinter dem Ohr) der Hersteller Phonak, Resound, Unitron und erstreckt sich auf Herstellungs- und Materialfehler am Hörgerät selbst und ist auf die kostenfreie Reparatur oder den Austausch des Hörgeräts beschränkt. Die Garantieleistungen gelten nicht für Verschleißteile wie z.B. Batterien, Cerumenfilter, Zubehör, Hörschläuche, Ohrpassstücke oder externe Hörer. Die Garantieleistungen entfallen, wenn an der Hörhilfe Schäden durch Dritte, durch nicht autorisierte Instandsetzungen oder unsachgemäße Handhabung entstanden sind.

** Aufgrund der zeitlich begrenzten Haltbarkeit der Hörgerätebatterien, können Sie sich die einzelnen Verpackungen nach Bedarf in Ihrem blau Hörgeräte-Geschäft abholen.

Gemeinsam unter einem Dach



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

www.bg-sachsenwald.de



Baugenossenschaft Sachsenwald