

Horner Sportmagazin



Januar | Februar | März 2015

- » Im Fokus: Kindersport
- » Wandern - Der Goldsteig
- » Mitgliedsbeiträge 2015

Das beliebteste Konto unserer Stadt.

GIROFLEXX. Das Konto für Bremen.

Beste Bank 2014:
Ausgezeichnet
für die beste Beratung



55 % der Bremerinnen und Bremer haben ein Girokonto bei der Sparkasse Bremen.[†] Und das aus gutem Grund: GIROFLEXX passt sich Ihrem Leben an und bietet für jeden genau das richtige Kontomodell inklusive qualifizierter Beratung in rund 60 Filialen und kostenlosem Online-Banking.

Mehr unter: www.giroflexx.de oder unter 0421 179-0.

Stark. Fair. Hanseatisch.

[†] Quelle: TNS Infratest, Januar 2013



Die Sparkasse Bremen
Finanzdienstleistung



» In dieser Ausgabe:

- 3** Editorial
- 4** Geschäftsstelle | Vorstand
- 5** Kindersport: Schach, Judo, Ballett
Turnen, Leichtathletik, Fußball
- 13** Fußball
- 17** Aktuelles
- 19** Badminton
- 20** Maximum
- 22** Volleyball
- 23** Turnen
- 24** Wandern
- 26** Reha & Senioren
- 27** Rund um die Eiche
- 28** Sportliches Angebot
- 29** Beiträge 2015

» Kinder brauchen Bewegung

In der heutigen Zeit haben die Kinder durch Fernsehen, Computer und Videospiele kaum die nötige Bewegung, die sie für eine gesunde körperliche Entwicklung benötigen. Haltungsschäden und Übergewicht sind oft eine Folge davon.

Hier schafft unser Verein Abhilfe. Der häufigste Einstieg für Kinder in den Verein ist – neben Fußball – das Kinderturnen. Die Kinder haben bei uns in den unterschiedlichsten Kinderstunden je nach Alter die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten spielerisch kennen zu lernen, zu verbessern und Neues auszuprobieren. Ihre Kreativität wird angeregt durch laufen, klettern, springen, hüpfen, tanzen. Mit anderen Kindern gemeinsam die Turnhalle erobern, gemeinsam etwas ausprobieren, Rücksicht nehmen, auch mal verlieren im Spiel, das alles stärkt die körperliche Entwicklung und das Selbstbewusstsein der Kleinen und Großen. Auch das Feiern kommt nicht zu kurz: Karneval, Aufführungen, Laterne laufen, Weihnachtsfeiern und Ferienaktionen gehören mit dazu.

Kinderturnen bietet eine gute Grundlage für viele weitere Sportarten, die der TV Eiche Horn anbietet. Diese Ausgabe des Horner Sportmagazin gibt hierzu eine Vielzahl an Anregungen.

Karin Moritz
Turnabteilung



TV EICHE HORN

-GESCHÄFTSSTELLE-

Berckstraße 87, 28359 Bremen
Telefon (0421) 23 40 60 | Fax 23 77 40
E-Mail: info@eiche-horn.de

Internet: www.eiche-horn.de

Bankverbindung: IBAN DE63 2905 0101 0001 0743 43
Sparkasse Bremen BIC SBREDE22XXX



Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag	9.00 - 11.00 Uhr
Dienstag	16.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch	9.00 - 11.00 Uhr
	16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag	9.00 - 11.00 Uhr
Freitag	9.00 - 11.00 Uhr

Unser **Fitness-Studio "Maximum"** ist während seiner Öffnungszeiten unter Telefon (0421) 23 10 10 direkt zu erreichen.

Die **Abteilung Fußball** hat eine eigene Sprechzeit: Montag von 19.30 - 21.00 Uhr unter Tel. (0421) 23 24 30.

Die **Vereinsgastronomie** erreichen Sie zu deren Öffnungszeiten unter Tel. (0421) 23 22 45.

Impressum

Herausgeber:

TV Eiche Horn von 1899 e.V.
Berckstraße 87 | 28359 Bremen

Verlag & Anzeigen:

VOGEL & CREW Mediaconsulting
Mühlenweg 9 | 28355 Bremen
Tel. (0421) 200 75 90 | hello@vogelundcrew.de

Termine "Horner Sportmagazin" 2/2015

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 19.2.2015
Auslieferung voraussichtlich am: 19.3.2015

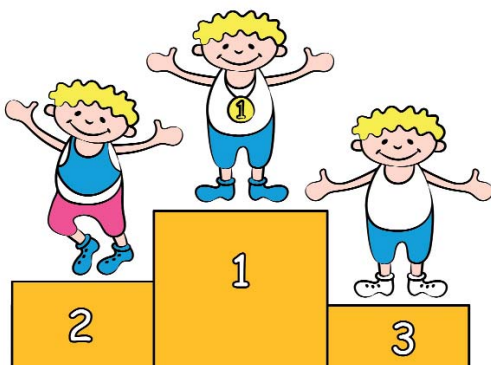
Beiträge (doc.Datei) und Fotos (jpg.Datei) bitte immer als Anhang an die E-Mail senden an magazin@eiche-horn.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle zum Jahreswechsel

Unsere Geschäftsstelle bleibt vom 22.12.2014 bis zum 2.1.2015 für die Öffentlichkeit geschlossen. Der Vorstand und das Geschäftsstellenteam wünschen allen Mitgliedern und Freunden des Vereins frohe Weihnachtstage und einen "guten Rutsch"!

» Psychisch fit dank Sportverein

Grundschul Kinder, die einen Sportverein besuchen, profitieren davon nicht nur in körperlicher und sportlicher, sondern auch in psychischer Hinsicht. Was Eltern im Alltag oft beobachten, zeigte jetzt ein Team von Psychologen und Sportwissenschaftlern der Universitäten Bremen, Münster und Luxemburg. Sie befragten gut 360 Grundschul Kinder zu ihrer sportlichen Aktivität und fanden dabei heraus, dass Vereinsmitglieder schon in diesem jungen Alter ihre sportlichen Fähigkeiten positiver bewerten als die anderen: Mädchen schätzen sich selbst als attraktiver ein, und Jungen sehen sich im Vergleich zu anderen als schneller, sportlicher und ausdauernder. Das hebt auch das Selbstwertgefühl. Außerdem haben sich sportbegeisterte Kinder mit Vereinsbindung in der Studie als ziel- und leistungsorientierter erwiesen. Und sie orientieren sich eher an den eigenen individuellen Leistungen und neigen weniger zu sozialen Vergleichen mit anderen. Angesichts dieser Ergebnisse raten die Forscher Eltern, ihre Kinder schon möglichst früh in einem Sportverein anzumelden. (Eva Tenzer aus „Psychologie Heute“)



» Kindersport – Sport für Kinder

Auf den folgenden Seiten zeigen wir die Sportarten auf, die für Kinder im Alter von neun Monaten bis acht/zehn Jahre geeignet sind.



Christian Maeder erklärt das 'Spiel der Könige'

» Schach für Kinder

Am Kinderschachunterricht des TV Eiche Horn nehmen bis zu zehn Jungen und drei Mädchen zwischen sechs und zehn Jahren teil. Sie werden von den beiden Übungsleitern Christian Maeder und Philipp Stern trainiert.

Unsere Trainingsinhalte orientieren sich an Übungsheften zu folgenden Schachdiplomen: Bauern-, Springer-, Läufer-, Turm- und Damendiplom.

Während der Saison beteiligen sich die spielstärksten Kinder an den Bremer Jugendmannschafts-Meisterschaften. Zusammen mit den Schachfreunden Lilienthal haben wir für die Saison 2014/2015 ein U12-Team aufgestellt. Dabei werden an vier Brettern „normale“ Schachpartien mit einer Bedenkzeit von einer Stunde (pro Spieler) und Notationspflicht (die einzelnen Züge werden schriftlich festgehalten) ausgetragen.

Beliebt und für jede Spielstärke geeignet sind die sogenannten Jugendschachserien. Mehrmals im Jahr finden diese Turniere in verschiedenen Städten – in Bremen oder in der Umgebung – statt. Getrennt nach Altersklassen werden hierbei an einem Tag sieben Runden „Schnellschach“ mit 20 Minuten Bedenkzeit gespielt. Die Auslosung erfolgt nach dem „Schweizer System“. Das bedeutet, dass in den Folgerunden punktgleiche – also im Idealfall etwa gleichstarke – Teilnehmer gegeneinander antreten. Die drei besten Spieler jeder Altersgruppe gewinnen Pokale. Mindestens drei Pokale wurden hierbei inzwischen von „unseren“ Kindern eingeholt. Den bisher größten Erfolg erzielte Kian Viet schon im Februar 2012 in Delmenhorst als U7-Sieger. Ilske Seibert gewann im März 2014 den U7-Pokal für Mädchen und Julius Becker wurde am 1. November Zweiter der U8-Teilnehmer. Unabhängig vom Ergebnis ist häufig allein schon die Teilnahme ein schönes Erlebnis für die Kinder.

Ab dem Frühjahr bis zu den Sommerferien tragen wir immer unsere U10-Clubmeisterschaft aus. Vorjahressieger Kian Viet konnte auch in diesem Jahr seinen U10-Titel verlustpunktfrei verteidigen. Es folgten Hendrik Seibert und Julius Becker auf den Plätzen zwei und drei von vier weiteren Teilnehmern. Zwecks Förderung des Mädchenschachs wurde ein Ex-



Lucas, Ilse, Erik und Lennert sind stolze Sieger

traturnier für unsere drei U7-Mädchen ausgetragen. Clubmeisterin des TV Eiche Horn wurde dabei Ilse Seibert.

Außer Vereinsschach gibt es auch Schulschach. Im März erzielte die Schulschachmannschaft der Grundschule Horner Heerstraße mit Platz 16 von 52 Bremer Schulteams einen ersten großen Erfolg an vier Brettern Schnellschach. Hendrik Seibert erzielte dabei sehr gute fünf von sieben Punkten am ersten Brett.

Seit Beginn des neuen Schuljahres leitet Alexander Norbach eine Schach-AG an der Grundschule Horner Heerstraße. Ende November fand ein Schulschachturnier statt - diesmal allerdings an acht Brettern -, von dem wir im nächsten Horner Sportmagazin berichten werden. Das Kinderschachtraining findet immer mittwochs von 18 bis 19.30 Uhr im Clubraum des TV Eiche Horn statt.

Christian Maeder

EmSiKey wünscht euch

Frohe Weihnachten

und einen guten Rutsch ins neue Jahr

Die Öffnungszeiten im Dezember

Montag bis Freitag: 10:00 Uhr - 20:00 Uhr
 Samstag: 10:00 Uhr - 21:00 Uhr

www.emsikey.de
www.facebook.com/Emsikey
 Instagram: #emsikey

Knochenhauer Str. 36-37 - 28195 Bremen

» Lifetime-Sportart Judo

Kampfsport auch für Kinder

Dank seiner Facettenvielfalt kann der Judosport einen Menschen fast über seine gesamte Lebensspanne begleiten. Je nach Lebensabschnitt verändern sich lediglich die Schwerpunkte des Trainings. Beginnend mit „Spiel-Judo“ gewinnt bald das Technik- und Wettkampftraining an Bedeutung. Mit zunehmendem Alter verlagert sich das Interesse oft in den Fitness- und Selbstverteidigungsbereich.

Alle Schwerpunkte des Judosports werden durch das Angebot unserer Judoabteilung abgedeckt. Die jüngsten Sportler sind gerade mal fünf Jahre alt und unsere Senioren betreiben noch mit Mitte achtzig ihr wöchentliches Selbstverteidigungstraining. Im Focus unseres Kindertrainings stehen die Schnupperkurse für fünf- und sechsjährige:

„Judo und Spielen“ für Jungen und Mädchen ab fünf Jahren

Spielerisch werden die Kinder an die Grundtechniken des Judo herangeführt. Im Vordergrund des Trainings stehen der Spaß und die Freude an der Bewegung. Neben dem Erlernen von Judotechniken wird der Vermittlung von Judowerten große Bedeutung beigemessen. Kleine Spiele wechseln sich mit Technikübungen ab und sorgen so für ausreichende Bewegung bei den jungen Kampfsportlern.

„Judo und Koordinationstraining“ für Kinder ab sechs Jahren

Die für eine erfolgreiche Judokarriere notwendigen Fertigkeiten wie Gleichgewichtssinn, Koordination, Risikobereitschaft und antizipierendes Handeln werden in unserem



Schnupperkurs „Judo und Koordinationstraining“ für Jungen und Mädchen ab sechs Jahren besonders gefördert. Kleine Zweikampfs Spiele fördern das Durchsetzungsvermögen der jungen Kampfsportler und ermöglichen ihnen, die im Kurs erlernten Judotechniken auszuprobieren. „Wir orientieren uns bei unserer Trainingsausrichtung an den von der Trainerakademie in Köln herausgegebenen Richtlinien“, umreißt Eiche-Coach Sven Antonik die Konzeption der Horner Kinderförderung.

Tag	Uhrzeit	Kursbezeichnung	Trainingsstätte
Montag	15.45 bis 16.30 Uhr	Judo und Spielen für 5- und 6-jährige	Mehrzweckhalle im SZ Berckstraße
Dienstag	15.30 bis 16.15 Uhr	Judo & Koordinationstraining für 6- und 7-jährige	Mehrzweckhalle im SZ Berckstraße
Donnerstag	16.45 bis 17.30 Uhr	Selbstverteidigung für Jungen & Mädchen ab 11	Halle JFH in der Curiestraße
Freitag	15.15 bis 16.00 Uhr	Judo und Spielen für 5- und 6-jährige	Mehrzweckhalle im SZ Berckstraße
Freitag	16.00 bis 17.00 Uhr	Judo & Koordinationstraining für 6- und 7-jährige	Mehrzweckhalle im SZ Berckstraße

Tätern Grenzen setzen

» Selbstverteidigungskurs für Kinder

Oft nachgefragt, aber in der Vergangenheit nie im Angebot: Ein Selbstverteidigungskurs für Kinder. Nach einer intensiven Vorbereitungsphase freuen sich die Trainer der Judoabteilung, ab Mitte Dezember einen Selbstverteidigungskurs für Jungen und Mädchen anbieten zu können. Geeignet ist der Kurs für Kinder zwischen elf und 14 Jahren. Ähnlich wie bei den schon seit mehreren Jahren angebotenen Selbstverteidigungskursen für Senioren, nimmt das Selbstbehauptungstraining auch in der Kinderselbstverteidigung einen breiten Raum im Kursstundenplan ein. Da Täter sich immer Opfer und keine Gegner suchen, wird an einem selbstbewussten Auftreten, sowie an dem Erkennen von Gefahrensituationen intensiv gearbeitet. Potentiellen Angreifern sollen schon präventiv Grenzen aufgezeigt werden.

Information und Anmeldung unter der Telefonnummer 6737873.



Stopp!! Bis hier und nicht weiter

Nicht umsonst fürchten sich viele Menschen vor...

Killerviren!

Denn haben sie erst einmal Besitz von Ihrem PC ergriffen, fällt Ihre Festplatte aus, Ihre meist nicht gesicherten Daten sind futsch und Ihre Arbeit war umsonst. Schauen Sie doch einfach mal bei uns rein, dann zeigen wir Ihnen wie Sie das verhindern können.

Ihr Team von hiler+hinken

www.hiller-hinken.de




**hiller
+hinken**
computer mit system.

Leher Heerstraße 77
in Horn-Lehe

Fon 20440-0
Fax 20440-45
info@hiller-hinken.de



» Ballett

Weiterhin Ballett beim TV Eiche Horn

Zum Jahresende geht die langjährige Ballettlehrerin des TV Eiche Horn, Mariana Comes-Stein, in den verdienten Ruhestand. Sie hat die Ballettabteilung aufgebaut und maßgeblich geprägt. Kurz vor Weihnachten gibt Mariana Comes-Stein ihre letzte Übungsstunde.

Sehr zur Freude der jungen Tänzerinnen ist es dem Verein gelungen, eine gute Nachfolgeregelung zu finden. Das Ballett-Training wird ab Januar 2015 von Corinna Scheduling geleitet, die über eine qualifizierte Ausbildung und viel Erfahrung in diesem Bereich verfügt.

Das Training wird im neuen Jahr am Donnerstag stattfinden, da Corinna Scheduling mittwochs schon anderweitig gebunden ist.

Die Einteilung ist dann wie folgt:

Ballett für Kinder von 4 bis 7 Jahren:

Donnerstags von 14.30 bis 15.15 Uhr

Ballett für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren:

Donnerstags von 15.15 bis 16.00 Uhr

Übrigens: In beiden Gruppen sind jederzeit auch neue Kinder herzlich willkommen!



Corinna Scheduling



» Turnen für Kinder

In der heutigen Zeit spielt Bewegung aus verschiedensten Gründen bei Jung und Alt immer weniger eine Rolle. Um schon bei den Kleinsten einen Grundstein zu legen, Freude an der Bewegung zu haben und Schäden des Bewegungsapparats vorzubeugen, gibt es unter anderem die Turnvereine.

Auch wir bei Eiche Horn versuchen gute Grundlagen dafür zu bieten, damit Kinder sich in einer geschützten Umgebung seelisch und körperlich optimal ihrem Alter entsprechend weiterentwickeln können. Viele Fähigkeiten, die sie in der Turnhalle erlangen, kommen den Kindern auch im Alltag zu Gute. In unseren Gruppen gibt es altersgerechte Spiel- und Bewegungsangebote, die immer die gesamte Persönlichkeitsentwicklung des Kindes mit einbeziehen.

Die Gruppe lernt Rituale wie Anfangs- und Abschlusspiele kennen, die Orientierung, Verlässlichkeit und Sicherheit bieten. Gerade bei den allerkleinsten Kindern ist dies wichtig. Da es immer differenzierte Bewegungsangebote in Form von Aufbauten in der Halle gibt, kann sich jedes Kind nach seinen Fähigkeiten und Freude ausprobieren und mit seinem eigenen Erfolgserlebnis aus der Stunde gehen.

Solche Erlebnisse stärken auch im täglichen Leben das Selbstbewusstsein und die Entwicklung des Kindes. Die Kinder lernen sich in der Gruppe zu bewegen, lernen neue Freunde kennen und ganz nebenbei stärken sie Ausdauer und Muskulatur.

Im Rahmen von kleineren und größeren Spielen können sie sich mit Gleichaltrigen messen und später evtl. leichter für eine Sportart entscheiden. Auch oder gerade in den Tanzgruppen lernen die Kinder Koordination und sich nach Musik zu bewegen. Das stärkt neben dem Körper auch den Geist. Sie müssen sich Schrittfolgen merken.

Durch unser Engagement im Bereich Kinderturnen versuchen wir einen kleinen Beitrag dazu zu leisten, dass sich unsere Kleinen in allen Bereichen gut entwickeln können. Dazu brauchen wir immer engagierte Leute, die sich im Verein mit einbringen möchten, sei es in der Halle oder in der Abteilung mit Zeit und Ideen.

Sandra Schmitz

Ihre Bibliothek in Horn-Lehe
im Schulzentrum Horn, Vorkampsweg

Öffnungszeiten:

Montag-Freitag 10.30-12.30 Uhr
15.00-17.30 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Unter Tel. 3611 68 04 informieren
wir Sie über unseren Buchlieferservice.



» Kinderleichtathletik

Laufen, springen, werfen – das macht allen Kindern Spaß. Auch in der Schule ist Leichtathletik fester Bestandteil des Sportunterrichts.

Im Kinderbereich werden die klassischen Disziplinen auf spielerische Art vermittelt: Materialien wie Fahrradreifen zum Werfen und für das Lauftraining oder auch einfache Bananenkartons als Hindernisse helfen bei der Trainingsgestaltung und eignen sich hervorragend für die Vermittlung der Trainingsinhalte.

Diese Art wurde auch im neuen Wettkampfsystem der Kinderleichtathletik umgesetzt. Es ist ein alters- und sportartgemäßes Wettkampfsystem für sechs- bis elfjährige Kinder. Dabei starten Mädchen und Jungen in gemischten Altersklassen im Team. Im Wettkampf kann dann je nach Altersbereich die Anzahl der Disziplinen ausgewählt werden. Die Technik steht hierbei noch nicht so im Vordergrund, vielmehr das Wettfeiern und Spielen. Die Kinder suchen vor allem die Gemeinschaft mit Gleichaltrigen und die Herausforderung. In unseren Kindergruppen möchten wir diesen Anforderungen gerecht werden und bieten für die Jüngeren zwei Gruppen, getrennt von den Älteren, an. Wir besuchen Wettkämpfe – draußen und in der Halle – in der näheren Umgebung, die das neue Wettkampfsystem der Kinderleichtathletik anwenden.



Hürdenlauf dient u. a. der Beweglichkeit und Koordination

Für unsere Teams suchen wir weiterhin Verstärkung: Montags von 17.00 bis 18.30 Uhr in der Berckstraße und mittwochs von 15.00 bis 16.30 Uhr in der Sporthalle der Horner Grundschule. Kommt gerne zum Schnuppern vorbei.

Anke Helmke



markus
apotheker

Gesundheit zum günstigen Preis!



Dr. Hans-Dieter Just
Apotheker

Wilhelm-Röntgen-Str. 4
im Rewe-Markt, 28357 Bremen-Horn
Tel. (0421) 20 54 44, Fax (0421) 205 44 55
www.apomarkus.de

» Kinderfußball: „Minis“ bis zur E-Jugend

Unsere Kinderfußballabteilung umfasst derzeit 12 Mannschaften. Los geht es mit den „Minis“. Hier versuchen sich die ganz Kleinen am Ball. Unser Trainer Angelo Caragiuli trainiert zurzeit ca. 30 Jungen und Mädchen im Alter von vier und fünf Jahren. Tatkräftig unterstützt wird er dabei von dem Schüler Luca Henneke.

In unserer G-Jugend beginnen die Sechsjährigen schon mit kleinen Fußballspielen und nehmen an einigen Turnieren teil. Unser Trainer Ernst Flemke sucht noch weitere Spieler und gerne auch einen Betreuer. Mittlerweile haben wir fünf F- und vier E-Juniorenmannschaften, sowie eine E-Mädchenmannschaft in unserer Abteilung. Alle Mannschaften treffen sich zweimal pro Woche zum Training und nehmen regelmäßig an Punktspielen und Turnieren teil. Die Jungs und Mädchen haben viel Spaß am Trainieren und lernen bei

uns nicht „nur“ Fußballspielen, sondern auch den respektvollen Umgang miteinander, Fairness, Toleranz und Zuverlässigkeit. Mit Stolz können wir berichten, dass unsere 1. F-Junioren (Staffel B) und die 1. E-Junioren (Staffel A2) als Meister ihre Qualifikationsrunden abgeschlossen haben!

Sowohl in unseren F- als auch in den E-Jugendmannschaften werden unsere Trainerinnen und Trainer von Schülerinnen und Schülern engagiert unterstützt, die bei uns zu Co-Trainern ausgebildet werden.

Wir sind immer auf der Suche nach qualifizierten Trainern und (jugendlichen) Betreuern!

Ilka Böttcher

» Training für die Hallensaison der 4. F-Jugend beginnt jetzt

Pünktlich zum Beginn der kälteren Jahreszeit beginnt für die Jungen der 4. F-Jugend des Jahrgangs 2007 das Training für die Hallensaison. Seit dem Ende der Sommerferien trainieren die Jungen zweimal die Woche ihre Ballfertigkeiten. Dabei steht der Spaß an erster Stelle. Neben Koordinationsübungen und Probespielen lernt die Mannschaft auch was es heißt, im Team zu spielen und fair miteinander umzugehen.

Die ersten Punktspiele wurden bereits erfolgreich absolviert und jeder bekommt die Möglichkeit, sich in die Mannschaft einzubringen. Wenn auch Du Lust hast, Teil dieses Teams zu werden, 2007 geboren bist und Spaß am Ballsport hast, komm doch einfach zum Probetraining - jeweils mittwochs von 17.00 bis 18.30 Uhr auf dem Kunstrasenplatz bei Eiche Horn in der Berckstr. 87.

Nähere Infos findest Du auch auf der Internetseite vom TV Eiche Horn (www.eiche-horn.de).



Früh übt sich

» C-Juniorinnen des TV Eiche Horn erhalten den Fair-Play-Preis

Fußball und Fairplay?? Passt das in der heutigen Zeit zusammen? Ja.



Preisverleihung im Weserstadion: v.l.n.r. unterste Reihe: Leona, Tineke, Chantal, Antonia; 2. Reihe von unten: Amelie, Janina, Malin, Inska; 3. Reihe von unten: Maya, Amelie, Helena, Inka; oberste Reihe: Wolfgang Kasper (Vizepräsident Bremer Fußball-Verband), Trainer Carsten Hartzsch und Marco Seegers

Die C-Mädchen von Eiche Horn haben sich in der letzten Saison nicht nur sportlich hervorragend geschlagen, sondern erhielten zudem durch ihr faires Verhalten auf und neben dem Platz den von der ÖVB-Versicherung gesponserten Fair-Play-Cup. Dieser Preis wird unter allen C-Juniorinnen-Mannschaften des Bremer Fußballverbandes ausgelobt. Wir sind sehr stolz darauf, ausgewählt worden zu sein; zeigt es doch, dass beides geht - erfolgreich Fußball spielen und trotzdem fair miteinander umzugehen. Als Preis gab es einen kompletten Trikotsatz, den wir im Weserstadion in einem netten Rahmen übernehmen durften. Danke an die ÖVB-Versicherung und den Bremer Fußballverband und weiter so Mädels!

Carsten Hartzsch und Marco Seegers
Trainer C-Juniorinnen TV Eiche Horn

EICHE HORN – mein Verein



„Entspannung pur
nach der Uni.“

Holger Rose
Maximum



» 2. D-Jugend - Neue Mannschaft, neuer Trainer, neuer Sponsor

Die 2. D-Jugend setzt sich seit Beginn der Saison 2014/15 aus Spielern der ehemaligen ersten, dritten und fünften E-Jugend zusammen.

Ganz neu dabei ist Markus Kuhnert. Der ehemalige Oberliga-Spieler war zuletzt in der Ü-32 des Vereins aktiv und ist nun Co-Trainer. Weshalb sich Markus für dieses Ehrenamt entschied und welche Ziele er mit dem Team verfolgt, erklärt er im nachfolgenden Interview mit Kai Walter, Trainer des Teams.

Kai: Markus, im September habe ich dich gefragt, ob du mit mir gemeinsam die 2. D-Jugend trainieren möchtest. Du hast ohne zu zögern zugesagt. Wieso?



Die Trainer Markus Kuhnert (links) und Kai Walter

Markus: Nachdem ich verletzungsbedingt nicht mehr aktiv am Spielbetrieb teilnehmen konnte, habe ich das Fußballspielen vermisst. Eine Tätigkeit als Trainer hatte ich vorab nie im Visier, fand sie aber auf einmal sehr reizvoll. Insbesondere deshalb, weil sich die Jungs jetzt im sogenannten „goldenen Lernalter“ befinden und ich ihnen in dieser Zeit viel von meiner Erfahrung vermitteln kann.

Wir trainieren eine Mannschaft, die in dieser Zusammensetzung erst seit Beginn der Saison spielt. Chance oder Risiko? Wie siehst du das?

Zunächst einmal hat dieser Umstand dazu beigetragen, dass ich mich schnell ins Team integrieren konnte. Die Spieler mussten sich auf dem Platz kennenlernen und da fiel es gar nicht weiter auf, dass dazwischen auch noch ein neuer Trainer mitmischt. Toll ist, dass unsere Jungs sich nach so kurzer Zeit so gut verstehen, als würden sie schon lange miteinander spielen.

Aber unsere Spiele in der 3. Kreisklasse waren mit fünf Niederlagen und zwei Siegen bis zu den Herbstferien noch nicht so erfolgreich, wie wir uns das zu Beginn der Saison vorgestellt haben.

GLAS LUDWIG

Telefon (0421) 27 16 37 + 27 46 13
Telefax (0421) 27 46 89
Edisonstraße 11 | 28357 Bremen

Verglasung von Neu- und Umbauten
Blei- und Leichtmetallverglasung
Isolierglas
Glanzglas-Türanlagen
Reparatur-Verglasung
Moderne Bildeinrahmung
Glasschleiferei
Spiegel



Die Jungs der 2. D-Jugend mit ihren Trainern

Das ist richtig. Wichtig ist, dass wir die Winterrunde nicht auf einem der hinteren Plätze beenden. Wenn wir jetzt noch einmal alles geben, können wir die letzten beiden Spiele gewinnen und den Schwung dann in die Sommerrunde mitnehmen. Ich schaue jedenfalls optimistisch in die Zukunft. Die Spieler wollen mehr, wir Trainer geben alles und mit der Firma Hopp Hopp haben wir einen Sponsor gefunden, der mit seinem Namen nicht nur das Motto für die Jungs vorgibt,

sondern uns auch finanziell unterstützt. Für die neuen Trikots und die zugesagten Präsentationsanzüge sagt das ganze Team DANKE!

Markus, die Mannschaft und ich bedanken uns für dein tolles Engagement. Wir freuen uns auf eine spannende und erfolgreiche Zukunft mit dir!



Hopp Hopp

Umzüge und Transporte

Kompetent, Leistungsstark, Flexibel !

Ihr Horner-Umzugspartner für ganz Deutschland! Mobil: 015 22/ 24 39 880
 Hopp Hopp Umzüge e.K., Robert-Bunsen-Straße 11a, 28357 Bremen
 info@hopp hopp-umzuege.de, www.hopp hopp-umzuege.de

wilbri

Wir bringen Ihre Ideen zum Ausdruck

Siebdruck
Digitaldruck
Außenwerbung

Wilbri GmbH
Gutenbergstraße 11
28 865 Lilienthal
Tel. 04298-27 06 0
www.wilbri.de



PANNE? UNFALL?

hier kommt Hilfe

- Abschleppservice/Pannenhilfe
- Leihwagen
- Erstellung von Kosten-
voranschlägen
- ggf. Vermittlung eines
Sachverständigen
- Abwicklung mit der
Versicherung *

* Sofern uns dies nach dem Rechtsberatungsgesetz erlaubt ist

nutzen sie unseren professionellen Service im Schadensfall*!

Jonny Hilker
... bei uns ist
jeder Kunde König!

100
JAHRE



Haferwende 45 • 28357 Bremen

Tel. 20 45 85 Internet: www.jonny-hilker.de
24 h Notruf. 0172 – 429 87 55



» Suchfunktion für Trainingszeiten wieder auf unserer Website!

Der „Trainingszeiten-Check“ - eine alte Funktion in neuem Gewand! Nun ist es wieder möglich, ganz individuell und detailliert nach Trainingszeiten zu suchen (und nicht nur systematisch nach Abteilungen und deren Zeiten).

Auf unserer alten Vereinshomepage konnten die Besucher durch eine individuelle Suche jeweils die für sie passende Trainingszeit finden. Im Zuge der Neugestaltung der Webseite musste auch diese Funktion angepasst, beziehungsweise neu programmiert werden. In diesem Prozess wurden auch Verbesserungen und Modernisierungen vorgenommen. Nachdem die Fertigstellung etwas mehr Zeit in Anspruch genommen hat, wurde die Homepage erst einmal ohne Suchfunktion für Trainingszeiten veröffentlicht. Nun ist diese viel genutzte Funktion in neuem Gewand wieder verfügbar: der „Trainingszeiten-Check“.

Zu finden ist der „Trainingszeiten-Check“ auf nahezu allen Seiten im rechten Bereich. Wer schnell und ohne scrollen zur Suche gelangen möchte, kann einfach im Menü den Punkt Sportangebot auswählen. Der „Trainingszeiten-Check“ bietet den Besuchern der Homepage die Möglichkeit, nach der genau für sie passenden Trainingszeit zu suchen. So kann man ganz individuell nach Sportart, Wochentag, Halle, Übungsleiter, Altersgruppe und auch nach Angeboten spe-

ziell für Mädchen/Frauen suchen. Bei der Präsentation des Suchergebnisses hat der Nutzer zudem noch die Möglichkeit, direkt zu dem kompletten Sportangebot einer Abteilung zu gelangen. Diese detaillierte Suchfunktion ist in der Bremer Sportlandschaft nahezu einzigartig.

Die Weiterentwicklung unserer Vereinshomepage geht aber stetig voran. Nachdem schon einige Abteilungen die News-Funktion nutzen, werden demnächst erste individuelle Seiten der Abteilungen auf der Webseite entstehen. Derzeit wird zudem an einer verbesserten Funktion zur Darstellung von Veranstaltungen und aktueller Ergebnisse gearbeitet.

Daniel Teetz

EICHE HORN – mein Verein



„Seit ich hierher komme, fühle ich mich gesundheitlich fit.“

Erika Diegel
Gymnastik



Optik Stallmann

BRILLEN · FERNLÄSER · MIKROSKOPE · KONTAKTLINSEN
Optik Stallmann in Horn GmbH

Leher Heerstraße 27-31 · Telefon (0421) 23 65 21 · Fax (0421) 23 47 49
www.optik-stallmann.de

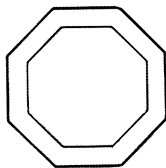


PETERSEN • OPTIK



Horner Heerstr. 37 · Postfach 34 70 30 · 28359 Bremen
Telefon 04 21 / 230112

**BRILLEN · KONTAKTLINSEN
FERNGLÄSER**



Die ÖVB Rente

Entspannt für später vorsorgen

fair versichert



ÖVB Vertretung Vera Dettmer

Wilhelm-Röntgen-Str. 2 • 28357 Bremen
Tel. 0421 232676 • Fax 0421 231502



» Badminton macht einfach Spaß!

Das Spiel mit dem kleinen, leichten Federball ist der Lieblingssport von Sabine Schulz. Seit mehr als 30 Jahren gibt sie bei Punktspielen ihr Bestes und ist mit viel Engagement für die Badmintonabteilung unterwegs.

Angefangen hat alles durch eine Schulfreundin, die beim Post SV Badminton spielte und von Sabine Schulz begleitet wurde. Von da an spielten die beiden Frauen gemeinsam im Verein an der Leher Heerstraße. 2001 musste die Halle des Vereins geschlossen werden und der überwiegende Teil der Mitglieder der Badminton-Abteilung des Post SV wechselte zum TV Eiche Horn.

Sabine Schulz übernahm Verantwortung und wurde Mannschaftsführerin. Sechs Jahre kümmerte sie sich um Punktspiel- und Mannschaftsangelegenheiten.

2007 gab sie diesen Posten ab, da sie die Leitung der Badmintonabteilung übernahm. An ihrer Seite hat sie einen

Stellvertreter, einen Sportwart und eine Pressewartin. „Wir sind gut aufgestellt und mit diesem Team macht die Arbeit Spaß“, berichtet Sabine Schulz. Die Badmintonabteilung hat zurzeit 112 Mitglieder. Allen Mitgliedern ist das Miteinander sehr wichtig. Runde Geburtstage werden zusammen gefeiert, ein Gang über den Freimarkt und eine Kohlfahrt gehören ebenso zum Jahresablauf wie ein zünftiges Grillfest.

Beim TV Eiche Horn fühlt Sabine Schulz sich sehr wohl. Sie genießt die gute Atmosphäre im Verein und freut sich über die Unterstützung von Seiten der Geschäftsführung und des Vorstandes, wenn es einmal Probleme mit Hallenzeiten o. ä. gibt.

Sabine Heuke



Sabine Schulz

Ihre Anwälte in Horn

§

**Anwaltsbüro
Ansteeg · Speichert · von Rönn**
Rechtsanwälte in Bürogemeinschaft

Lars-Ole Ansteeg
Rechtsanwalt
Zivilrecht · Bau- u. Architektenrecht · Miet- u. WEG-Recht

Steffen Speichert
Rechtsanwalt & Fachanwalt für Verwaltungsrecht
Arbeitsrecht · Beamtenrecht · öffentl. Baurecht

Ulrike von Rönn
Rechtsanwältin
Verkehrsrecht · Medizinrecht · Strafrecht

Mirja Klauß
Rechtsanwältin
Familienrecht · Erbrecht · Reiserecht

Achterstraße 27 · 28359 Bremen
Telefon: 0421 - 222 741 0
www.anwaelte-horn.de

Erst einmal alles in Ruhe besprechen!

» Fitnessstraining für Teenager

Jeden Donnerstag findet von 18.00 bis 19.30 Uhr der Kursus „Fit for Teens“ statt. Diese Sportstunde richtet sich an Teenager von 12 bis 15 Jahren, die gerne an den Geräten trainieren möchten, aufgrund ihrer jungen Jahre aber noch nicht Mitglied werden können.

In dieser Zeit haben sie die Möglichkeit, das Training an den Geräten kennen zu lernen. Das Besondere an dem Kurs ist, dass die Jugendlichen über die gesamten zehn Termine individuell von einem Trainer betreut werden. Der Kurs beinhaltet sowohl das Training an den Kraft- und Cardiogeräten, als auch die Bereiche Koordination und Beweglichkeit.

Informationen und Anmeldung unter der Telefonnummer 23 10 10 oder direkt im Maximum in der Berckstrasse 87.



» Workshop Termine

Auch im Jahr 2015 geht es mit den Workshop-Wochenenden weiter. Gleich im Januar, am 17.01., von 14.30 bis 16.00 Uhr gibt es Skigymnastik mit Ulrike. Nicht nur für Skifahrer ein tolles Training, um Kraft und Ausdauer zu verbessern.

Am 21.02. geht es von 14.30 bis 16.00 Uhr weiter mit Marie und High Intensity Interval Training kurz HIIT genannt. High Intensity Interval Training ist eine intensive Form des Cardio-Trainings, unterstützt durch Krafeeinheiten, mit der man in kurzer Zeit nicht nur seine anaerobe Fitness steigern, sondern auch seinen Fettabbau ankurbeln und seinen Körperfettanteil reduzieren kann.

Am 14.03. folgt dann Fight Fit mit Johannes (von 14.30 bis 16.00 Uhr). Verschiedene Elemente aus dem Kampfsport werden mit Ausdauer-elementen gemischt. Abwechslungsreich und schweißtreibend.

» Bücherflohmarkt

Ab dem 12. Januar 2015 starten wir wieder mit unserem Bücherflohmarkt zugunsten des Kinderhospiz Löwenherz. Wie auch in den letzten Jahren erhoffen wir uns bis zum Ende des Jahres eine schöne Summe, mit der wir das Hospiz unterstützen können.

Ab dem 5. Januar 2015 nehmen wir dafür wieder Buchspenden entgegen. Bitte nur aktuellere Bücher und davon bevorzugt Taschenbücher. Es soll ja auch verkauft werden...

Petra Behrens

ELEKTRO-KLEMPNEREI

Leher Heerstraße 5
Tel. 04 21 / 23 61 98
Fax 04 21 / 2 44 90 00

*Sanitäre Anlagen
Badrenovierung*

Thäte

*Leuchten, Hausgeräte,
Kundendienst
Kommunikations- u. Sicherheitstechnik*



» Weihnachtsgutscheine

**Noch kein Weihnachtsgeschenk für die Lieben gefunden?
Wie wäre es mit dem Maximum-Weihnachtsgutschein?**

Der oder die Beschenkte kann vier Wochen lang das komplette Angebot des Maximum nutzen, bekommt eine Gratis-Geräteeinweisung, kann an sämtlichen Kursen teilnehmen, sich herrlich in der Sauna entspannen und bei anschließendem Vertragsabschluss noch Geld sparen.

Das Weihnachtsgeschenk, das garantiert keine Kalorien hat und richtig Spaß macht.

Und wann und wo gibt es diesen Gutschein?

Ab dem 1. Dezember kann der Gutschein im Maximum erworben werden. Wer will, kann sofort mit dem Sport beginnen oder auch bis nach Weihnachten warten.

Weitere Informationen im Maximum, Berckstr. 87, oder unter der Telefonnummer 23 10 10.

EICHE HORN – mein Verein



„... „weil es Spaß macht, die Trainerinnen nett sind und wir gern Gymnastik tanzen.“

Alexandra Bareva
und Lys Klose,
Rhythmische Sport-
gymnastik

» Auf einem guten Weg

Wir sind immer noch sehr beflügelt und stolz auf die Leistung der gesamten Mannschaft in der zweiten Drittliga Saison.

Nach anfänglichen Startschwierigkeiten haben wir uns in die zweite Saison der Dritten Liga West bestens eingespielt und sind zumindest zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses Spitzenreiter der Liga. Natürlich ist die Saison noch sehr jung und wir haben noch längst nicht alle Gegner kennengelernt, aber dennoch ist bereits jetzt eine wunderbare Leistungssteigerung des gesamten Teams zu erkennen. Statt nervenaufreibender Schwächephasen spielen wir größtenteils konstant, aber vor allem mit einem enormen Siegeswillen. Trainer Marcus Lentz betont, dass der Schlüssel für die Siege in der geschlossenen Mannschaftsleistung liegt. „Jeder hat auf jeder Position für jeden gekämpft, das Team war so auf den Erfolg und den taktischen Weg dorthin fokussiert, dass

wir uns kaum mit Eigenfehlern oder längeren Schwächephasen beschäftigen mussten“, sagt Marcus Lentz nach dem 3:0 Sieg gegen den TV Cloppenburg. Dabei bleibt zu erwähnen, dass unser Kader inzwischen 16-Frau-stark ist. Was gut für die Mannschaft ist, ist eine schwierige Situation für jede einzelne. Darum ist es umso schöner zu erleben, wie alle an einem Strang ziehen und jede kämpft und damit starke Qualität beisteuert. Wir unterstützen uns gegenseitig von allen Seiten und gewinnen schließlich nur als Team.

Das macht Mut und gibt Hoffnung für die kommenden Spiele. "Wir geben alles - Gemeinsam", lautet das Motto, wie Sandra Zepelin schon richtig bemerkte.

Ina Schulze



Diese Saison macht Spaß!

» Jazzdance-Gruppe ‚Florescence‘

Für die Jazzdance-Gruppe ‚Florescence‘ war der Oktober 2014 aus sportlicher Sicht ein ereignisreicher Monat. Mit der Teilnahme an der ‚Show der Besten‘ im Rahmen der 10. Bremer Tanzwoche stand eine spannende Veranstaltung ins Haus. Wochenlange Vorbereitung und intensives Training strapazierten Körper und Geist, resultierte schlussendlich jedoch in höchster Zufriedenheit. Mit dem 5. Platz in der Kategorie der Erwachsenen qualifizierten sich ‚Florescence‘ zwar nicht für die Gala im Theater am Goetheplatz, waren aber dennoch mit der eigenen Leistung sehr glücklich. Dank der Teilnahme an der ‚Show der Besten‘ fand die Gruppe im Stadtteilkurier Erwähnung und konnte für 2015 einen Auftritt im Bremer Sport TV organisieren.

Das eigentliche Highlight für die Showtanzgruppe war der Auftritt in Cappel-Neufeld bei Nordholz auf dem Lindenhof Brüns. Bereits zum zweiten Mal wurden ‚Florescence‘ eingeladen, das Rahmenprogramm für die ca. 250 Gäste mitzugestalten. Die Veranstaltung findet jährlich am letzten Oktoberwochenende statt und bildet einen festen Bestandteil für Anwohner, Freunde und Verwandte der Familie Brüns. Für das Fest wurde das eigene Gewächshaus kurzerhand zum Veranstaltungssaal umgebaut und liebevoll gestaltet. Vielerlei Speisen und Getränke sorgten für ausgelassene Stimmung bei den Gästen. Der erste Tanz zu

einem James Bond-Medley kam bei dem Publikum sehr gut an und sorgte für begeistertes Klatschen. In der zweiten Hälfte des Programms tanzte die Gruppe ihre aktuelle Choreographie und erntete neben dem Applaus zahlreiche ‚Zugabe‘-Rufe. Dieser Aufforderung kamen die Mädels gern nach. Relativ erschöpft, doch hochzufrieden verabschiedeten sie sich mit einer dritten Präsentation unter rhythmischem Klatschen. Mit dem Gruppenfoto mit den Gebrüdern Brüns, die mit viel Witz und Charme durch den Abend führten, entstand eine tolle Erinnerung für alle Beteiligten. Wir bedanken uns bei Familie Brüns für den tollen Abend!



Wer Interesse hat die Gruppe zu bereichern, ist jederzeit herzlich willkommen. Das Training findet jeweils Freitag um 17.30 Uhr in der Mehrzweckhalle des Sportzentrums in der Berckstrasse statt.

Familienbetrieb
seit 1880



Bestattungen

Friedhofstr. 19
28213 Bremen

Tag & Nacht

Creativraum

Mit der eigenen
Kreativität ein Stück
der Trauer bewältigen.

Nähere Informationen finden
Sie auf unserer Internetseite.



Telefon 04 21-20 22 30 · www.tielitz.de



» Der Goldsteig

Nach einer Woche am Ziel

Die sportliche Wandergruppe unseres Vereins erwarderte in den letzten vier Jahren in vier Etappen den Goldsteig, einen 400 km langen Wanderweg im Oberpfälzer- und Bayerischen Wald von Marktredwitz bis Passau. In diesem Jahr haben wir bei strahlendem Wetter die letzte Strecke ab Wühnried zurückgelegt.

Impressionen

Fast hundert Kilometer pro Stunde auf der Autobahn. Das ist das Tempo, mit dem wir wieder zurück nach Bremen fahren. Wir sehen Hinweisschilder, die auf Orte weisen, die wir vorgestern oder gestern noch durchwandert sind. Mit dem Bus legen wir in einer Stunde die Entfernung zurück, für die wir uns zu Fuß fünf Tage Zeit gelassen haben. Innerlich bin ich immer noch auf Wanderschaft, langsam gehend, einen Fuß vor den anderen setzend, konzentriert in gleichmäßigem Rhythmus, verbunden mit ebenso gleichmäßigem Ein- und Ausatmen, auf dem Weg zu unserem nächsten Etappenziel. Noch bin ich in der Welt der vergangenen Woche, auf den Pfaden über die Berge, die nur ein mäßiges Tempo erlauben.

Meine Gedanken hängen irgendwo da drüben im Bayerischen Wald: das Landshuter Haus, die „Hölzerne Hand“, die Ruinen einer Bauernhaussiedlung bei Dattling, das „Goldgräberdorf“ Hunding, der schwere Aufstieg zum Brotjacklriegel, die eindrucksvolle historische Wassermühle am Ginghartinger Bach, die Schneidmühle und dann die

Ilz

Im bayerisch-böhmischen Grenzgebiet entspringt aus vielen kleinen Bächen in den Kammlagen des Bayerischen Waldes das letzte große Wildwasser Ostbayerns - die Ilz. Auf den naturbelassenen Waldpfaden führt der Weg über kleine Erhöhungen und Bacheinschnitte über Stege und verwurzelte Waldpfade entlang der ehemaligen Ilztalbahntrasse hinunter zum Ilzstausee. Die Sperrpfeiler und der dunkle Trifftunnel sind Zeitzeugen der gefährlichen ehemaligen Holztrift. Ein imposanter Steg führt im Zickzack zum Tunnel. Über eine allerletzte Anhöhe geht es schließlich zur Veste Oberhaus, einem grandiosen Aussichtspunkt auf Passau.



» Wasser

Ganz im Gegensatz zu den vordergründig auf Ewigkeit angelegten Bergen verhält sich das Wasser springlebendig, quietschfidel, gluckerd und gurgelnd. Und dann, wenn es gestaut wird, Tristesse und Lethargie.

Passau

Am sechsten Tag durften wir Passau genießen mit einer interessanten Stadtführung, einem wunderbaren Orgelkonzert im Dom, einer Schifffahrt auf Donau und Inn und einem

Stadtbummel mit den kulinarischen Leckerbissen Südostbayerns.

Herzlichen Dank

an Christa und Bodo für die ausgezeichnete Vorbereitung und Leitung.

Arnold Schröder

HORNER  **APOTHEKE**
Ihrer Gesundheit zuliebe



modern - servicefreundlich - preiswert

Sebastian Köhler e.K.
Horner Heerstr. 35
28359 Bremen
Mo.-Fr. von 8.00 bis 19 Uhr
Sa. von 8.30 bis 14 Uhr

Tel. 0800 - 20 366 10 (kostenfrei)
Fax 0421 - 20 366 40
mail@hornerapotheke.de
www.hornerapotheke.de

» Krebssporttag in Bremen

TV Eiche Horn beteiligt sich an Veranstaltung

Am 1. Bremer Krebssporttag beteiligten sich zwölf Bremer Sportvereine – unter anderem der TV Eiche Horn. Die Mitarbeiter der Reha-Abteilung hatten ein vielfältiges Programm zusammengestellt. Gestartet wurde die Veranstaltung in Bremens guter Stube. Innensenator Ulrich Mäurer begrüßte die Vertreter der Vereine, die mit dem Fahrrad auf dem Marktplatz eingetroffen waren und den Krebssporttag mit einer Runde um den Roland eröffneten.

In der Berckstraße, dem Sportzentrum des TV Eiche Horn, wurden die Besucher von den Übungsleitern und Angehörigen der Krebsportgruppen begrüßt. Beim TV Eiche Horn gibt es seit mehr als 25 Jahren Sportgruppen für erkrankte Frauen. Der Verein ist damit einer der ersten in Bremen, die sportliche Bewegung nach einer Krebserkrankung gefördert haben. Interessierte konnten an den angebotenen Bewegungsprogrammen teilnehmen, einer Ökotrophologin Fragen zur gesunden Ernährung stellen und/oder sich einfach nur umsehen. Zur Erfrischung standen Holunderblütensirup, selbstgemachte Smoothies und Knuspermüsli bereit – und die Rezepte gab es gratis dazu.

Sabine Heuke



Sevim Yakin

» Senioren

Seit August dieses Jahres ist Sevim Yakin das neue Gesicht bei der Senioren-Sitzgymnastik.

Sevim ist seit sechs Jahren im Bereich Seniorengymnastik tätig und möchte im nächsten Jahr an der Übungsleiterschulung für Herz/Kreislauf und Rückengymnastik teilnehmen. Die 46-jährige ist seit August Übungsleiterin beim TV Eiche Horn und wird demnächst auch Vertretungsstunden bei der Wassergymnastik übernehmen.

*Eine Fotoausstellung ergänzte die Angebote
des Krebstages*

» Eiche-Kinder bei Karate WM

Im Rahmen der Eröffnungsfeier der Karate WM 2014 in der ÖVB-Arena nahmen zehn Kinder zwischen sechs und 12 Jahren vom TV Eiche Horn an einer Synchronvorführung/einer Choreographie von insgesamt ca. 600 Kindern aus Bremer Vereinen und umzu teil.

Die Kinder trugen schwarze, rote und gelbe Sweatshirts und stellten so die Deutschlandfahne dar. Drei Kinder von Eiche Horn durften dann auch noch die Nationenschilder beim Einmarsch der Nationen vorantragen. Die Kinder wurden von zwei Betreuern begleitet und eingewiesen und erhielten für sich und eine Begleitperson Eintrittskarten für die WM. Außerdem unterstützten fünf Mitglieder der Karateabteilung als Volontäre (Helfer) ehrenamtlich die Bereiche Security, Logistik, Turnierorganisation und Kampfrichterlehrgang.

Diese besondere Veranstaltung war damit das Karate Highlight für lange Zeit.



Wir helfen Ihnen im Trauerfall
und bei der Bestattungsvorsorge
Vertrauen Sie unserer
langjährigen Erfahrung

Tel. 21 20 47
Tag und Nacht

Beerdigungs-Institut

Bohlken und Engelhardt

AM RIENSBERG

Friedhofstraße 16 · 28213 Bremen

www.bohlken-engelhardt.de

» INFORMATIONEN ÜBER DAS SPORTLICHE ANGEBOT

finden Sie im Internet unter www.eiche-horn.de oder Sie rufen unsere Geschäftsstelle (Tel. 23 40 60) an. Ansonsten sind ansprechbar für

Sportart	Ansprechpartner/in	Telefon	Sportangebot für Kinder/Jugend	Erw.
Badminton	Sabine Schulz	498 85 87	x	x
Ballett	Carola Kanter	27 07 70	x	
Basketball	Rainer Collin	0151-56627526	x	x
Fitness-Studio	Petra Behrens	23 10 10		x
Floorball/Unihockey	Daniel Teetz	0171-1829380	x	x
Fußball	Frank Behrens	364 939 87	x	x
Gymnastik	Karin Moritz	200 76 17	x	x
Judo/Jiu-Jitsu	Sven Antonik	673 787 31	x	x
Karate	Claus-Michael Westphal	7 51 36	x	x
Kegeln	Geschäftsstelle	23 40 60		x
Kursprg. Gesundh.	Geschäftsstelle	23 40 60	x	x
Leichtathletik	Anke Helmke	346 98 43	x	x
Modern Arnis	Karsten Block	276 95 60	x	x
Radwandern	Johann Löther	23 15 16		x
Reha-Sport	Elfriede Heidkamp	27 12 87		x
RSG	Maïke Buchenau	0173-4836761	x	
Schach	Erwin Troike	23 24 99	x	x
Schwimmen	Carola Kanter	27 07 70	x	x
Senioren-sport	Anke Stölken	243 78 04		x
Spiel+Sport f. Ki.+Jgd.	Geschäftsstelle (Do 9-11 Uhr)	23 40 60	x	
Taekwon-Do	Karsten Block	276 95 60	x	x
Tanzsport	Jürgen Kuzyk	23 92 06		x
Tennis	Hans-Peter Fleischer	322 59 71	x	x
Tischtennis	Günter Herbold	23 12 14	x	x
Ultimate Frisbee	Lars Kiewidt	0176-21714819	x	x
Volleyball	Eike Koschorreck	23 37 77	x	x
Walking/Lauftreff	Anke Helmke	346 98 43	x	x
Wandern	Sen.: Therese Telepski	04240-952758		x
	Sportl.: Bodo Schröder	25 29 85		x
Wassergymnastik	Carola Kanter	27 07 70		x
Yoga	Geschäftsstelle	23 40 60		x
Stand: 13.11.2014				

» Infos zur Beitragsabbuchung 2015

Mit dem Jahreswechsel beginnt auch ein neues „Beitragsjahr“. Eine Beitragszahlung ist entsprechend unserer Satzung ausschließlich per Lastschrift möglich. Unsere Lastschriften erfolgen je nach gewählter Zahlungsweise regelmäßig zu folgenden Terminen:

Bei halbjährlicher Zahlung:

am 1.2. und 1.8. eines jeden Jahres (bzw. dem ersten darauffolgenden Bankwerktag).

Bei jährlicher Zahlung:

am 1.2. eines jeden Jahres (bzw. dem ersten darauffolgenden Bankwerktag).

Bei monatlicher Zahlung (nur möglich beim Zusatzbeitrag Fitness): am 1. eines jeden Monats (bzw. dem ersten darauffolgenden Bankwerktag).

Eine vorherige Mitteilung erfolgt aus Kostengründen nicht. Bei jährlicher Lastschriftzahlung kommt automatisch der ermäßigte Jahresbeitrag (letzte Spalte der Beitragstabelle) zum Tragen.

Bei Mitgliedern, deren Zusatzbeiträge monatlich abgebucht werden (z.Z. nur bei Fitness möglich), wird Anfang Januar der Zusatzbeitrag für Januar abgebucht. Der Zusatzbeitrag

für Februar wird als eine Summe gemeinsam mit dem Jahres- bzw. Halbjahresbeitrag am 1.2. abgebucht.

Zur Beitragshöhe: Die Grundbeiträge wurden durch Beschluss des Hauptausschusses vom 6.11.2014 um durchschnittlich 1% erhöht. Dies entspricht erneut etwa der allgemeinen Preisentwicklung, bleibt aber deutlich hinter dem gestiegenen Finanzbedarf des Vereins zurück. Für das Jahr 2016 ist daher eine stärkere Beitragsanpassung angedacht.

Konstant bleiben dagegen die meisten Zusatzbeiträge. Gemäß Antrag der Abteilung wurde aber der Zusatzbeitrag Fußball um 11 € auf jährlich 42 € angehoben. Die für 2015 gültige Beitragstabelle finden Sie in diesem HORNER SPORTMAGAZIN.

Sollte sich einmal die Bankverbindung ändern, bitten wir darum, der Geschäftsstelle unbedingt zeitnah ein neues SEPA-Lastschriftmandat zuzusenden, um unnötige Rücklastschriftkosten zu vermeiden. Ein entsprechendes Formular erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle. Auch für weitere Fragen steht die Geschäftsstelle gern zur Verfügung.

Fred Siegert / Dietrich Behl



VERTEILER GESUCHT!

Zur Verteilung des HORNER Magazins suchen wir rüstige „Frührenter“ und/oder sportliche „Nebenjobber“.

Alle zwei Monate beliefern Sie in 4-5 Tagen die ca. 400 Vertriebsstellen im Großraum Horn-Lebe mit dem Magazin.

Eine sympathische, offene Umsetzung und Kfz-Führerschein sind vom Vorteil.

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
VOGEL & CREW Media, Tel. (0421) 2007590**

» Unsere Mitgliedsbeiträge 2015

Mitgliedsgruppe (Kurzbezeichnung)	halbjährlich	jährlich	per Lastschrift bis 01.02.
1) Erwachsene ab 21 Jahren	91,50 €	183,00 €	164,80 €
2) Kinder/ Jugendliche bis vollend. 21. Lebensjahr	45,75 €	91,50 €	82,40 €
3) Familie Maxi (mit Elternteil/en)	183,00 €	366,00 €	329,60 €
4) Familie Mini (nur Kinder/ Jugendliche)	91,50 €	183,00 €	164,80 €
5) Ehepaare	146,50 €	293,00 €	263,70 €
6) Studierende, Azubis, Wehr- und Freiw.-dienstleistende bis vollend. 27. Lj. (Nachweis) sowie Herzsportteiln. mit KK-Förderung u.ä	45,75 €	91,50 €	82,40 €
7) Auswärtige Studierende ab 80 km bis vollend. 27 Lj. (Nachweis)	27,50 €	55,00 €	49,50 €
8) Passive Mitglieder	27,50 €	55,00 €	49,50 €

In einigen Abteilungen ist zusätzlich zum oben genannten Grundbeitrag ein Zusatzbeitrag fällig. Dieser ist unten aufgeführt. Alle hier nicht genannten Angebote sind zusatzbeitragsfrei.

Zusatzbeiträge	halbjährlich	jährlich
Ballett	40,00 €	80,00 €
Fußball	21,00 €	42,00 €
Fitness (Maximum)	171,00 €	342,00 € *)
Herzsport m. Arzt (sofern keine KK-Förderung)	50,00 €	100,00 €
Judo / Jiu Jitsu	42,00 €	84,00 €
Karate	20,50 €	41,00 €
Rhythmische Sportgymnastik	50,00 €	100,00 €
Schwimmen Erwachsene Uni-Bad	21,00 €	42,00 €
Schwimmen Kinder Uni-Bad	12,00 €	24,00 €
Tanzsport Erwachsene	35,00 €	70,00 €
Tanzsport Kinder/ Jugendliche bis 21. Lj.	12,50 €	25,00 €
Tanzsport Passive	18,75 €	37,50 €
Taekwon-Do / Modern Arnis	26,00 €	52,00 €
Tennis Erwachsene	35,00 €	70,00 €
Tennis Kinder/ Jugendliche bis 21. Lebensjahr	17,50 €	35,00 €
Tennis Passive	7,50 €	15,00 €
Volleyball Erwachsene	15,00 €	30,00 €
Volleyball Kinder/ Jugendliche bis 21. Lebensjahr	9,00 €	18,00 €
Wassergymnastik	37,50 €	75,00 €

*) Der Zusatzbeitrag Fitness kann auch monatlich abgebucht werden (28,50 €)

Die Beitragszahlung erfolgt ausschließlich durch Einzugsermächtigung (Lastschrift).

Eine Ausstellung des

STAPFER HAUS

LENZ BURG

Universum® Bremen

ENTSCHEIDEN

Eine Ausstellung über das Leben
im Supermarkt der Möglichkeiten

10. Oktober 2014 - 10. Mai 2015

im Universum® Bremen

KOPF ODER
BAUCH?

JA ODER
NEIN?

BLEIBEN
ODER GEHEN?

WIE
WÄRS?

UNBEDINGT
ANSEHEN

AUF
JEDEN
FALL

www.entscheiden.eu
www.universum-bremen.de

Gutes Sehen = Sicherheit

Contactlinsen-Institut



Schwachhauser Heerstraße 211 – 28211 Bremen
Telefon (0421) 217382 + 216825



**Die professionelle
Contactlinsen-Anpassung mit
dem Oculus Keratographen.**
Ein hochpräzises Messgerät,
mit dem die Hornhaut von einer
Kamera aufgenommen wird.
Bei der Auswertung dieser Bilder
können wir Unregelmäßigkeiten der
Hornhaut erkennen und so die
optimale Contactlinse für Sie
auswählen.



www.OPTIKER-FRICKE.de