

Horner Sportmagazin



Januar | Februar | März 2016

- » Im Fokus: Leistungssport
- » Hallensituation durch Flüchtlingsbelegung
- » Mitgliedsbeiträge 2016

1825

als Bürgerinitiative
gegründet

1.500

Mitarbeiterinnen und
Mitarbeiter

400.000

Kunden in unserer Stadt

100

Ausbildungsplätze

Volles Engagement für die Menschen unserer Stadt.

4 Mio

Euro jährlich für das Gemeinwohl
in Bremen

109.500

Euro pro Jahr für die Stadtteolförderung
unter aktiver Mitwirkung unserer Kunden

9.000

Kinder und Jugendliche freuen
sich jährlich über unsere Förderung
„Bremen macht Helden“



Bei Ihrer Sparkasse Bremen stehen Sie und unsere Stadt im Mittelpunkt. Als Bürgerinitiative von Bremern gegründet, engagieren wir uns für Ihre finanziellen Ziele mit ausgezeichneter Beratung und besten Produkten. Dabei haben wir auch immer das Gemeinwohl und die Lebensqualität im Blick – und das seit 190 Jahren. Von Bremern für Bremer. Diese Idee ist heute so aktuell wie damals.

www.sparkasse-bremen.de/engagement

Stark. Fair. Hanseatisch.



Die Sparkasse Bremen
Finanzdienstleistung



» In dieser Ausgabe:

- 3** Editorial
- 4** Geschäftsstelle | Vorstand
- 5** Leistungssport - Volleyball
- 6** Leistungssport - Floorball
- 10** Leistungssport - Judo
- 14** Leistungssport - RSG
- 16** Karate
- 19** Reha
- 21** Schwimmen
- 22** Maximum
- 24** Rund um die Eiche
- 29** Mitgliedsbeiträge 2016
- 30** Sportliches Angebot

» Sport unter Druck

Turbulente Monate hat die Bremische Sportlandschaft und somit auch unser Verein hinter sich. Im Zentrum: Die Sportsstätten und somit der wichtigste Faktor für den Sport neben den Übungsleiterinnen und Übungsleitern und den Ehrenamtlichen.

Zunächst traf alle Vereine mit Schwimmgruppen eine Hiobsbotschaft. Wegen eines Schadens an der Lüftungsanlage fällt das Unibad ein Jahr lang aus, was zu erheblichen Einschränkungen führt. Hier können wir froh sein, keinen Schwimm-Leistungssport zu haben. Trotzdem war einiges zu organisieren, ehe für unsere Breitensportgruppen Alternativen gefunden waren.

Ungleich größer war und ist aber die Herausforderung durch die Belegung der städtischen Großsporthallen mit Flüchtlingen. Ab etwa Oktober ging es Schlag auf Schlag, inzwischen sind mehr als die Hälfte der 30 großen Hallen nicht mehr für den Sport verfügbar. Auch wir sind durch Sperrung von gleich zwei großen Hallen in Horn-Lehe sehr stark betroffen. Noch haben wir es durch eine Vielzahl von Maßnahmen geschafft, dass jedes Mitglied auch weiterhin Sport treiben kann. Es ist aber unsere Pflicht, den politisch Verantwortlichen klar zu machen, dass die Belastungsgrenze für den Sport in Bremen erreicht bzw. überschritten ist. Sport ist für den Zusammenhalt der Gesellschaft unverzichtbar. Ihn ins Abseits zu stellen, hilft niemandem – auch nicht den Flüchtlingen!

Fred Siegart
Geschäftsführer



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) 33 655 229.

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" 2/2016

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 11.2.2016
 Auslieferung voraussichtlich am: 10.3.2016

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 22.12.2015 bis zum 3.1.2016 für die Öffentlichkeit geschlossen. Der Vorstand und das Geschäftsstellenteam wünschen allen Mitgliedern und Freunden des Vereins frohe Weihnachtstage und einen „guten Rutsch“!

Leistungssport beim TV Eiche Horn

Ein nicht unerheblicher Anteil unserer Vereinsmitglieder ist im Leistungssport aktiv. Allen voran tragen unsere Volleyballfrauen und Floorballmänner durch ihren Start in der 2. Bundesliga maßgeblich zum positiven Erscheinungsbild unseres Vereines bei. Auch in den Individualsportarten, wie Judo und der Rhythmischen Sportgymnastik, machen unsere Leistungssportler regional und national auf sich aufmerksam. Auf den folgenden Seiten stellt sich der Leistungssport des TV Eiche Horn in seiner gesamten Vielfalt dar.

EICHE HORN – mein Verein



„Ich spiele gerne Fußball, weil meine Freunde auch da sind.“

Kian Viet,
Fußball und Schach

» Ohne Moos viel los!

Volleyball ohne Gert Stürmer – unvorstellbar!

Seit über vier Jahrzehnten gehört Volleyball – und alles was damit zusammenhängt – zum Leben von Gert Stürmer wie das tägliche Zähneputzen. Angefangen hat alles, als die Trainerin seiner Nichte schwanger wurde und nicht länger trainieren durfte...

Jetzt ist Gert Stürmer seit 25 Jahren Trainer der 1. Damen Volleyballmannschaft des TV Eiche Horn. In dieser Saison spielen die Damen in der 2. Bundesliga und Trainer Gert hat einen Trainerkollegen (Marcus Lentz) und eine ausgebildete Athletiktrainerin (Anke Eyink) an seiner Seite.

„Ohne diese beiden Mitstreiter wäre die ‘mörderische Belastung’ in der 2. Liga nicht zu schaffen“, sagt Trainer Gert Stürmer. Verpflichtungen gegenüber dem Volleyball-Verband, Sponsorsuche, Kader zusammenstellen und nicht zuletzt das Training als solches – dies sind nur einige Aufgaben, die das Trainerteam zu bewältigen hat.

„Wir teilen Pflichten und Sorgen durch drei, was vieles erleichtert. Anke, Marcus und ich schieben uns die Bälle zu, wir telefonieren mehrmals am Tag – es läuft echt gut“, erzählt Gert Stürmer.

„Eiche Horn ist ein reiner Amateurverein, der sich in professionellen Strukturen bewegt und dort behaupten muss. Wir locken nicht mit Ausbildung, Auto oder Wohnung – nur mit dem Charme unseres Trainerteams.“ Zitat Gert Stürmer. Die 1. Damen des TV Eiche Horn ist die einzige Mannschaft in der Region, die auf so hohem Niveau Volleyball spielt. Hier wird Talenten eine Plattform zur Weiterentwicklung geboten, die von jungen Spielerinnen gern in Anspruch genommen wird.

In dieser Saison sind Julia Duggen und Jessica Sobieraj zur Mannschaft gestoßen, deren Entwicklung man mit Freude beobachten kann.



Foto: Sabine Heuke

Lea Frackmann, die bereits die zweite Saison bei Eiche spielt, ist 2013 als 16-jähriges Zuspieldalent zur Mannschaft gekommen und hat sich bisher hervorragend entwickelt.

Von Jahr zu Jahr wird es schwieriger Sponsoren zu finden – auch eine der Aufgaben des Trainers. „Es ist eine riesige Herausforderung, die finanziellen Forderungen der VBL und die Kosten, die durch Spielbetrieb und Fahrten entstehen, zu decken.“

Gert Stürmer erachtet es auch als wichtig, eine finanzielle Basis für die folgenden Saisons zu schaffen und hofft, dass das neu geschaffene Bandensystem seinen Teil dazu beiträgt.

Die neueste Herausforderung ist die Suche nach Hallenzeiten. Durch die Belegung der Sporthallen mit Flüchtlingen ist den Volleyballern nur noch ein ‘unbeschadeter Trainingstag’ geblieben.

Es gibt immer was zu tun!

Sabine Heuke



Foto: Raimund Teetz

» Floorball - leistungsmäßig

Als sich der Verein von fast 22 Jahren dazu entschied, Floorball – damals noch als Unihockey bekannt – in das Sportangebot mit aufzunehmen, bestand die Gruppe Unihockey aus ein paar wenigen jungen Studierenden und Schülerinnen sowie Schülern. Dass es vom Verein die richtige Entscheidung war, diese Sportart ins Angebot aufzunehmen und zu fördern, zeigt ein Blick in die Gegenwart. Heute hat die Abteilung mit den 1. Herren eine Leistungssportmannschaft, die in der Vergangenheit in der 1. Bundesliga aktiv war und aktuell überregional in der 2. Bundesliga sehr erfolgreich ist.

„Doch allein die Teilnahme an der Bundesliga genügt nicht zur Einstufung als „Leistungssport“, vielmehr ist es eine Frage der Einstellung zum Sport, die die Spieler und die Trainer vorweisen müssen“, so Abteilungsleiter Daniel Teetz.

In der Floorballabteilung wird stets großer Wert darauf gelegt, dass alle Mitglieder der Abteilung vom Leistungssportteam profitieren. Beispielsweise leiten Spieler der 1. Herren-Mannschaft, neben ihrem eigenen Training, noch ehrenamtlich viele Jugendtrainings der Abteilung, um ihre Erfahrungen und ihr Wissen an junge Spieler weiterzugeben. Auch organisatorisch profitiert die Abteilung: Sponsorenverträge, die die Bundesligamannschaft abschließt, kommen immer auch den anderen Mitgliedern der Abteilung zugute und auch die Professionalisierung der Abteilungsarbeit wird durch eine Bundesligamannschaft stetig vorangetrieben. Dies spiegelt sich in der Floorballabteilung durch eine kontinuierliche Verbesserung der Kommunikationsstrukturen, der Öffentlichkeitsarbeit und durch ein gutes Kollektivgefühl wider – auch regelmäßige mannschaftsübergreifende Events gehören dazu.

NORWEGEN

Multivisionsvortrag
mit Gereon Roemer

13. März 2016
15:00 Uhr · Die Glocke Bremen

FernSichten

Vorverkauf:
WESER-KURIER Pressehaus
und Nordwest-Ticket

präsentiert vom
ADAC Reisebüro



Eine langfristige Teilnahme am Bundesligaspielbetrieb ist aufgrund des erheblichen Organisationsaufwandes ohne eine gut funktionierende Abteilung nicht möglich. Schließlich muss ja auch der Nachwuchs in den kommenden Jahren in die Herrenmannschaft integriert werden, um weiterhin Leistungen auf hohem Niveau erbringen zu können.

Die Kosten – und damit sind nicht nur die monetären Kosten gemeint – für die Teilnahme am Bundesligaspielbetrieb sind allerdings auch recht hoch: Die Saison endet meist im Mai und Mitte Juni beginnt bereits wieder die Saisonvorbereitung. Es verbleibt für die Mannschaft und die Trainer somit kaum eine floorballfreie Zeit.

Gute Leistungen in den oberen deutschen Spielklassen erfordern zudem mehrmaliges Mannschaftstraining in der Woche sowie zusätzliches Individualtraining auf der Laufbahn. Viele Spieler der 1. Herren-Mannschaft sind darüber hinaus noch im vereinseigenen Fitness-Studio Maximum aktiv. Der ehrenamtliche Trainerstab der Bundesligamannschaft bereitet sich sehr penibel und zeitintensiv auf jedes Training und jedes Spiel vor. Bundesliga spielen bedeutet des Weiteren Punktspiele an fast jedem Wochenende. Die Gegner kommen zudem nicht aus Bremen und umzu, sondern aus Schleswig-Holstein, Nordrhein-Westfalen, Sachsen oder Bayern. Bei so weiten Fahrtwegen kann schnell mal ein gesamtes Wochenende für den Sport draufgehen. Meist steht somit nach einem Auswärtsspiel eine „Eiche-Bus-Fahrt“ durch die Nacht zurück nach Bremen an. Neben diesem großen Aufwand bezüglich des Trainings und der Spiele muss sich immer auch um neue Sponsoren und um viel Organisatorisches gekümmert werden. Allerdings würden alle Beteiligten diesen Aufwand nicht auf sich nehmen, wenn der Sport und die Sache an sich nicht so viel Spaß machen würden. Wenn die intensiven Bemühungen dann auch noch durch Erfolge belohnt werden, ist so manche harte Trainingseinheit schnell vergessen.

Aktuell dominiert die Mannschaft die 2. Bundesliga. Sofern die aktuelle Tabellenführung nicht mehr abgegeben wird, kann das Team von Trainer Daniel Teetz und Co-Trainer Johannes Heer am Ende der Saison wieder um den Aufstieg in die 1. Bundesliga mitspielen. Im Vorfeld steht aber, wie jedes Jahr, noch die traditionelle große Mannschaftssitzung im Dezember an, bei der sich die gesamte Mannschaft und das Trainerteam in der Kabine treffen und über einen möglichen Aufstieg sprechen.

Bis Ende Dezember eines jeden Jahres muss ggf. der Aufstiegsverzicht gegenüber dem Verband erklärt werden. Aus diesem Grund findet das Treffen statt, bei dem besprochen wird, welche Spieler in der kommenden Saison noch in der Lage sind, die erforderlichen Zeitressourcen aufzubringen, inwiefern der Kader für die 1. Bundesliga konkurrenzfähig ist, ob Chancen auf Erfolge in der höchsten Spielklasse bestehen und ob die finanziellen Möglichkeiten gegeben sind. Hier zeigt sich ein wohl großer Unterschied zwischen dem Leistungssport beim TV Eiche Horn und Leistungssport in Profisportvereinen. Letztendlich definiert sich Leistungssport aber nicht über die Spielklasse, in der eine Mannschaft antritt oder den Grad der Professionalisierung, sondern über die Leistung und den Einsatz, den die Sportler zu erbringen bereit sind.

Daniel Teetz

Heimspiele Floorball 2. Bundesliga

09.01.2016 – Hannover 96
 23.01.2016 – TSV Neuwittenbek
 13.02.2016 – BW96 Schenefeld
 27.02.2016 – Kieler Floorball Club
 19.03.2016 – DJK Holzbüttgen

Spielbeginn 18 Uhr in der Berckstraße

WIR WÜNSCHEN EUCH EIN

schönes Weihnachtsfest

UND EIN

guten Rutsch ins neue Jahr!



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

EMSIKEY

Knochenhauer Str. 36-37 - 28195 Bremen

„Hat Ihr Notebook 'ne Macke?“

Kratzer, Beschädigung, Beleuchtung
kaputt? Wir reparieren Ihren
Notebook-Bildschirm!



79,-€

Pauschal-Preis für
Reparaturleistung,
zzgl. Ersatzdisplay
(variiert je nach
Hersteller, zzgl.
ca. 70 - 110 €)

 www.hiller-hinken.de
Besuchen Sie uns doch mal bei Facebook ;-)



**hiller
+ hinken**
Ihre IT-Experten

**IT-Service
Verkauf
Reparatur**

Hiller + Hinken GmbH
Geschäftsführer:
Dipl.-Inform.
Andreas Hinken

Leher Heerstraße 77
in Bremen Horn-Lehe

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

Frau und Kind, Beruf, Leistungssport – wie bekommt man das alles unter einen Hut?



Foto: Sabine Heuke

Christian Weck (31 J.) spielt seit drei Jahren in der 1. Floorball-Mannschaft des TV Eiche Horn. Die Herren spielen im Moment in der 2. Bundesliga und hoffen/wünschen sich, am Ende der Saison in die 1. Bundesliga aufzusteigen.

Christian Weck ist aus Chemnitz zugezogen und arbeitet als Projektengineer für eine große Forschungseinrichtung. In Chemnitz hat er mehr als 15 Jahre Roll- und Eishockey gespielt und sporadisch Kontakt zum Unihockey gehabt – er fand den Sport spannend. Wir haben ihn nach seinem Tagesablauf gefragt und wie er den Anforderungen, die an ihn gestellt werden, gerecht wird.

Nachdem meine Freundin Anfang April dieses Jahres ihren neuen Job begonnen hat, haben wir eine arbeitskompatible Unterbringung für unseren Sohn gesucht. Letztlich blieb nur die Lösung, ihn bei einer Tagesmutter unterzubringen, wo er bis zum Kindergartenalter bleiben soll. Meine Freundin arbeitet an drei Tagen in der Woche (MO, MI, FR) bis 17 Uhr. An diesen Tagen muss ich also unseren Sohn von der Tagesmutter holen. In der Regel erfolgt das zwischen 15 und 16 Uhr. Ich bin in der sehr guten Lage, dass ich mir meine Termine meist selbst legen kann. Das schafft eine gewisse Flexibilität. An Tagen, da ich auf Dienstreise bin, muss meine Freundin einspringen. Da wir beide aus Chemnitz zugezogen sind, haben wir leider keine Großeltern zur Verfügung.

Ein normaler Donnerstag läuft dann in etwa so ab:

6.10 Uhr

Der Wecker klingelt. An guten Tagen schläft unser Sohn noch, ist aber so gut wie wach.

6.30 Uhr

Der Kleine wird angezogen. Mit dem Frühstück warte ich noch ein bisschen.

6.40 Uhr

Ich verlasse das Haus, meine Freundin versorgt unseren Sohn und bringt ihn zur Tagesmutter.

7.00 Uhr

Ankunft bei der Arbeit. Kaffee. E-Mails abrufen. Tagesplanung. Je nach Tag Arbeit im Büro, im Labor, Projektbesprechungen, Arbeiten für Studenten verteilen, Messungen durchführen, usw., usw.

17.00/17.30 Uhr

Feierabend. Mit dem Auto (oder Rad) zu Eiche.

18.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Training

Gegen 20.30 Uhr

Zuhause angekommen. Ein kleiner Snack und der Rest des Abends gehört meiner Freundin.

22.00/22.30 Uhr

Der Tag ist rum, ab ins Bett. Wenn der Kleine sich nicht meldet, wird es eine erholsame Nacht. Sonst nicht so.

Christian Weck/Sabine Heuke

» Judo als Leistungssport

Als Landesstützpunkt des Bremer Judo-Verbandes genießt der TV Eiche Horn regional und national ein hohes Ansehen. Nach fast zwei Jahrzehnten in der 1. und 2. Bundesliga feiert die Abteilung ihre Erfolge aktuell hauptsächlich bei Turnieren und Meisterschaften. Nichts desto trotz starten zahlreiche Kämpfer für Gastvereine in der 2. Bundesliga. Als Wurzel der Erfolge im Erwachsenenbereich kristallisiert sich schnell die jahrzehntelange Jugendarbeit heraus. Bereits ab 7 Jahren starten Kämpfer des Vereines bei zahlreichen Turnieren und sammeln wertvolle Erfahrung, um später in die Fußstapfen ihrer Vorbilder zu treten.



(v.l.n.r.) Anna Röhrig, Lina Wöltjen, Svea Rathcke

» Princess Cup

Gerne folgten die Horner Judo Mädchen der Einladung des FTSV Jahn Brinkum und starteten mit einem schlagkräftigen Team. Marieke Köper, Melina Kevrekadis und Svea Rathcke legten mit ihren Turniersiegen den Grundstein für den Horner Erfolg. Eine Silbermedaille von Lina Wöltjen und ein dritter Platz von Anna Röhrig untermauerten die Vormachtstellung der Horner Judomädchen.

» Das Rathke-Trio ist nicht zu schlagen

Als unschlagbares Trio entpuppten sich Nils, Henri und Anton Rathke beim Piraten Cup 2015. Durch großen kämpferischen Einsatz und brillante Techniken ließen sie ihren Gegnern keine Chance und kehrten mit drei Goldmedaillen ins heimische Horn zurück. „Mit diesen drei Jungs haben wir eine Basis für ein starkes Jungs-Team“, freut sich Trainerin Lydia Wullschläger über die Leistung des quirligen Trios. Julian Fesser und Joel Köper erkämpften Goldmedaille Nummer vier und fünf für die Horner Judoka. Bronzemedailengewinner Tim Ketteler bestätigte seine Nominierung durch mutigen Auftreten auf der Matte.



Henri, Anton und Nils Rathke

» Ina Keydel verteidigt Landesmeistertitel

Erfolgreich verteidigte Ina Keydel ihren Landesmeistertitel in der U15 bis 52kg. Vorzeitig besiegte sie im Finale ihre Gegnerin durch Haltegriff und dominierte das gesamte Turnier über ihre Gewichtsklasse deutlich. Silbermedailengewinnerin Antonia Jakel musste sich im Finale nur knapp geschlagen geben.

Die im Frauenbereich startende Svenja Seelen benötigte für ihren Finalkampf nur elf Sekunden, bis sie ihre Gegnerin durch einen Fußwurf auf die Matte schickte. Für die Polizeikommissarin war dies bereits der zwölfte Titel in Folge.

Einstieg in den Judo sport

Für Jungen und Mädchen ab fünf Jahren bietet die Judoabteilung ständig Einsteigerkurse in den Judosport an. Gerade auch für ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene ist das Kennenlernen des Judosports problemlos möglich. Anmeldung unter der Telefonnummer: (0421) 67378731



markus



Dr. Hans-Dieter Just
Apotheker

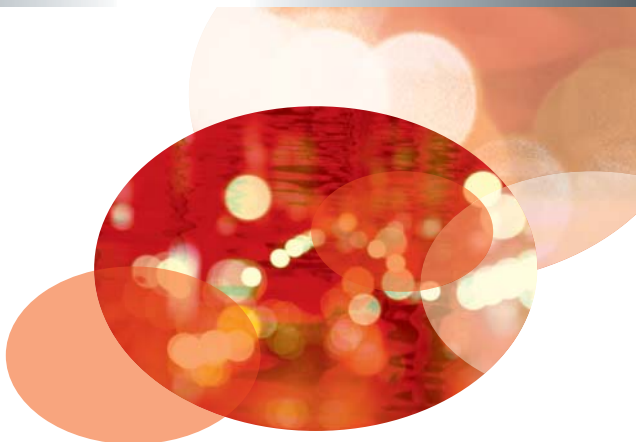
Wilhelm-Röntgen-Str. 4
im Rewe-Markt, 28357 Bremen-Horn
Tel. (0421) 20 54 44, Fax (0421) 205 44 55
www.apomarkus.de

wilbri

Wir bringen Ihre Ideen zum Ausdruck

Siebdruck
Digitaldruck
Außenwerbung

Wilbri GmbH
Gutenbergstraße 11
28 865 Lilienthal
Tel. 0 42 98 - 27 06 0
www.wilbri.de



PANNE? UNFALL?

hier kommt Hilfe

- Abschleppservice/Pannenhilfe
- Leihwagen
- Erstellung von Kosten-
vorschlägen
- 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



» Interview Ina Keydel

Seit nunmehr zwei Jahren trainiert die 14-jährige Gymnastin Ina Keydel im Judoleistungszentrum des TV Eiche Horn. Zahlreiche Turnierteilnahmen im In- und Ausland kamen in den letzten Jahren zusammen und werden auch 2016 das Leben der Schülerin maßgeblich beeinflussen.

Hallo Ina, wie lange trainierst du bereits Judo und welchen Gürtel hast du?

Ich trainiere seit acht Jahren Judo und trage momentan den grünen Gürtel. Mein langfristiges Ziel ist jedoch der schwarze Gürtel, den möchte jeder Judoka irgendwann mal tragen dürfen.

Welches Trainingspensum absolvierst du wöchentlich?

Wir trainieren wöchentlich dreimal. Dazu kommen jedoch noch spezielle Einheiten, wie Krafttraining oder Laufen, die jeder Sportler individuell durchführt, um körperlich topfit zu sein. Wöchentlich trainiere ich dadurch ungefähr um die neun Stunden.

Warum hast du dich entschieden, im Leistungszentrum zu trainieren?

Durch die vielen Trainingspartner und die zahlreichen Kadertrainings, die alle im Stützpunkt stattfinden, wird eine gute Trainingsgrundlage geschaffen, um optimale Leistungen erzielen zu können. Außerdem habe ich hier im Verein viele Freunde gefunden und fühle mich durch das gesamte Trainerteam sehr gut betreut.

Das Leistungszentrum hat einen sehr guten Ruf, vor allem durch die vielen nationalen und internationalen Wettkämpfe, die besucht werden, und die daraus resultierenden Erfolge. Dies hat mich davon überzeugt, hier zu trainieren und darüber bin ich auch sehr froh.

Wie beeinflusst Judo deinen Alltag?

Der Sport nimmt einen sehr großen Teil meiner Freizeit ein. Oft habe ich zwischen der Schule und dem Training nur wenig Zeit, um andere Dinge zu erledigen, wie zum Beispiel Hausaufgaben. Es ist wichtig, dass man lernt seine Zeit gut einzuteilen, damit neben der Schule und dem Training auch noch genügend Freizeit bleibt. Der Zeitmangel ist oft stressig,

doch für den Spaß und die Erfolge im Sport nehme ich das gerne in Kauf.

Welche Ziele setzt du dir?

Ich möchte im Judo weiterhin erfolgreich sein und mich ständig verbessern. Natürlich arbeite ich nebenbei noch an meinem langfristigen Ziel, dem Schwarzgurt. Neben dem Sport ist für mich das größte Ziel, mein Abitur so gut wie möglich zu bestehen.

Warum würdest du Judo anderen Leuten als Sport empfehlen?

Judo ist ein tolles Ganzkörpertraining, neben der Kondition und Koordination werden auch die Konzentration, das Durchsetzungsvermögen und die sozialen Kompetenzen gefördert. Diese Dinge sind nicht nur im Sport, sondern auch in allen anderen Bereichen wichtig. Zudem ist der Sport sehr spannend und je besser ein Judoka ist, je beeindruckender sind die Techniken, die er beherrscht. Das Training ist ein sehr guter Ausgleich zur Schule, vor allem wenn man angespannt ist, geht es einem nach der Stunde oft viel besser als vorher.

Danke Ina, und weiterhin viel Erfolg!

Danke.





Fotos: Sabine Heuke

» Sportliche Eleganz und Schwerelosigkeit

Glitzernde Wettkampfanzüge, Mädchen und junge Frauen, die federleicht über die Wettkampffläche schweben und nebenbei Handgeräte durch die Luft wirbeln. All das vereint die Rhythmische Sportgymnastik (RSG).

Die Gymnastinnen turnen auf einem 13x13 Meter großen Teppich verschiedene Übungen mit den Handgeräten Ball, Seil, Keulen, Reifen und Band zu Instrumentalmusik. Mehrmals im Jahr treten die Gymnastinnen bei Wettkämpfen gegeneinander an. Um bei einem Wettkampf jedoch erfolgreich abschneiden zu können, bedarf es viel Trainingsfleiß. Die RSG gehört zu den trainingsintensivsten Sportarten. Wer erfolgreich in dieser Sportart sein möchte, sollte möglichst früh mit dem Training beginnen, da die ersten Wettkämpfe im Alter von sechs Jahren bestritten werden. Außerdem steigt die Anzahl der Übungen mit zunehmendem Alter, was gleichzeitig auch den Anspruch an die Gymnastin und das Trainingspensum erhöht.

Im Vereinstraining schaffen wir die Grundlagen für eine leistungssportliche Karriere. Bereits im Grundschulalter gibt es die Möglichkeit, nach einer Sichtung, in den Bundesstützpunkt Bremen aufgenommen zu werden. Dort trainieren die

Mädchen mit den Landestrainerinnen und werden auf einen möglichen Einsatz in der Nationalmannschaft vorbereitet. Momentan trainieren vier Gymnastinnen unseres Vereins im Bundesstützpunkt. Einige Gymnastinnen unserer Abteilung konnten bereits an zahlreichen Norddeutschen, bzw. Deutschen Meisterschaften teilnehmen und sich einige gute Platzierungen sichern.

Carolyn Hadelers

EICHE HORN – mein Verein



„Weil wir alle so lustig sind – eine tolle Truppe.“

Ulla Theil, Turnen (seit 56 Jahren im Verein)

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@hornerapothke.de
www.hornerapothke.de

» Karate als Leistungssport

Karate (schlagen, treten, werfen) wurde erstmals in den 1950er Jahren als Leistungssport mit Wettkampfregeln ausgetragen. Damals galt es als taktisch sehr klug, mit voller Härte zu agieren, um den Gegner mit einem Schlag oder Tritt so zu treffen, dass der Kampf dadurch entschieden wurde (Ippon-Prinzip).

Voraussetzung dafür war ein auf Konzentration, Reaktionsgeschwindigkeit und Kraft ausgerichtetes Training. Eine besondere Bedeutung kam der Ausnutzung aller taktischen Komponenten wie psychischer Beeinflussung des Gegners (Angst einjagen, ablenken, in Sicherheit wiegen, Überraschungsmoment nutzen, zu unüberlegten Aktionen verleiten, usw.) zu.

In einem Kampf gab es meist nur eine entscheidende Aktion, die plötzlich und unerwartet stattfand. Dies entspricht einem realen Kampfgeschehen, in dem es auch selten eine zweite Chance gibt.

Heute wird Karate als Leistungssport nach den neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen in Bundesleistungs-

zentren trainiert. International erfolgreich sein können nur Sportler, die für einige Jahre nur Karate trainieren. Im Kampf können beliebig viele Punkte gesammelt werden, jedoch ist der Kampf vorzeitig bei einem Vorsprung von acht Punkten beendet.

Je spektakulärer die Aktion ist, desto mehr Punkte gibt es für die Einzelaktion. Daher sind die Kämpfe sehr rasant, mit vielen artistischen Aktionen. Gekämpft wird mit Schutzausrüstung und der Gegner darf nicht verletzt werden. Dies ist sehr attraktiv - auch für die Zuschauer.

Es gibt für Damen und Herren die Disziplin Kumite (Freikampf, Einzel mit Gewichtsklassen und Mannschaft) und die Disziplin Kata (Formübung, Kampf gegen imaginäre Gegner, Einzel und Mannschaft).

Die Wettkämpfer haben ihr Leistungshoch ungefähr zwischen dem 20. und 28. Lebensjahr. Es gibt allerdings Wettkämpfe für alle Altersklassen - ab sechs Jahre bis über 60 Jahre und auch z.B. Behindertenwettkämpfe.

In die Jahre gekommen?!

Die Leistungsträger/innen beim TV Eiche Horn sind inzwischen in die Jahre gekommen und nehmen aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr an den ausgeschriebenen Meisterschaften teil.

Dennoch ist eine Gruppe von 40 bis 65-jährigen noch leistungsmäßig beim TV Eiche Horn unterwegs. Diese Gruppe der Schwarzgurträger/innen trainiert immer sonntags auf hohem technischem und auch konditionellem Niveau. Dies wird sehr deutlich, wenn sich dem Leistungsvergleich mit anderen Vereinen auf Lehrgängen gestellt wird.

Dr. Elke von Oehsen



Foto: Sabine Heuke



Frauen stärker und unabhängiger machen

Veranstaltet vom Bremer Karate Verband fand in Bremen ein gut besuchter Selbstverteidigungs- und Selbstbehauptungslehrgang statt. Das besondere an diesem Konzept ist, dass einfache Übungen, die immer funktionieren, gegen Angst besetzte Situationen mit der Sensibilisierung für das Setzen von Grenzen kombiniert werden.

Die meisten Übergriffe auf Frauen finden durch bekannte Personen statt, was die Gegenwehr emotional besonders problematisch macht. Die Gegenwehr kann dadurch aber auch einfacher werden, wenn schon bei kleinsten Grenzüberschreitungen interveniert wird. Aktionen zu späteren Zeitpunkten werden immer schwieriger.

Kampfsport kann durch die Erhöhung des Selbstbewusstseins und dem Erlernen von Techniken und Taktiken einen guten Beitrag zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung leisten. Die Frauen sollten wegen des Risikos beim Kämpfen unterlegen zu sein, nicht in erster Linie die männlich-kör-

perliche Variante mit einem Schwerpunkt auf Kampftechniken anwenden, außer in aussichtslosen Situationen oder zur Abschreckung.

Besonders wichtig ist, dass sich die Frauen ihrer speziellen Stärken wie kommunikative Fähigkeiten, Kreativität und Sensibilität bewusst werden und diese gezielt zur Selbstbehauptung und Prävention einsetzen. Dies kann jede Frau, unabhängig von der körperlichen Konstitution, wenn sie sich erst einmal überwunden hat und ihre verinnerlichteten Grenzen überschreiten kann.

Selbstbehauptung fängt nicht in Selbstverteidigungssituationen an, sondern findet immer bereits im täglichen Leben statt, wenn Frauen ihre Rechte und Freiheiten einfordern, um ihre Wünsche und Ziele zu erreichen.

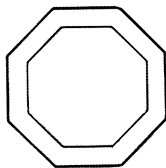
Dr. Elke von Oehsen

PETERSEN • OPTIK



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

**BRILLEN · KONTAKTLINSEN
FERNGLÄSER**



Ihr starkes Team

Kommen Sie einfach bei uns vorbei

fair versichert



ÖVB Vertretung Vera Dettmer

Wilhelm-Röntgen-Str. 2
28357 Bremen
Tel. 0421 232676
Fax 0421 231502
vera.dettmer@oevb.de





(v. l.) Reiner Nossek (Finanzen), Doris Schubert (Krebsnachsorge), Hermann Heuke (Abteilungsleitung), Marie-Luise Heinold (Schriftführerin) und Petra Engelhardt (Herzsport) leiten seit kurzem die Reha-Abteilung. (Foto: Sabine Heuke)

» Neue Leitung beim Reha-Sport

Die Reha-Abteilung des TV Eiche Horn hat eine neue Leitung. Nach knapp 50 Jahren ehrenamtlichem Engagements und unermüdlichem Schaffen für den Verein möchte Elfriede Heidkamp sich zur Ruhe setzen und hat ihr Amt als Leiterin der Reha-Abteilung abgegeben.

Auf der Mitgliederversammlung wurde Hermann Heuke zum neuen Abteilungsleiter gewählt. Ihm zur Seite stehen Marie-Luise Heinold und Reiner Nossek (beide einstimmig wiedergewählt). Neu in der Abteilungsleitung sind Doris

Schubert und Petra Engelhardt als Referentinnen für Herzsport (Petra Engelhardt) und Brustkrebsnachsorge (Doris Schubert).

Der Herzsport in Bremen kann in diesem November auf 40 Jahre Einsatz für Herzpatienten zurückblicken. Damals ein absolutes Novum und mit viel Skepsis beobachtet, hat sich die sportliche Betätigung nach einer Herzerkrankung heute zu einer festen Größe im Alltag von Herzpatienten entwickelt.

Elfriede Heidkamp gehört zu den Personen, die den Herzsport in Bremen etabliert haben. Der TV Eiche Horn und BTS Neustadt waren die ersten Vereine, die Sport nach einer Herzerkrankung angeboten haben.

Es sind große Fußspuren, in die das neue Reha-Team tritt, aber gemeinsam werden sie es schaffen.

Wir wünschen gutes Gelingen und gratulieren zur Wahl.

Sabine Heuke



Ihr
HORNER
Magazin
online

LESEN SIE UNS ALS E-PAPER!

Überall & immer wieder - Ihr Horner-Magazin können Sie ganz entspannt auf allen Tablets, Smartphones & Computern lesen. Und - im Archiv haben Sie kostenfreien Zugriff auf alle Ausgaben.

www.horner-magazin.de



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

Tel. 2120 47
Tag und Nacht

Beerdigungs-Institut

Bohlken und Engelhardt

AM RIENSBERG

Friedhofstraße 16 · 28213 Bremen

www.bohlken-engelhardt.de

» Schwimmer vorübergehend im Schlossparkbad

Die Sperrung des Unibades – Bremens einzigem Bad mit 50-m-Bahnen - wegen der defekten Lüftungsanlage hat den Bremischen Schwimmsport hart getroffen. Der TV Eiche Horn hat zwar „nur“ zwei Erwachsenen- und eine Kinder-Breitensportgruppe, aber auch die waren plötzlich heimatlos. Die Proteste der Schwimmer (z. B. anlässlich einer Sitzung der Sportdeputation, siehe Foto) und der schwimminteressierten Öffentlichkeit führten dann aber zu einer Entscheidung des Senats, die Lüftung zu reparieren. Das soll zwar bis Mitte 2016 dauern, aber eine mehrjährige „Hängepartie“ bis zum geplanten Bau einer Ersatzschwimmstätte (auf dem Gelände des Horner Freibades) konnte dadurch verhindert werden. Zur Überbrückung der Zeit bis zur Wiedereröffnung des Unibades wurden dem TV Eiche Horn Ersatzzeiten auf der 25-m-Bahn im Hallenbad des Schlossparkbades in Sebaldsbrück

angeboten. Der Weg dorthin ist zwar etwas weiter, es überwiegt aber die Freude, überhaupt eine Möglichkeit zum Schwimmen zu haben.

Die Zeiten im Schlossparkbad lauten wie folgt:

Do 9.30 bis 10.15 Uhr Freizeitschwimmen für Erwachsene
Do 10.15 bis 11.00 Uhr Freizeitschwimmen für Erwachsene
Do 15.30 bis 16.30 Uhr Schwimmen für Kinder und Jugendliche (ca. 6-16 J.)

Die Erwachsenengruppen werden von Sevim Yayin geleitet, die Kindergruppe von Ruth Sanchez. Auch im Schlossparkbad sind Neuinteressierte natürlich herzlich willkommen!

Fred Siegart



Bremer Schwimmer protestieren gegen die Schließung des Unibades

» 20 Jahre Fitness-Studio MAXIMUM beim TV Eiche Horn

Petra kennt alle und alle kennen Petra! Als die Sportlehrerin im Mai 1995 zum TV Eiche Horn kam, hatte der Verein Großes vor - den Neubau eines modernen Fitness-Studios! Im Oktober 1995 war es dann soweit: Das MAXIMUM wurde eröffnet und dank der Erfahrung und Mitorganisation von Petra Behrens, die seitdem das Studio leitet, kam ein umfangreiches Sportangebot zustande. Das 20jährige Jubiläum wurde jetzt in der Vereinsgaststätte „Panorama 1899“ bei Sekt, Orangensaft und leckeren Canapees gefeiert. Eunmi Kim unterhielt die Gäste mit Piano-Melodien und für die Mitglieder gab es viele Überraschungen, Glückwünsche und Ehrungen.

Neben dem allgemeinen Training an den Fitnessgeräten hat es bereits vor 20 Jahren den besonders bei Frauen beliebten Kurs BBP (Bauch-Beine-Po) gegeben. Aber auch Kurse wie Bauch total, Rückenfit und Yoga waren gut besucht. Ende 1995 zählte das Maximum bereits 300 Mitglieder und die Zahl der gesundheitsbewussten Sportler wuchs von Jahr zu Jahr. Heute freut sich der TV Eiche Horn über fast 600 Mitglieder im MAXIMUM, von denen rund die Hälfte neben dem Sport-Studio auch andere Sportangebote des Vereins nutzen. „Wir haben im Moment 38 Leistungssportler dabei, die sich für ihre Mannschaften fit halten“, erklärte Peter Fleischer, Abteilungsleiter im MAXIMUM. Diese Sportler kämen aus den Abteilungen Judo, Floorball, Volleyball und Tennis. Neben den neuesten Trainingsgeräten von „Nautilus“ und „Life Fitness“ bietet das MAXIMUM diverse Kurse an. Darüber hinaus gibt es einen Saunabereich, ein Solarium und diverse Wellness-Angebote wie Massagen, medizinische Fußpflege und Ernährungsberatung.

Neben Petra ist auch Viviana Trentin von Anfang an mit dabei. Bei der Sportlehrerin aus Italien geht es temperamentvoll zu beim Stepp für Anfänger und Fortgeschrittene.

Manch einer kann da schon verzweifeln beim Einstudieren der Schrittfolge über die Stepp-Bretter. Hat man es aber kapiert, dann macht es viel Spaß – und ist zudem gesund für Herz und Kreislauf. Neben ihrer Übungsleitertätigkeit malt Viviana. Zur Jubiläumsfeier hat sie 100 Zeichnungen auf einer Wäscheleine präsentiert, die käuflich zu erwerben waren. Daniel Teetz, Mitarbeiter in der Geschäftsstelle, stellte 20 Fotografien, die er in Kambodscha machte, zur Verfügung. Der Erlös aus dem Verkauf aller Bilder ging an die Horner Sportsiftung. Großen Spaß gab es bei der amerikanischen Versteigerung von drei Bildern, deren Erlös ebenfalls auf das Konto der Sport-Stiftung ging.

Rita Brand war von Anfang an als Sport treibende dabei. „Ich musste aus gesundheitlichen Gründen meine Muskeln wieder aufbauen“, erzählt sie. Ihr Sohn spielte damals Fußball und sie entschied sich, die Wartezeit auf Brand jun. mit sinnvoller sportlicher Betätigung auszufüllen. So sei sie ins Fitness-Studio gekommen.

Neben dem Training an den Fitness-Geräten nimmt Rita Brand auch an den Kursen BBP, Indoor-Cycling und Bauch total bei Marie Arndt teil. Die Studentin ist seit fünf Jahren Übungsleiterin und darüber hinaus begeisterte Tänzerin. Gemeinsam mit ihrer Tanzgruppe und weiteren Mitgliedern aus der Turnabteilung lud sie die Jubiläumsgäste zu einer Tanzshow in die Mehrzweckhalle ein.

Am Nachmittag waren die Türen des MAXIMUM dann für alle Interessierten geöffnet. Das Fitness-Studio befindet sich im Sportzentrum des TV Eiche Horn in der Berckstraße 87 in der ersten Etage, erreichbar unter der Telefonnummer 231010 (Studio-Leiterin Petra Behrens).

Jutta Barth



Die Geehrten: Barbara Benthien, Rita Brand, Viviana Trentin, Petra Behrens, Dieter Benthien, Hildegard Dormund-Hechtenberg, Erika Speckels



Links oben: Übungsleiterinnen unter sich
Rechts oben: Viviana Trentin und Petra Behrens
Links: Rita Brand freut sich über ihre Medaille



Fotos: Sabine Heuke



Manfred Zeise im Kreise von Tischtennis-begeisterten Flüchtlingen (Foto: Sabine Heuke)

» Sport verbindet

Aref, Mottaba, Hamid und Rajab kommen aus AFG – aus Afghanistan. Sie leben seit einigen Wochen in den Flüchtlingsunterkünften in Horn-Lehe.

Seit Anfang Oktober kommt Manfred Zeise an jedem Montag in das Freizeitheim an der Curiestraße, um mit den Jungs Tischtennis zu spielen. Die jungen Männer im Alter von 14

bis 18 Jahren freuen sich auf diese gemeinsame Zeit und warten schon immer auf ihren Trainer. Sie nehmen Tipps und Tricks des erfahrenen Tischtennisprofis sehr gern an und manch einer ist auf dem besten Weg, ein ernstzunehmender Gegner zu werden.

Sabine Heuke

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*

» Mit 30 Jahren schon Senior?

Im Sport gibt es keine genaue Definition, wer eigentlich „Senior/in“ ist. Manchmal beginnen die „Senioren/innen“ im Wettkampfsport schon mit 19 Jahren, dann erst ab 30 Jahren. Im Breitensport wird häufig ab 55 Jahren von „Senioren/innen“ gesprochen. Klassische Sportangebote für Ältere sind Gymnastik- oder Tanzgruppen, Wandern oder Fahrradfahren. Es gibt aber auch spezielle Angebote für Rollator- oder Rollstuhlfahrer/innen oder z.B. Sitzgymnastik.

Die Gruppe der „Senioren/innen“ ist aber sehr vielfältig und lässt sich nicht nur am Alter festmachen. Es gibt die sehr fiten über 55-jährigen, die sich mit „Seniorenangeboten“ gar nicht identifizieren können und die über 20-jährigen, denen im ambitionierten Breitensport schon die Puste ausgeht.

Und nicht zu vergessen: viele Sportler wollen gern in alters- und geschlechtsgemischten Gruppen Sport treiben.

Da die Sportangebote bei Eiche Horn so vielfältig sind wie die Intentionen und Vorlieben beim Sport treiben, lohnt sich eine Anfrage in den Abteilungen. Probetraining ist normalerweise immer (auch spontan) möglich, auch wenn es kein ausgewiesenes Angebot für „Senioren/innen“ gibt.

Die richtige Gruppe und den richtigen Sport zu finden ist die Herausforderung.

Nur aus „Gesundheitsgründen“ (d.h. etwas Negatives wie Krankheit zu vermeiden) Sport zu treiben, motiviert wahrscheinlich auf Dauer nicht. Menschen sind in der Regel Hedonisten, d.h. sie suchen sich ihren Spaß und den finden sie nur sehr individuell. Eiche Horn bietet dafür die nötige Bandbreite an Angeboten. Man muss nur nachfragen!

Dr. Elke von Oehsen

Geheimnisse der Weltmeere

David Hettich



17. Feb. 2016
19:30 Uhr · Die Glocke Bremen

Vorverkauf:
WESER-KURIER Pressehaus,
Tauchertreff Dekostop
und Nordwest Ticket

präsentiert vom
Tauchertreff Dekostop
Bremen und Oldenburg
www.tauchertreff24.de

FernSichten

Optik Stallmann

BRILLEN · FERNGLÄSER · 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



» Sporthallen als Notunterkunft für Flüchtlinge

Die Nutzung von städtischen Großsporthallen für die Notunterbringung von Flüchtlingen hat ganz erhebliche Ausmaße angenommen. Zum Redaktionsschluss waren in Bremen 19 von 30 solcher Hallen nicht mehr für den Sport nutzbar, sechs weitere wurden aktuell auf ihre Eignung als Notunterkunft geprüft. In Horn-Lehe wurde zunächst Anfang Oktober die „Alte Unihalle“ in der Spittaler/Grazer Straße umgewidmet, ab Ende Oktober dann auch die Dreifachhalle in der Curiestraße (Foto). Auch die Halle des Gymnasiums Horn (Vorkampsweg) wurde konkret geprüft, wegen der dortigen Bauarbeiten aber vorerst zurückgestellt.

Den Bremer Vereins-, Verbands- und Schulsport trifft dies ganz erheblich, zumal zu befürchten ist, dass es sich nicht um eine Notmaßnahme für nur wenige Wochen handelt. In einer gemeinsamen Erklärung haben die Vereine TV Eiche Horn, SV Grambke-Oslebshausen, TSV Lesum-Burgdamm, TuS Huchting, TuS Komet Arsten, TV Bremen-Walle 1875 und

BTS Neustadt bei allem Verständnis für die Nöte der Sozialbehörde deutlich gemacht, dass eine derartige Belastung des Sports langfristig nicht ohne Folgen bleiben wird. Der Sport kann seinen sozialen, gesundheitlichen und integrativen Zielen (auch für die Flüchtlinge!) nur gerecht werden, wenn ausreichend Sportstätten zur Verfügung stehen! Dies haben wir in den vergangenen Wochen auf verschiedensten Ebenen deutlich gemacht und unterstützen auch den Landessportbund bei seinen Bemühungen, dem Sport in dieser Angelegenheit mehr Gehör zu verschaffen und existenzielle Probleme für die Vereine noch zu verhindern. Ein Baustein war die vom LSB initiierte Unterschriftensammlung, die viele Mitglieder aktiv unterstützt haben.

Alle Vereine arbeiten mit Hochdruck an Alternativlösungen für die betroffenen Sportgruppen. Beim TV Eiche Horn sind 27 Gruppen von der Umwidmung der Alten Unihalle und der Halle Curiestraße direkt betroffen. In der Zwischenzeit wurden in enger Zusammenarbeit mit den Abteilungsleitungen Alternativen erarbeitet, die zwar zu Einschränkungen führen, aber jedem Vereinsmitglied weiterhin die Ausübung seines Sports ermöglicht. Wenn auch zu anderen Zeiten, draußen, an anderen Orten, mit gekürzten Trainingszeiten, zusammen mit anderen Sportarten usw.... Bei all diesen Umpfanungen (alle aktuellen Trainingszeiten finden Sie unter www.eiche-horn.de) haben wir viel Verständnis und Hilfsbereitschaft untereinander festgestellt. Und es wurde die Hoffnung ausgedrückt, dass nicht noch mehr Hallen verloren gehen, sondern andere Möglichkeiten zur Unterbringung der Flüchtlinge gefunden werden.

EICHE HORN – mein Verein



„Ich liebe Fußball und Eiche ist einfach ein cooler Verein.“

Nora Lemmermann,
Fußball



Die Dreifachhalle in der Curiestraße dient nun auch als Flüchtlingsunterkunft

Kleiner Trost: Auf die vereinseigenen Sportstätten hat die Stadt keinen Zugriff und auch die kleineren Schulsporthallen stehen derzeit nicht zur Disposition. Das gab uns etwas Handlungsspielraum bei der Bewältigung der Krise.

an Projekten zur Integration von Flüchtlingen mitwirken oder dies in individueller Form tun. Der Sport kann hier einen großen Beitrag leisten! Wenn ihm die Basis nicht entzogen wird...

Ausdrücklich bedanken möchten wir uns bei allen Abteilungen, Übungsleitern und Mitgliedern, die in vielfältiger Form

Fred Siegert

**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



Oben leuchten Monde, Sterne und Sonnen heimelig in der Nacht, unten trappeln viele kleine und große Füße durch den dunklen Rhododendronpark. Nur die Lichtstrahlen, die die Laternen der Kinder als perforierte Dosen, selbstgebastelte Kleinode aus Transparentpapier oder kleine Gespenster mit Gardinenschleier aussenden, scheinen durch den Abend.

Eine ansehnliche Gruppe ist es, die sich zum Laternenumzug des TV Eiche Horns versammelt hat. Mit Liedtexten ausgestattet, ist bereits vor dem Start die Vorfreude groß. Die rund 30 Kinder samt Eltern, Omas und Opas schwenken ungeduldig ihre Laternen; es wird geguckt, wer echte Kerzen hat, und die schönsten Exemplare bestaunt. „Kommt, wir woll'n Laterne laufen“, hieß es – gesungen, getan. Nach einer Runde zum Abenteuerspielplatz, begleitet von vielen Laterneliedern, ging es zurück zum Parkplatz Berckstraße, wo sich alle bei heißem Kakao und Keksen stärkten. „Das war toll“, waren sich alle einig. Und wer zu Hause blieb, hatte etwas verpasst.

Von Kristina Bellach

Haben Sie's gewusst?



Erweiterung der Fritzwiese 1927

Warum heißt die Fritzwiese Fritzwiese?

Der Name „Fritzwiese“ erinnert an das ehemalige Vereinsmitglied, den Rechtsanwalt Dr. Carl August Fritz. Fritz wurde im Ersten Weltkrieg getötet. Er vermachte die gegenüber seinem Landhaus an der Horner Heerstraße (bekannt als Borgward Villa) gelegene Wiese (Kochskamp) der Stadt Bremen zur Anlage eines „öffentlichen Spielplatzes, den den Namen 'Fritzwiese' führen wird.“

1919 einigten sich die Stadt Bremen und Fritzes Erben, das im Vermächtnis bestimmte Grundstück zu verkaufen und mit dem Erlös eine Fläche an der Berckstraße zu kaufen. Auf der Fritzwiese befinden sich Gedenksteine als Ehrenmale für die in den Weltkriegen getöteten Vereinsmitglieder, unter ihnen auch Dr. C.A. Fritze.

Michael Koppel (www.chronik-horn-lehe.de)

Familienbetrieb
seit 1880



Bestattungen

Friedhofstr. 19
28213 Bremen

Tag & Nacht



Maria und Aloys Tielitz

Norbert Tielitz

Laura Tielitz

Peter Tielitz

Maria und Julius Tielitz

Die 5. Generation

im Hause Tielitz

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

» Unsere Mitgliedsbeiträge 2016

Mitgliedsgruppe (Kurzbezeichnung)	halbjährlich	jährlich	per Lastschrift bis 01.02.
1) Erwachsene ab 21 Jahren	95,00 €	190,00 €	171,00 €
2) Kinder/Jugendliche bis vollend. 21. Lebensjahr	57,00 €	114,00 €	102,60 €
3) Familie Maxi (mit Elternteil/en)	199,50 €	399,00 €	359,10 €
4) Familie Mini (nur Kinder/Jugendliche)	114,00 €	228,00 €	205,20 €
5) Ehepaare	171,00 €	342,00 €	307,80 €
6) Studierende, Azubis, Wehr- und Freiw.-dienstleistende bis vollend. 27. Lj. (Nachweis) sowie Herzsportteiln. mit KK-Förderung u.ä	57,00 €	114,00 €	102,60 €
7) Auswärtige Studierende ab 80 km bis vollend. 27 Lj. (Nachweis)	38,00 €	76,00 €	68,40 €
8) Passive Mitglieder	28,50 €	57,00 €	51,30 €

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	50,00 €	100,00 € **)
Tennis Kinder/Jugendliche bis 21. Lebensjahr	20,50 €	41,00 € **)
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 €)

**) Auch die Kosten für Platzinstandhaltung und -pflege sind hiermit abgedeckt.

Die Beitragszahlung erfolgt ausschließlich durch Einzugsermächtigung (Lastschrift).

» 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	Corinna Scheduling	0174-9808465	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/Turnen	Sandra Schmitz	166 96 077	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	Hermann Heuke	430 82 03		x
RSG	Carolyn Hadelers	0172-4470587	x	
Schach	Erwin Troike	23 24 99	x	x
Schwimmen f. Ki.+Jgd.	Heiko Krämer	0176-84501834	x	
Senioren-sport	Anke Stölken	243 78 04		x
Spiel+Sport f. Ki.+Jgd.	Sandra Schmitz	166 96 077	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	Martin Budde	0176-99803830	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 [Di+Do 9-11]		x
Yoga	Geschäftsstelle	23 40 60		x
Stand: 13.11.2015				



Lothar Köhler
Rechtsanwalt und Notar in
Bremen-Nord
Fachanwalt für Erbrecht

Joachim M. Fenster
Rechtsanwalt und Notar in
Bremen-Nord
Fachanwalt für Verkehrsrecht

Manfred Christoph*
Rechtsanwalt und Notar in
Bremen-Mitte
Fachanwalt für Familienrecht

Jürgen Riepshoff
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Miet- & WEG-Recht

Dagmar Lehmann
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Sozialrecht

Kai Norden
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Insolvenzrecht

Cornelia Freytag
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Familienrecht

Lars-Ole Ansteeg
Rechtsanwalt

Sabrina Wiese
Rechtsanwältin

Am Sedanplatz 2
28757 Bremen
Tel: 0421 - 66 00 6-0
Fax: 0421 - 66 00 6-40

Schlachte 31*
28195 Bremen
Tel: 0421 - 98 98 32-0
Fax: 0421 - 98 98 32-17



Kommen Sie mit an die Weser!

Als Partner meiner neuen Kanzlei bin ich
ab dem **02.01.2016** an der **Schlachte 31**
mit **anwaltlicher Kompetenz** weiterhin gerne für Sie da.

Bis bald, Ihr

Lars-Ole Ansteeg
Rechtsanwalt

Zivil- und Vertragsrecht | **Bau- und Architektenrecht**
Miet- und WEG-Recht



dr.lohsin
& partner
fachanwälte & notare

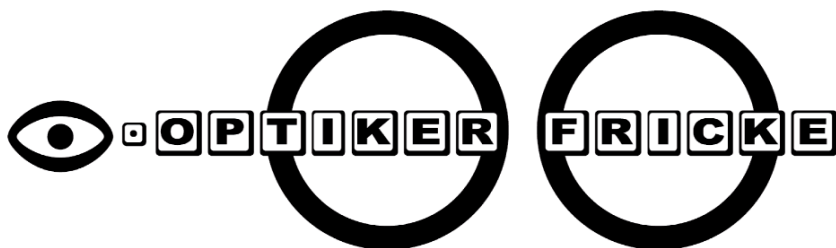
info@lohsin-partner.de www.lohsin-partner.de

OPTIKER FRICKE empfiehlt:

Aktion Sehtest

Für gutes Sehen im Straßenverkehr
und beim Sport

Computersehtest bei uns kostenlos !



Augenoptik · Brillen · Contactlinsen

Schwachhauser Heerstraße 211 – 28211 Bremen

Telefon (0421) 21 73 82 + 21 68 25

Neu auf www.OPTIKER-FRICKE.de

Die virtuelle Brillenanprobe im Internet

Führerscheinsehteststelle nach StVO