

Horner Sportmagazin




Januar | Februar | März 2014

- » Im Fokus : Volleyball
- » 25 Jahre Brustkrebsnachsorge
- » Mitgliedsbeiträge 2014

Das beliebteste Konto unserer Stadt.

GIROFLEXX. Das Konto für Bremen.



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 allen 58 Filialen und kostenlosem Online-Banking.

Mehr unter: www.giroflexx.de oder unter 0421 179-7979.

Stark. Fair. Hanseatisch.

Quelle: TNS Infratest, Januar 2013



Die Sparkasse Bremen
Finanzdienstleistung



» Nur gemeinsam sind wir stark

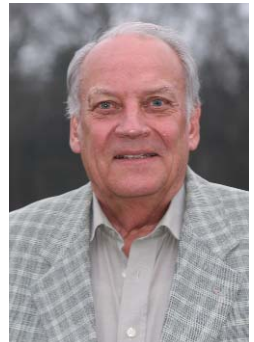
Das Jahresende bedeutete während meines ganzen Berufslebens vermehrte Arbeit. Das hat sich in meiner jetzigen ehrenamtlichen Tätigkeit nicht geändert. Der Jahresabschluss muss erstellt und gleichzeitig der Etat für das neue Jahr erarbeitet werden. Dazu werden von allen Abteilungen die Etatanträge benötigt.

Beide, Jahresabschluss und neuer Etat, müssen vom Hauptausschuss und den Delegierten schließlich beschlossen werden. Damit das alles geschehen kann, sind berufliche und viele ehrenamtliche Mitarbeiter teilweise das ganze Jahr beschäftigt. Tausende Buchungen auf ca. 150 Konten sind z.B. Grundlage für den Abschluss. Ein umfangreiches Zahlenwerk für einen Verein.

Außerdem müssen wir uns auf die ab 1. Februar 2014 einheitlichen EU-Regelungen für Überweisungen und Lastschriften vorbereiten und alles auf „SEPA“ umstellen. Die personellen Veränderungen dieses Jahres haben auch Spuren hinterlassen. Es ist bewundernswert, wie dennoch alles gut ging. Ich kann nur allen (besonders unserem Geschäftsführer Fred Siegert) von ganzem Herzen danken, die beruflich oder ehrenamtlich dazu beigetragen haben. So ist die Tätigkeit keine Last und man macht es gern.

Im Namen des Vorstandes wünsche ich allen Mitgliedern und ihren Angehörigen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2014. 

Dietrich Behl
Referent für Finanzen



» In dieser Ausgabe:

- 3 Editorial
- 4 Geschäftsstelle | Vorstand
- 5 Horner Sportstiftung
- 6 Volleyball
- 14 Maximum
- 16 Tanzen
- 19 Floorball
- 20 Judo
- 23 Wandern
- 24 Reha
- 26 Fußball
- 28 Sportliches Angebot
- 29 Beitragszahlungen
- 30 Beiträge 2014

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" 2/2014

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe: 20.2.2014
Auslieferung voraussichtlich am: 20.3.2014

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 23.12.2013 bis zum 3.1.2014 für die Öffentlichkeit geschlossen.

Der Vorstand und das Geschäftsstellenteam wünschen allen Mitgliedern und Freunden des Vereins frohe Weihnachtstage und einen "guten Rutsch"!

Wanted! Wir suchen Dich!

In den Abteilungen Wasserfitness, Schwimmen, Kinderturnen und Leichtathletik (Walking) suchen wir dringend Trainerinnen und Trainer/Übungsleiterinnen und Übungsleiter. Oder wenn Du über eine Qualifikation in einer Sportart verfügst, die noch nicht in unserem Angebot ist, freuen wir uns auch, von Dir zu hören. Bitte melde Dich in der Geschäftsstelle, Telefon 23 40 60, oder per Mail sportentwicklung@eiche-horn.de

» Unterstützen Sie die „Horner Sportstiftung“!

Sie möchten die Arbeit des TV Eiche Horn nachhaltig finanziell unterstützen? Dann erhöhen Sie das Stiftungsvermögen der gemeinnützigen „Horner Sportstiftung“ durch Ihre Zustiftung! Von den jährlichen Zinserträgen profitiert unser Verein dauerhaft.

Zustiftungen sind steuerbegünstigt. Auch kleine Beträge sind jederzeit willkommen. Überweisungen bitte an die **Horner Sportstiftung c/o Bürgerstiftung** Konto-Nr. (IBAN): DE25 2905 0101 0080 5463 51 bei der Sparkasse Bremen (BIC: SBREDE22XXX)

Verwendungszweck: Zustiftung Horner Sportstiftung
Bitte Name und Adresse angeben!

Für Rückfragen steht das Stiftungskuratorium (Björn Jeschke, Dietrich Behl, Ingeborg Russ) gern zur Verfügung. Die Kontaktdaten erfragen Sie bitte in der Geschäftsstelle des TV Eiche Horn, Tel. (0421) 234060.

» Geburtstagswünsche einmal anders

Als sich mein 70. Geburtstag näherte war für mich klar, „den feierst Du ganz groß mit Freunden und Bekannten.“

Die Einladung wurde mit modernen Mitteln am PC entworfen und flugs per Post verschickt.

Es dauerte nicht lange, da kamen die ersten Zusagen und damit auch die Anfragen bezüglich meiner Geburtstagswünsche. So richtig hatte ich mir trotz aller Detailplanungen für die Feier bisher keine Gedanken zu meinen Wünschen gemacht. Eines stand jedoch sofort fest, dass mit 70 Jahren die materiellen Wünsche in den Hintergrund treten. Was zählt sind Gesundheit und ideelle Wünsche. Klar war aber auch, dass die Gäste an so einem besonderen Tag nicht mit „leeren Händen“ kommen wollen.

Da kam mir eine neue Idee! Es gibt Freunde und Bekannte, mit denen meine Frau und ich in den letzten Jahren Ausflüge oder Reisen gemacht haben. Von diesen wünschte ich mir die nächste Ausflugsfahrt mit allem, was dazu gehört.


Allen anderen Gästen gab ich den Hinweis, dass ich mich sehr über eine Unterstützung meiner ehrenamtlichen Tätigkeit im Vorstand des TV Eiche Horn freuen würde. Alle, die mich kennen, wissen, dass mir in meiner 12-jährigen aktiven Mitarbeit der Verein ans Herz gewachsen ist, weil diese Institution auch eine große soziale Aufgabe hat, die leider von der Stadt immer weniger gefördert wird. Um aber die Zukunft



Dirk Porthun an seinem 70. Geburtstag

des Sports speziell in Horn zu fördern, wurde von Vorstandsmitgliedern „die Horner Sportstiftung“ gegründet. Was lag näher, als sich zum Ehrentag einen finanziellen Beitrag zur Stiftung zu wünschen.

Ich war begeistert von der Resonanz, die dieser Wunsch bei den Gästen fand. Nach der fröhlichen und gelungenen Geburtstagsfeier konnte ich dann einen beachtlichen Geldbetrag auf das Konto der Stiftung überweisen.

Noch mehr würde es mich freuen, wenn diese Geschenkidee auch bei vielen weiteren Vereinsmitgliedern auf die Wunschliste gesetzt würde und auch bei Horner Bürgern Nachahmung finden würde. In diesem Sinne! 

Ihr Dirk Porthun

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.




Foto: Sabine Heuke

» Volleyball in Horn

Volleyball wird beim TV Eiche Horn groß geschrieben. Neben der sehr erfolgreichen 1. Mannschaft, die immer mal wieder Spielzeiten in der 2. Bundesliga verbrachte, und aktuell in der Dritten Liga spielt, gibt es zahlreiche Damen- und Jugendmannschaften, die auch immer wieder um den nächsten Aufstieg kämpfen.

Wir aus der ersten Mannschaft starteten diese Saison in einer komplett neuen Liga, mit einer sehr jungen und auch neu zusammengewürfelten Mannschaft. Doch gleich in den ersten Spielen haben wir gezeigt, dass viel Potenzial in uns steckt. Denn während wir die meisten Partien bisher knapp gewannen, schafften wir es zuletzt sogar den Tabellenersten zu besiegen. Was für ein Erfolg! Klar, dass die Motivation da umso besser ist und auch das Selbstbewusstsein immer mehr steigt. Auch kleinere Rückschläge mit Verletzungen und ar-

beitsbedingten Verhinderungen konnten wir bisher gut ausgleichen. Doch es liegt noch ein langer Weg vor uns. Wir wollen uns stabilisieren, enger zusammenfinden und die Spiele deutlicher gewinnen, um auch volle drei Punkte einzufahren. Denn bisher mussten wir, auf Grund der neuen Zählweise, aus den Fünf-Satz-Spielen jeweils einen Punkt abgeben. Somit stehen wir zurzeit auf Platz vier der Tabelle.

Auch der Doppelspieltag mit den Herren von 1860 erwies sich als großer Erfolg mit einer vollen Halle. Also trägt euch schon einmal den 2. Februar 2014 ein, denn dann gibt es noch einmal so ein Volleyball-Event in der Berckstraße. Aber auch an den anderen Terminen freuen wir uns sehr, wenn wir die Halle voll bekommen und Volleyball nicht nur in Horn ein schöner Event ist. 

Ina Schulze

» *Ein Interview*

Nach zwei Spielzeiten in der 2. Bundesliga läuft die 1. Damen-Mannschaft des TV Eiche Horn in dieser Saison in der neu gegründeten Dritten Liga auf. Unser Redaktionsmitglied Sabine Heuke sprach mit Ina Schulze, seit dieser Saison Kapitänin der 1. Damen, über Ziele, Wünsche, Erfolge und Flops.

Ina, seit kurzem bist Du die ‚Leitwölfin‘ der 1. Damen.

Wie gefällt Dir diese Rolle?

Diese neue Position ist schon eine ordentliche Herausforderung für mich. Bislang ist Anke immer mit der Fahne vorweg gelaufen und ich habe den Rest gemanagt. Jetzt muss ich diese andere Seite übernehmen und in die neue Aufgabe hineinwachsen. Ich möchte die Mannschaft stärken, ihr Impulse geben und den Zusammenhalt fördern.

Warum überhaupt Volleyball?

Volleyball ist eine intelligente und schnelle Sportart, die mir ausgesprochen gut gefällt. Man muss sich zwei/drei Stunden total auf das Spiel einlassen und der Alltag bleibt vor der Tür.

Seit wann spielst Du Volleyball? War es von Anfang an Deine Sportart?

Ich bin zum Volleyball gekommen wie viele Mädchen meines Alters. Es gab damals die Serie ‚Mila Superstar‘ im Fernsehen, in der eine Mädchen, das erfolgreich Volleyball spielt, die Hauptfigur war. Sie war sehr engagiert und eine absolute Vorbildfigur – so bin ich zum Volleyball gekommen.

Wie sehen Deine Ziele für diese Saison aus?

Mein Ziel war es immer, 2. Liga zu spielen – und zwar erfolgreich. Sicherlich war der Abstieg nach zwei Saisons im Tabellenkeller folgerichtig – ich war aber doch sehr traurig. Durch den enormen Druck und Stress haben wir zu viel Selbstvertrauen verloren. Jetzt starten wir mit einer neuen Mannschaft bei Null - und das bisher durchaus erfolgreich.

Seit Jahren spielst Du auf der Außenangreiferposition. Ist das Deine Lieblingsposition?

In der Jugend war ich mal Mittelblockerin, aber nie gerne. Mir gefällt die Außenangreiferposition. Man hat die meisten Ballkontakte, ist im Hinter- und Vorderfeld aktiv dabei und hat den Überblick über das gesamte Feld. Außerdem kann man seiner Kreativität freien Lauf lassen.

Du hältst jetzt seit 20 Jahren dem TV Eiche Horn die Treue. Was gefällt Dir an diesem Verein?

Der TV Eiche Horn ist sehr familiär. Man kennt viele Mitglieder auch aus anderen Abteilungen. Außerdem finde ich es generell wichtig, die eigene Jugend zu fordern und zu fördern. Wir haben jetzt drei weitere ‚Eiche-Gewächse‘ bei den 1. Damen dabei – das freut mich persönlich sehr!

Wünsche für die Zukunft?

Ich möchte mich spielerisch weiter entwickeln und meine neue Führungsrolle optimal ausfüllen – auf meine persönliche Art und Weise. Ich möchte es schaffen, dass die Mannschaft weiterhin viel Spaß und auch Erfolg beim Volleyball hat. Außerdem wünsche ich mir insgesamt mehr Begeisterung und Engagement für diesen tollen Sport.

Vielen Dank und alles Gute.



Ina Schulze



von links nach rechts: Trainerin Almut Windmüller, Kim Hartman, Viola Bitcher, Nele Jaracewski, Claudia Baur, Anna Kemper, Jenny Schröder, Ljuba Maar Simone Bökenheide, Nadine Korzeniowsky, Anna-Lena Gerwien, es fehlt: Silja Mendes

» Sehr guter Start der 2. Damen

Nach einem erfolgreichen Abschluss der vorangegangenen Saison (4. Platz in der Verbandsliga), in der wir jedoch das Ziel des Wiederaufstiegs in die Oberliga nicht erreicht haben, ging es personell dezimiert in die Vorbereitung der aktuellen Saison. Während des Sommers tobten sich einige Spielerinnen zum Teil recht erfolgreich im Sand aus, im August ging es dann mit einem kleinen Kader in die Halle.

Den Abgängen von Nicole Rothert, Anne Fasana und Antonia Bitcher zu den ersten Damen folgten Marguerita Avendano, berufsbedingt, und Astrid Hagemann aus familiären Gründen. Zudem zeichnete sich ab, dass der uns verbliebene Trainer Marcus Lentz uns nicht die ganze Saison über zur Verfügung stehen kann. Zu den bestehenden Spielerinnen Nele Jaracewski, Anna-Lena Gerwien, Silja Mendes, Anna

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

Kemper, Almut Windmuller, Simone Bökenheide, Claudia Baur und Viola Bitcher kehrte Nadine Korzeniowsky aus ihrer Verletzungspause zurück. Seit neuestem unterstützt uns Ljuba Maar aus der eigenen 3. Damen. Kurz vor Beginn der Saison stießen noch Kim Hartmann, ehemals Bad Iburg, und Jenny Schröder von Bremen 1860 dazu. Diese Mannschaft hatte so noch nicht zusammen gespielt, zeigte sich jedoch bereits zu Beginn der Saison als personell sehr flexibel einsetzbar und wuchs innerhalb einer kurzen Zeit zu einem starken und homogenen Team zusammen.

Nachdem der erste Spieltag in Zeven gegen den Aufsteiger aus der Landesliga mit einem Sieg endete, vergab man den zweiten Sieg auf Grund von Konzentrationsschwächen. Beim ersten Heimspieltag spielte die Mannschaft gegen den ATSV Habenhausen unbeschwert auf und wurde mit einem für alle überraschenden 3:1 Sieg belohnt. Das zweite Spiel an diesem Tag wurde eine kämpferische Leistung, der man sich jedoch auch im 5. Satz entgegenstellte und auch diesen Sieg nach Hause holte. Gleich am nächsten Spieltag (ebenfalls ein Heimspieltag) wiederholte sich die Situation: gegen den Tabellenersten holte man einen 3:1 Sieg und gegen den Tabellenletzten ein mühsam erkämpftes 3:2. Im Ergebnis jedoch steht die Mannschaft zurzeit, nach nur einer Niederlage in der Hinrunde, auf dem 2. Tabellenplatz und freut sich weiterhin über jeden Punkt und daraus resultierende Siege.

Das vorsichtige Saisonziel, einen mittleren Tabellenplatz zu erreichen, wird derzeit bereits voll erfüllt, mal schauen, ob noch was nach oben möglich ist. Jedoch zeigt sich, dass die

Mannschaft am besten spielt, wenn sie unbeschwert aufspielen kann und als Außenseiter in die Begegnung startet. Zurzeit wird das Team von Almut Windmuller trainiert, die ebenfalls aus familiären Gründen vom Spielbetrieb pausieren muss.

Almut Windmuller

Ihre Anwälte in Horn



**Anwaltsbüro
Ansteeg · Speichert · von Rönn**
Rechtsanwältinnen 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

Erst einmal alles in Ruhe besprechen!



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

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



Die Nr. 1 für meine Altersvorsorge.

fair versichert

ÖVB 

Versorgungslücke schließen
und privat vorsorgen!



ÖVB Vertretung Vera Dettmer

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

 Finanzgruppe

Wenn Ihr Computer "streikt", sollten Sie

nicht lesen.

Sondern sich von uns helfen und beraten lassen. Wir schaffen Lösungen. So, dass Sie nicht lange nach dem Problem suchen und in aller Ruhe andere Dinge tun können.

Die Systemberater für Computer, Netzwerke und Peripheriegeräte.

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

„Volleyball ist ein guter Ausgleich“

Für Sätze wie „Omi on Tour“ oder „Das hier ist keine Liegewiese“ ist Maike Uller-Fürst in ihrer Volleyball-Mannschaft berühmt - wenn nicht sogar berüchtigt. Die engagierte Sportlerin ist die Volleyball-Trainerin für alles und jeden beim TV Eiche Horn und immer für einen Spaß zu haben. Dabei erleben ihre Mädels aus der 3. Damen - Bezirksliga die 50-Jährige als „hart, aber fair“, „positiv“, „ehrgeizig“ und „gastfreundlich“, die viele „kreative Übungen“ im Petto hat. Wenn sich Maike Uller-Fürst selbst als Trainerin beschreibt, fällt ihr da hingegen sofort das Wort „impulsiv“ ein, denn für ihre Mädels und für den Spaß sowie Erfolg setzt sie sich gerne ein.



Seit ihrem 14. Lebensjahr ist Maike Uller-Fürst begeisterte Volleyballerin und spielerisch aktiv in der Verbandsliga vom ATSV Scharmbeckstotel. Nach einem Bandscheibenvorfall war für sie klar, dass sie die Verbindung zum Volleyball auch langfristig irgendwie aufrechterhalten wollte. „Ich wollte auf die andere Seite der Bank und auch etwas über die Grundlagen erfahren“, sagt Maike, die selbst Zuspielderin ist und bereits dort gerne die Strippen zieht. „Das ist meine Wunschposition. Man muss schauen, wie seine Angreifer drauf sind. Der Zuspielder ist einfach der Kopf der Mannschaft.“

Maike Uller-Fürst

Da war es nur eine Frage der Zeit, wann sie ihre C-Trainerlizenz meisterte und nun schon seit einigen Jahren für den TV Eiche Horn aktiv ist. Zurzeit bildet sie sich sogar noch eine Stufe weiter, indem sie, wie sie selbst sagt, aus Lust und Laune die B-Lizenz erarbeitet. „Ich wollte mich selbst weiterentwickeln und auch über den Tellerrand gucken“, sagt Maike, die Volleyball wegen des intelligenten Spieles liebt. Von dieser eigenen Begeisterung und dem Engagement profitieren natürlich auch ihre Bezirksliga-Damen, die zwischen 16 und 30 Jahre alt sind. „Ich bin auch als Trainerin zielorientiert“, sagt Maike, die in erster Linie den Klassenerhalt mit ihren Mädels erreichen möchte. „Aber ich siege auch gerne.“ Dabei sei es oft nicht einfach, diese bunte Truppe von Schülerinnen, Studenten und Absolventen unter einen Hut zu bekommen. „Für mich ist es eine Herausforderung, sie zusammenzuführen“, sagt Maike, und dabei seien alle bei ihr willkommen. Für jeden Volleyball-Begeisterten würde sie einen Platz finden und die Spielerinnen dabei unterstützen, den Sprung in eine höhere Liga zu schaffen. „Für mich ist es toll, Volleyballerinnen nach oben zu schicken“, sagt Maike. „Wenn sie sich bei mir weiterentwickeln, ist das großartig.“ Ina Schulze



WIR WÜNSCHEN EUCH
EIN FROHES FEST
UND EINEN
GUTEN RUTSCH
INS NEUE JAHR

Unsere Öffnungszeiten an Heiligabend und
Silvester sind von 10:00 h bis 14:00 h.

Knochenhauer Str. 36-37 - 28195 Bremen

www.emsikey.de



www.facebook.de/EmSiKey

EMSIKEY

wilbri

Wir bringen Ihre Ideen zum Ausdruck

Siebdruck
Digitaldruck
Außenwerbung

Wilbri GmbH
Gutenbergstraße 11
28865 Lilienthal
Tel. 04298-27060
www.wilbri.de






»Freizeit-Mixed-Gruppe

Dramatische Abwehrschlachten, packende Duelle am Netz, verblüffende Technik und heroischer Einsatz um jeden Ball: alles was den Volleyballsport so faszinierend macht, wird aufgeboten - oder man versucht es zumindest. Jeden Montag (18.30 bis 20.30 Uhr, Curiestraße) und Freitag (20 bis 22 Uhr, Berckstraße) treffen sich zehn bis 14 Männer und Frauen der "Freizeit-Mixed-Gruppe", für die - bei allem Ehrgeiz - der Spaß am Spiel und am Miteinander im Vordergrund steht. Nachdem man sich über zwei Stunden schweißtreibend herausgefordert hat, werden die sozialen Kontakte beim obli-

gatorischen Gang in das Sportlerheim weiter gepflegt. Außerdem werden u.a. gemeinsam Turniere auf Amateurebene bestritten und in gemütlicher Runde das Weihnachtsfest vorgefeiert.

Entstanden ist die Gruppe, die heute aus einem festen Kern von circa 16 Mitgliedern besteht, bereits 1988. Die freundschaftliche und offene Atmosphäre und die breite Altersspanne (25 bis 60 Jahre) bieten einen idealen Rahmen für Bremer-Neuankömmlinge und Volleyballabstinenzler. 
Martin Zahl



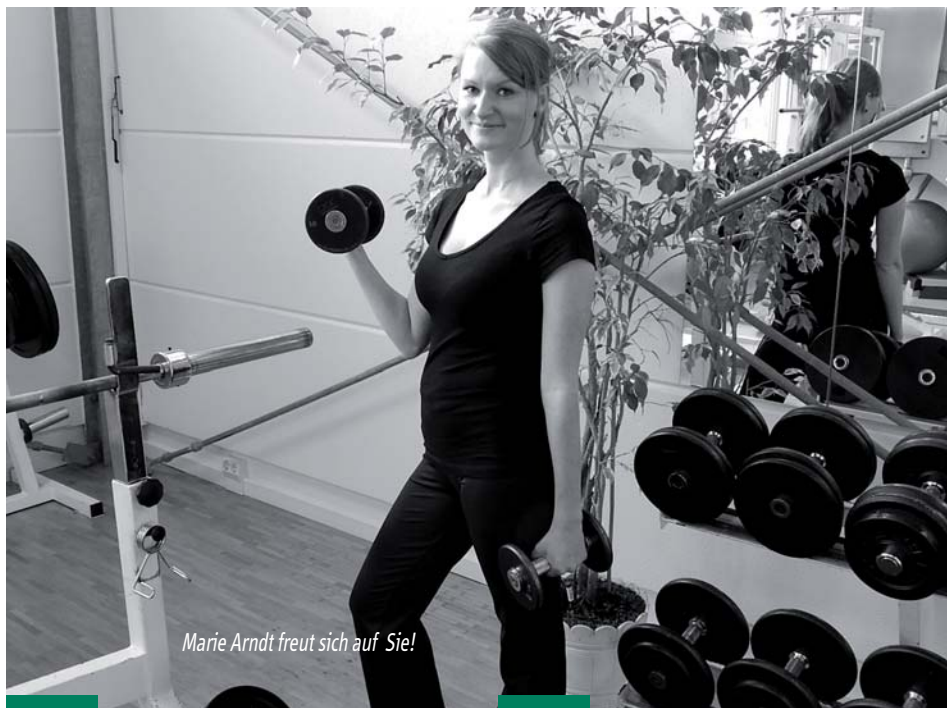
ebs

Martina Baumann-Walther
Fachbüro für kaufmännische
Komplettbetreuung
geprüfte Bilanzbuchhalterin
Lohn- und Gehaltssachbearbeiterin

Wir holen Sie da raus!

Wie – erfahren Sie im kostenlosen Erstgespräch.
Kontakt-Informationen: www.ebs-bremen.de

» Workshops im Maximum



Marie Arndt freut sich auf Sie!

01

Anfang des neuen Jahres startet das Maximum wieder sein winterliches Workshop-Programm. Für die Monate Januar und Februar liegen die Themen und Termine bereits vor:

Am 18. Januar starten wir das Programm mit einem Circuit-Training mit Marie. Der Workshop beginnt um 14.30 Uhr und endet um 16.00 Uhr. Als Circuit-Training bezeichnet man eine spezielle Methode des Konditionstrainings, bei der verschiedene Stationen nacheinander absolviert werden müssen. Es schult je nach Ausführungsmodalität schwerpunktmäßig die Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit oder Schnelligkeit.

02

Am 15. Februar folgt der zweite Workshop - Disco Fox mit Johannes. Es können sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene teilnehmen und neue Schritte und Kombinationen lernen. Auch dieser Workshop findet in der Zeit von 14.30 bis 16.00 Uhr statt.

Für beide Workshops wird eine Anmeldung erbeten. Das ist 14 Tage vor Beginn entweder telefonisch unter 231010 oder direkt im Maximum in der Berckstraße möglich. Die Teilnahme ist für Maximum-Mitglieder im Beitrag enthalten, Gäste zahlen EUR 8,-.

» Zweiter Kurs „Fit for Teens“

Aufgrund der stetigen Nachfrage gibt es ab Januar einen zweiten Kurs „Fit for Teens“.

Dieser Kurs richtet sich an trainingsinteressierte Jugendliche im Alter von 12 bis 16 Jahren. Sie haben durch den Kurs die Möglichkeit, an den Fitnessgeräten ihre Kraft und Ausdauer zu trainieren. Die Übungen finden unter der fachlichen Anleitung von Simon Jaschob statt.

Der Kurs findet immer dienstags in der Zeit von 18 bis 19.30 Uhr statt. Eine Anmeldung ist erforderlich. Der Kurs startet am 14. Januar und läuft über zehn Wochen, in den Ferien findet er in der Regel nicht statt. Mitglieder des TV Eiche Horn zahlen für die Teilnahme EUR 35,- Nichtmitglieder EUR 60,-. Weitere Informationen im Maximum und unter der Telefonnummer 231010.

» Weihnachtsgutscheine für das Maximum

Wie schon in den letzten Jahren gibt es auch diesmal im Maximum das perfekte Weihnachtsgeschenk für alle sportbegeisterten und gesundheitsbewussten Menschen.

Ab dem 1. Dezember können die Gutscheine im Maximum erworben werden. Man kann den Gutschein wunderbar verschenken, ihn aber auch für sich selber nutzen. Der Gutschein ist ab dem 1. Dezember, aber natürlich auch im Jahr 2014 einsetzbar. Vom ersten Trainingstag an gilt der Gutschein einen Monat lang. In diesen vier Wochen kann das komplette Angebot des Maximum genutzt werden. Zu Beginn der Laufzeit sollte jeder eine Einweisung in die Geräte in Anspruch nehmen, die bei dem Gutschein inklusive ist. Man bekommt einen Trainingsplan, an dem man sich während der Laufzeit orientieren kann.

Das Maximum stellt seine Trainer vor



Sina Cordsen

Seit September 2013 wird das Maximum-Team durch Sina Cordsen verstärkt. Die studierte Fitnessökonomin stärkt das Team mit ihrer Kompetenz und ihrer Persönlichkeit. Als ausgebildete Rehabilitationssporttrainerin und Trainerin für Medizinische Trainingstherapie unterstützt sie das medizinische Konzept des Maximum. Weitere Lizenzen als Personal- und Ernährungstrainerin und Kenntnisse als Kursleiterin vervollständigen die Vita von Sina. Demnächst ist Sina donnerstags von 18 bis 22 Uhr auf der Trainingsfläche des Maximum und vorher von 17 bis 17.45 Uhr als Leiterin einer Rehabilitationssportgruppe tätig.

EICHE HORN – mein Verein



„Rücken- und Wassergymnastik sowie Radfahren halten mich fit. In allen Gruppen herrscht eine gute Gemeinschaft.“

Ruth Wulff,
Gymnastik und Radwandern



» Unser Tanz durchs Leben

Hannelore (80) und Josef Mielke (89) haben sich dem Tanzsport verschrieben. Seit 20 Jahren bringen die beiden ehemaligen Turniertänzer von EICHE HORN als ausgebildete Seniorentanzleiter ältere Menschen in Schwung.

Montagvormittag in unserer Mehrzweck-Halle. Ein skandinavisch anmutendes Volkslied erklingt, rund 20 ältere Menschen bewegen sich an den Händen fassend im Kreis.

„Flüchtige Beobachter mögen das auf den ersten Blick für einen Ringelpietz mit Anfassen halten“, sagt Josef Mielke, „doch wer glaubt, hier würden sich ältere Menschen bei netter Musik ein Stündchen lang ein wenig bewegen,



irrt sich.“ Der ausgebildete Seniorentanzleiter: „Jeder, der hier mitmacht, hat im Laufe der Zeit bestimmte Schrittfolgen gelernt, nach denen jetzt getanzt wird.“

„Beim sogenannten geselligen Tanzen bewegt man sich nur nach Ansage“, ergänzt Mielkes Ehefrau Hannelore. „Das klappt wunderbar. Bevor eine Schrittfolge beendet ist, wird die nächste bereits angesagt.“ Vor allem Folklore-Tänze aus aller Welt stehen im Anfänger-Kurs auf dem Programm.

20 Jahre lang hat das in zahllosen Seminaren aus- und fortgebildete Seniorentanzleiter-Duo ältere Damen und Herren in Schwung gebracht. Doch Ende des Jahres ist Schluss, eine Nachfolgerin wurde in Margarita Ristau (59) gefunden. „Ich werde bald 90, der richtige Zeitpunkt für mich und meine Frau, auf die Bremse zu treten“, sagt Josef Mielke. Das „Karriere-Ende“ der ehemaligen Tanzsportler hat jedoch keine gesundheitlichen Gründe. Fit wie ein Paar Tanzschuhe

Hannelore und Josef Mielke auf dem Titel des HORNER vom April 1997

werden die beiden in der Fortgeschrittenen-Gruppe fortan „privat“ über das Parkett schweben. Hannelore Mielke: „Wir sind durch unser Leben getanzt und dadurch stets gesund geblieben. Nicht wenige kommen mit Wehwehchen hierher und gehen gut gelaunt nach Hause.“ Gesellig tanzen könne man bis ins hohe Alter.

Etwas bedauern die beiden jedoch: Das Verhältnis zwischen Damen und Herren liegt bei rund zehn zu eins. Dabei habe manch alleinstehender Herr beim Seniorentanz eine neue Herzensdame gefunden.

Auch die Mielkes haben sich auf dem Parkett kennengelernt. „Das war an Silvester 1950“, erinnern sie sich. Damals, als von Bremen aus erstmals Busfahrten ins Blaue angeboten wurden, funkte es im Saal eines Landlokals bei Bassum. „Wir waren schon ein wenig beschwipst, als wir über die Tanzfläche schwofften“, erinnert sich Hannelore Mielke.

An die schönen Zeiten als Gesellschaftstänzer erinnern sich die beiden ebenfalls gern: „Unsere Spezialität war der langsame Walzer. Wir sind viel herumgekommen, haben als Formationstänzer auch an Deutschen Meisterschaften teilgenommen.“ Sein Können wird das sympathische Ehepaar noch einmal im Juli nächsten Jahres unter Beweis stellen. Dann feiern die Mielkes ihre Diamantene Hochzeit. 🇩🇪

Udo Heikens



„Darf ich bitten?“

Tanzen Sie mit!

Mo. 10.30 bis 11.30 Uhr Tanzen für Anfänger

Mo. 11.30 bis 13.00 Uhr Tanzen für Fortgeschrittene

Mehrzweckhalle des TV Eiche Horn, Berckstraße

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



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*!



Haferwende 45 · 28357 Bremen

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



PETERSEN • OPTIK



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

BRILLEN · KONTAKTLINSEN
FERNGLÄSER

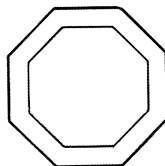



Foto: Raimund Teetz

» Starker Saisonauftakt für Floorballer

Die 1. Herren der Floorball Abteilung des TV Eiche Horn spielen in dieser Saison in der 2. Bundesliga. Während vergangene Saison die Mannschaft noch vom Trainerduo Kasche/Teetz trainiert wurde, sitzt Daniel Teetz nun allein auf der Trainerbank und Andreas Kasche steht wieder als Spieler auf dem Spielfeld. Die Saisonvorbereitung der Floorballer war geprägt von Schweiß und Anstrengung. Auf dem Trainingsplan stand in den Sommermonaten vor allem Ausdauer-, Kraft- und Koordinationstraining - wichtig für eine der schnellsten Sportarten der Welt. Am Ende des Sommers durften die Spieler dann aber doch wieder zu ihren Schlägern greifen, um Technik und Taktik zu trainieren.

Nach einigen Abgängen nach Abschluss der letzten Saison galt es eine neue Mannschaft zu formen, junge Spieler zu integrieren und ihnen mehr Verantwortung zu übertragen und erfahrene Spieler an ein neues Spielsystem zu gewöhnen. Der Saisonauftakt zeigte, dass sich die Arbeit in der Saisonvorbereitung gelohnt hat: Im ersten Saisonspiel gleich der erste Sieg, einen Tag später vor heimischen Publikum ein klarer Sieg im Pokal - so wünscht sich jeder Trainer den Saisonauftakt. Nach nun acht gespielten Ligapartien stehen die 1. Herren mit bisher nur einer Niederlage an der Spitze der Tabelle der 2. Bundesliga. „Wir dürfen uns nicht darauf ausruhen und hoffen, dass es so weitergeht, sondern müssen uns

stetig verbessern und weiterhin konzentriert und diszipliniert trainieren und spielen“, so Trainer Teetz.

Die nächsten Heimspiele (TV Eiche Horn Sportzentrum, Berckstr. 87) sind am:

11.01. (18 Uhr) gg. Frankfurt Falcons

08.02. (18 Uhr) gg. BW Schenefeld

22.02. (18 Uhr) gg. WFC Münster

Aber nicht nur die 1. Herren sind in ihre Saison gestartet, auch die Jugendteams und das Damenteam sind in ihren Ligen schon erfolgreich gewesen. In dieser Saison starteten gleich drei Jugendteams (U13, U15, U17) und die Damemannschaft in ihren jeweiligen Regionalligen. Zusätzlich haben sich die Mädchenmannschaften (U11 und U14) seit dem letzten Jahr etabliert und starken Zuwachs erfahren. Leider gibt es derzeit in unserer Region keine Mädchenliga, so dass die beiden Mannschaften wohl erst in der kommenden Saison am Spielbetrieb teilnehmen werden. Der Zuwachs der Abteilung ist derzeit sehr groß, so konnte die Mitgliederzahl im Vergleich zum Vorjahr um ca. 35% gesteigert werden. Immer mehr Kinder und Jugendliche haben Interesse an der Sportart und bleiben nach 1-2 Probetrainings meist gleich am Ball.

Daniel Teetz




Foto: Axel Heinbök

Michelle (weiß) und Svenja (blau) beim Grifftraining

» Svenja Seelen vs. Michelle Gröne

Zu einem vereinsinternen Finale kam es auf der Landesmeisterschaft der Bremer Judo-Frauen. In der Gewichtsklasse bis 63kg kämpften sich mit Svenja Seelen und Michelle Gröne zwei Judoka des Horner Leistungszentrums bis ins Finale vor. Dank einer erfolgreichen Wurftechnik verließ die favorisierte Svenja Seelen die Wettkampffläche als Landesmeisterin. Erfolgreich verteidigte Anna Jeske ihren Titel des Vorjahres in der Klasse bis 57kg.

Über den Titel des Landesvizemeisters freuten sich Michelle Gröne und Alena Cornelius. 

» Pia Sörensen vs. Tatjana Mense

Trainingspartner, Freundinnen und dennoch Gegner im Wettkampf – unter diesem Motto steht die Beziehung zwischen Tatjana Mense und Pia Sörensen. Häufig treffen die beiden Horner Nachwuchsjudoka in Finalkämpfen aufeinander. Jüngst auf der Landesmeisterschaft der Frauen U15. Nach ausgeglichenem Kampfverlauf setzte sich Pia Sörensen hauchdünn als Landesmeisterin der Klasse bis 57kg durch. Ungeschlagen blieb auch Antonia Jakel als frischgebackene Bremer Meisterin der Klasse bis 33kg.


Neben Tatjana Mense (-57kg) sicherte sich Alex Martinov (+66kg) den Vizetitel des Bremer Judo Verbandes. Annika Bast (-63kg), Anna Zirkelbach (-52kg), Inga Klimbert (-36kg), Peer Blohm (-60kg) und Jonas Oldenburg (-66kg) sicherten sich als drittplatzierte die Fahrkarte für die Norddeutschen Titeltkämpfe. 



Foto: Axel Heinbök

Tatjana (links) und Pia beim O Uchi Gari



Foto: Axel Heinbökel

» Samurai Cup 2013

1. Platz:

Joel Köper, Antonia Jakel, Tatjana Mense, Pia Sörensen

2. Platz:

Peer Blohm, Jonas Oldenburg

3. Platz:

Christoph Jakel, Samay Hofmann, Inga Klimbert,
Annika Bast, Edgar Bogdan,
Maximilian Cammann

» Tatjana Mense erobert Bonn

Als gutes Pflaster erwies sich die ehemalige Bundeshauptstadt Bonn für die Judoka der weiblichen U14 und U17.

Auf den äußerst stark besetzten Bonn Open sicherte sich Tatjana Mense die Silbermedaille in der Gewichtsklasse bis 57kg. Nach vier überzeugenden Siegen musste sie sich nur im Finalkampf ihrer niederländischen Kontrahentin beugen. Eine weitere Bronzemedaille für das Horner Team erkämpfte Madita Schädlich in der Klasse über 70kg. 🇩🇪

Judo-Kurse für Kinder & Jugendliche

Anmeldung und Informationen zu unseren neuen Schnupperkursen unter Tel.: 67378731

Der Einstieg ist für Jungen und Mädchen ab 5 Jahre möglich.



» Horner Judoka in Siegerlaune

Mit zahlreichen Platzierungen im Gepäck kehrte die Horner Judo Delegation vom internationalen Herbstturnier aus Frankreich zurück. Fünf Nationen schickten ihre Leistungsträger zum sportlichen Vergleich auf die Matte, darunter auch 14

Kämpfer in gelb-schwarz. Als Aushängeschilder der Bremer Vertretung entpuppten sich Pia Sörensen (U15/-57kg) und Emilie Schütz (U18/-63kg). Nach vier Siegen gegen erfahrene Kämpferinnen verließen beide die Wettkampfhalle als Turniersiegerin. Mit Antonia Jakel und Michelle Gröne (U18/-70kg) erkämpften sich zwei weitere Judoka des Horner Leistungszentrums die Finalteilnahme. Trotz starker Leistungen blieb ihnen der Turniersieg verwehrt.

EICHE HORN – mein Verein



„Training ist gut. Macht Spaß. Treffe viele Freunde hier.“

Peer Blohm,
Judo



Nur mit jeweils einer Halbfinalniederlage belastet, stellten sich Lydia Wullschläger (U18/-57kg), Niklas Jakel (U18/-55kg), Tatjana Mense (U15/-57kg) und Alexia Gaus (U18/-52kg) ihren Gegnern im „Kleinen Finale“, dem Kampf um Platz 3. Alle „kleinen Finale“ konnten gewonnen werden. Mit insgesamt acht Platzierungen demonstrierten die Horner Judoka Stärke und empfahlen sich für weitere internationale Einsätze.



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

» Herbstwanderung auf dem Goldsteig

21 muntere Wanderer des TV Eiche machten sich am 22. September mit dem Bus auf nach St. Englmar, um von dort in Etappen eine weitere Strecke des Goldsteigs zu erwandern. In diesem Jahr konnten wir zwei neue Wanderer in unserer Gruppe auf der Strecke von Falkenstein bis Wünnried begrüßen. Im Gasthaus Reiner im Ortsteil St. Englmar-Grün bezogen wir für eine Woche ein hervorragendes Quartier.

Gleich am ersten Wandertag, nach dem Besuch der Wallfahrtskapelle Tannerl, wanderten wir durch das Naturschutzgebiet Höllbachtal. Es ist ein wundervolles Tal mit Felsformationen mit Moos bewachsen, aber auch mit vielen Einschnitten und rutschigen Passagen bis zum Aufstieg auf den Leiblberg. Die 18 km hatten es in sich! Weitsichtige hatten schon mal ihre Stöcke dabei.

Gut, dass uns der Bus jeden Abend wieder zum Stammquartier zurück brachte. Hier nutzten einige die Sauna, bevor es sehr gutes bayrisches Abendessen gab. Es wurden Karten gespielt und auch lebhaft diskutiert. Schließlich interessierten sich alle für den Ausgang der Bundestagswahl.

Das Wetter gab sich alle Mühe, uns die Schönheit des Bayerischen Waldes genießen zu lassen. Wir hatten auf unseren Wanderungen schöne Blicke in die Donauebene und auf den Arber, den höchsten Berg des Bayerischen Waldes. Ein schöner Nachmittagsausflug brachte uns zum Waldwipfelweg, auf dessen 30 m Höhe man bei besserer Sicht bis zur Zug-



spitze hätte blicken können. Auch so waren die naturkundlichen Informationen sehr interessant, aber die Zeit leider viel zu kurz. Die abwechslungsreichen Wanderstrecken unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade führten uns durch offene Wiesenlandschaften, wo wir uns mit Obst und Nüssen stärkten. Idyllische Waldwege mit vielen Pilzen führten auch über drei Gipfel von über 1000m Höhe mit herrlichen Ausblicken in die Landschaft.

Auch die Kultur kam nicht zu kurz, denn wir besichtigten St. Englmar und Straubing mit Museum, Kirchen und dem Schloss. Nachmittags verlockten riesige Eisbecher und leckere Kuchen zum gemütlichen Verweilen. Einige ganz Mutige nutzten noch den Nervenkitzel der Sommerrodelbahn, die unserem Gasthaus gegenüber lag.

Es war wieder einmal eine tolle Wanderwoche und wir können Christa und Bodo nur DANKE sagen für die schöne Zeit.

Gisa Baumann





» Brustkrebs

Was für eine Diagnose. Von einer Sekunde auf die andere ist alles anders - die Welt aus den Fugen.

Brustkrebs. Was nun?

Jedes Jahr erkranken mehr als 74.000 Frauen in Deutschland an Brustkrebs. Es ist der häufigste Krebs bei Frauen und die Betroffenen sind im Durchschnitt 65 Jahre alt.

H. Hildebrandt war 60 Jahre alt, als sie die Diagnose gestellt bekam. Von Mammografie und ähnlich wichtigen Untersuchungen zur Vorbeugung wollte sie die ganzen Jahre nichts

wissen. Auf Drängen ihres Frauenarztes nahm H. Hildebrandt dann erstmals an einem Screening teil und der Befund war leider positiv.

Drei Mal wurde sie im großen Krankenhaus operiert, bevor sie zur Reha nach Sylt fuhr. Entlassen wurde H. Hildebrandt mit der ‚Auflage‘ Sport zu treiben. Sport? Und das nach dieser Krankheit? H. Hildebrandt hatte bis zu diesem Zeitpunkt keinen Sport betrieben und suchte nun auf Anraten der Ärzte nach einer Reha-Gruppe in ihrem Umfeld.

ELEKTRO-KLEMPNEREI

*Sanitäre Anlagen
Badrenovierung*

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

Thäte

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

Beim TV Eiche Horn gibt es seit 25 Jahren Reha-Sport für an Brustkrebs erkrankte Frauen. Elfriede Heidkamp, Vorsitzende der Reha-Abteilung, ist eine der Vorreiterinnen in Bremen, die sich engagiert und wegweisend für die Etablierung von Reha-Sport nach Brustkrebskrankung eingesetzt hat.


Als H. Hildebrandt vor elf Jahren eine Sportgruppe suchte, wurde sie von Elfriede Heidkamp herzlich aufgenommen. „Elfriede war damals die Seele der Gruppe“, so H. Hildebrandt. „Sie hatte immer ein offenes Ohr und kümmerte sich mit viel Engagement um ihre Schützlinge.“

H. Hildebrandt ist Mitglied der Reha-Sportgruppe, die sich am Mittwoch-Nachmittag um 16 Uhr in der Berckstraße trifft und seit zwei Jahren von Karola Wilken geleitet wird. Die Stunde beginnt mit einem 20-minütigen Aufwärmtraining, bevor die Handgeräte zum Einsatz kommen. Ob mit dem Dehnband oder auf dem großen Ball – es gibt viele Übungen, die den Spaß an der Bewegung fördern und die Beweglichkeit des operierten Brusttraumes trainieren. Nach der Sportstunde ist Klönen angesagt. Gibt es ernste Themen zu besprechen, zieht sich die Gruppe in den Clubraum zurück, um unter sich zu sein. Auch H. Hildebrandt hat diese ‚Gesprächstherapie‘ geholfen. „Ich habe vorher immer alles mit mir allein abgemacht. In der Reha habe ich gelernt, offen über den Krebs zu sprechen. Es hat mir sehr geholfen, alles ausgesprochen zu haben.“

Geht es den Frauen gut und sie freuen sich, sich zu sehen, gibt es einen Kaffee oder Tee im Wintergarten der Vereinsgaststätte. Hier werden dann auch die nächsten gemeinsamen Unternehmungen besprochen. Spargelessen, Kohlfahrt und ein Bummel über den Weihnachtsmarkt – wichtige und gesetzte Termine im Jahresablauf der Sportgruppe.

Überhaupt ist der Zusammenhalt in dieser Gruppe ein ganz besonderer. Die hinterlistige Krankheit hat die Frauen zusammengeschweißt – eine ist für die Andere da. „Wir sind nicht nur eine Sportgruppe - ich fühle mich hier aufgehoben“, so H. Hildebrandt.

Am 8. Januar 2014 feiert die Brustkrebsnachsorgegruppe ihr 25-jähriges Bestehen. Drei Frauen, die seit Gründung der Gruppe dabei sind, feiern selbstverständlich auch mit. Es gibt Kaffee und Kuchen im Wintergarten und natürlich einen schönen Klönschnack.

PS. Wer am Krebs sport teilnehmen möchte, benötigt eine ärztliche Verordnung (Formblatt 56), die von der Krankenkasse genehmigt werden muss. Mit dieser Verschreibung wird das Budget des Arztes nicht belastet! 

Sabine Heuke



Partner



Horner Reisebüro

Lust auf Urlaub!

Leher Heerstraße 134 (Ecke Wilh.-Röntgen-Str.)
28357 Bremen
Tel. (0421) 23 36 36

» Das Erfolgs-Jahr 2013

Die 1. Herren haben den Absturz der vergangenen vier Jahre abgefangen und der Neustart unter Führung von Ersin Benici trägt langsam Früchte. Hierbei hat entscheidend mitgeholfen, dass wir mit dem Einbau des A-Jugend Jahrgangs von Harald einen Grundstock für den Neustart legten.

Bei der Erneuerung unserer Herren-Mannschaft hat in dieser Saison auch die Mitarbeit unseres A-Jugend-Trainers Tomas Führer als Co-Trainer mitgeholfen. Zusätzlich zu seiner Trainerarbeit bei der A-Jugend und bei den 1. Herren hat Tomas auch bei wichtigen Spielen als Spieler mitgeholfen, wichtige Punkte zu holen.

Unsere 1. Herren steht kurz vor Ende der ersten Halbzeitsaison so gut da, dass wir es schaffen können, zum Saisonende wieder aufzusteigen.

Günstig für die 1. Herren ist es, dass wir auch wieder eine 2. Herren an den Start bringen konnten. Diese 2. Herren hat sich unserem Verein angeschlossen, nachdem sie mehrere Jahre in der "Wilden Liga Bremen" aktiv war. Ihr Wunsch nach einem regelmäßigen Spielplan hat sie, auf Vermittlung von Tomas, bei uns anfragen lassen.

Es hat sich auch beim TV Eiche Horn gezeigt, dass eine gute Herren-Mannschaft unbedingt einen guten Unterbau braucht.



Die erste Hilfe ist die Einrichtung einer 2. Herren-Mannschaft und noch wichtiger ist für die Zukunft eine zielgerichtete Arbeit in der Jugendarbeit. Die Jugend-Mannschaften haben sich in den vergangenen zwei Jahren fast durchgehend gut entwickelt. Dies ist ein Verdienst unserer langjährigen Betreuer und dass wir in diesen beiden Jahren neue Trainer mit guter Ausbildung, bzw. mit dem Ehrgeiz, sich durch Weiterbildung den Erfolg zu erarbeiten, gewinnen konnten.

Wir haben in allen Altersgruppen eine gute nachhaltige Entwicklung genommen und der Erfolg lässt sich langsam erkennen. Zum Ende der Herbstsaison schicken wir erstmals

Shirt Wash
Die Textil-Reinigung! Company

2x
in Horn

1x
LEHER HEERSTR. 136
(ehemals Reineke)

1x
EDISONSTR. 4
(ehemals Reineke)

WWW.SHIRTWASH.DE

ShirtWash ... für all' das, was man reinigen & waschen kann.



1. C-Jugend (Jahrgang 1999)

eine Juniorenmannschaft in die Verbandsliga (1.C) und hoffen auf eine zweite Mannschaft (A-Junioren), die es ihnen hoffentlich zum Saisonende gleichtun kann. Eine Junioren-Mannschaft in der Verbandsliga hat es bei Eiche Horn schon lange Jahre nicht mehr gegeben!!! Einen herzlichen Glückwunsch an die Mannschaften und ihre Betreuer.

Wenn man die Entwicklung bei den jüngeren Jahrgängen anschaut, könnte man hoffen, dass es in der Zukunft weitere Mannschaften der 1. C gleichtun können!

Für die Jugendarbeit IST ES ABER AUCH WICHTIG, dass wir unseren 2. und 3. Mannschaften eines Jahrgangs die gleiche Beachtung schenken. Hier auch einmal ein Dank an unsere Betreuer (von 15 bis 73 Jahre), die mit Begeisterung und gro-

ßem Aufwand sich um unsere Jugendlichen kümmern. Wir sollten hier einmal daran erinnern, dass sich die freiwilligen Betreuer mit einem großen Aufwand ehrenamtlich um die Jugend unseres Vereins kümmern und dafür Dank und Anerkennung aussprechen.

Wer hier gern mithelfen möchte, melde sich bei der Fußballabteilung oder komme an einem Montagabend ab 19.30 Uhr in unserem Abteilungsbüro in der Berckstrasse vorbei.

Von der guten Entwicklung unserer Mädchen- und Frauenmannschaften haben wir an anderer Stelle schon berichtet. Aber auch hier brauchen wir weitere Trainer und Betreuer.

Hinrich Blanken

Familienbetrieb
seit 1880



Bestattungen

Friedhofstr. 19
28213 Bremen

Tag & Nacht

Besuchen Sie uns auf

www.tielitz.de

Telefon 04 21-20 22 30 · www.tielitz.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 Stanke	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	Maike Buchenau	0173-4836761	x	
Schach	Erwin Troike	23 24 99	x	x
Schwimmen	Reinhard Behnsen	27 06 32	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	Lutz Burggraf	0174-21714819	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.: Heino Blome	427 63 59		x
	Sportl.: Bodo Schröder	25 29 85		x
Wassergymnastik	Carola Kanter	27 07 70		x
Yoga	Geschäftsstelle	23 40 60		x
Stand: 01.12.2013				

» Beitragszahlung 2014: Lastschrift verpflichtend!

Mit dem Jahreswechsel beginnt auch ein neues „Beitragsjahr“. Diesmal gibt es einige Neuerungen zum Beitragszahlungsverfahren.

Doch zunächst zur Beitragshöhe: Die Grundbeiträge wurden durch Beschluss des Hauptausschusses um durchschnittlich 1,8% erhöht. Dies entspricht etwa der allgemeinen Preisentwicklung. Die meisten Zusatzbeiträge bleiben dagegen konstant. Gemäß Antrag wurde aber der Zusatzbeitrag Wasser-Fitness um 5 € auf 75 € angehoben. Grund sind hier Kostensteigerungen für die Anmietung der Trainingszeiten in den Bädern. Die für 2014 gültige Beitragstabelle finden Sie in diesem HORNER SPORTMAGAZIN.

Neu ist vor allem, dass Beiträge und Zusatzbeiträge aufgrund der auf der Mitgliederversammlung im Februar beschlossenen neuen Satzung künftig ausschließlich durch Einzugsermächtigung (Lastschrift) zu begleichen sind (siehe § 7 der neuen Satzung). Dies spart uns ganz erheblichen Verwaltungsaufwand und hilft, sorgsam mit den Mitgliedsbeiträgen umzugehen. Alle Mitglieder, die bisher noch nicht per Lastschrift bezahlen, sind also aufgefordert, uns eine Einzugsermächtigung in Form eines SEPA-Lastschriftmandates (erhältlich in unserer Geschäftsstelle oder auf unserer Internetseite) zuzusenden.

Über die Umstellung des Zahlungsverkehrs auf das neue europäische System SEPA hatten wir ja bereits im letzten Horner Sportmagazin (S. 8-9) ausführlich hingewiesen. Bei Mitgliedern, von denen wir bereits eine „alte“ Einzugs-

mächtigung vorliegen haben, wandeln wir diese mit Wirkung ab dem 1.1.2014 automatisch in ein SEPA-Lastschriftmandat um (Beschluss des Hauptausschusses vom 7.11.2013).

Unsere Lastschriften erfolgen je nach von Ihnen gewählter Zahlungsweise als „wiederkehrende Zahlung“ 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.

Für Rückfragen steht die Geschäftsstelle gern zur Verfügung. Fred Siegart / Dietrich Behl



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

» Unsere Mitgliedsbeiträge 2014

Mitgliedsgruppe (Kurzbezeichnung)	halbjährlich	jährlich	per Lastschrift bis 01.02.
1) Erwachsene ab 21 Jahren	90,60 €	181,20 €	163,20 €
2) Kinder/ Jugendliche bis vollend. 21. Lebensjahr	45,30 €	90,60 €	81,60 €
3) Familie Maxi (mit Elternteil/en)	181,20 €	362,40 €	326,40 €
4) Familie Mini (nur Kinder/ Jugendliche)	90,60 €	181,20 €	163,20 €
5) Ehepaare	145,00 €	290,00 €	261,00 €
6) Studierende, Azubis, Wehr- und Freiw.-dienstleistende bis vollend. 27. Lj. (Nachweis) sowie Herzsportteiln. mit KK-Förderung u.ä	45,30 €	90,60 €	81,60 €
7) Auswärtige Studierende ab 80 km bis vollend. 27 Lj. (Nachweis)	27,20 €	54,40 €	49,00 €
8) Passive Mitglieder	27,20 €	54,40 €	49,00 €

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	15,50 €	31,00 €
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).

CAVANA

hallmanns restaurant



Weihnachten & Silvester

KLASSISCHE UND MEDITERRANE KÜCHE
GUTE WEINE VON LOWIN UND FRISCH GEZAPFTES KÖPI

montag bis sonntag 11.30 bis 15 Uhr und 17.30 bis 23 Uhr
samstagsmittag und sonntagabend geschlossen

leher heerstraße 76 | 28359 Bremen | tel. (0421) 236 366

www.cavana-restaurant.de

Gutes Sehen = Sicherheit

Contactlinsen-Institut



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



Die professionelle Anpassung mit dem Oculus Keratographen.

Ein hochpräzises Untersuchungsgerät, mit dem Ihre Hornhaut von einer Kamera aufgenommen wird. Bei der Auswertung dieser Bilder können wir Unregelmäßigkeiten der Hornhaut erkennen und die optimale Contactlinse für Sie auswählen



www.OPTIKER-FRICKE.de
Führerscheinsehteststelle nach StVO.