Vereinszeitung

26. Jahrgang Dezember 2021 Nr. 74

Viereff

...und mehr!

des Turnvereins Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

donnerstags 18:00 Zumba®

montags 17:00 Faszien-Training

freitags 9:00 Senioren-Yoga

donnerstags 9:30 Fit mit Baby

freitags 19:00 Fit durch Spiele - Männer Ü30

dienstags 18:30 Männerfitness - All in One

mittwochs 9:00/10:00 Wirbelsäulengymnastik

montags 18:45 Bodyforming

dienstags 20:00 Haltungstraining

mittwochs 16:00 Kinder-Yoga

… und noch viele weitere Angebote in unserer aktuellen Ausgabe!!!
Lasst euch inspirieren von diversen Fitness– und Gesundheitsangeboten und startet in EUER Sportjahr 2022.

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN im Turnverein Gut Heil Spaden

Nichts ist unmöglich
AUTO BOX

Stresemannstraße 283
27580 Bremerhaven
Telefon: 0471 9822-0

www.autobox-bremerhaven.de
info@autobox-bremerhaven.de

Ihre Hybrid-Experten
für Bremerhaven und umzu!

TOYOTA
NICHTS IST UNMÖGLICH

Liebe Sportfreunde, beachtet auch unsere Sonderseite 107

...in Sachen rund ums Auto gern für euch da!

TOYOTA
HYBRID
SPEZIALIST

Geschäftsführende Gesellschafter Fabian und Thomas Hornbogen

Bauunternehmen
Paul Loskan
Maurer- und Betonbaumeister

Planung · Beratung · Ausführung

Zur Hohen Lieth 7
27619 Spaden

Tel.: 0471 / 8 23 02
Fax: 0471 / 80 626 90
Handy: 0160 / 902 57 330

www.bauunternehmen-paul-loskan.de

Inhaltsverzeichnis

Wo finde ich was ?

Seite:		*Inhalt:*	
	4		**Redaktionelles**
	5		**Vorwort**
	7		**Aktuelles**
			• Korrektur Nachrufe
			• Nachruf Siegfried Hupe
			• Nachruf Klaus von Twistern
			• BM 3: Neue Sporthalle mit Geräteraum nach knapp einjähriger Bauzeit im Juli 2021 fertiggestellt
			• Hallenluft schnuppern in der neuen Sporthalle
			• Die Einweihung unserer neuen Sporthalle
	34		**Fitness**
	45		**Leichtathletik**
	52		**Wandern**
	54		**Spielmannszug**
	56		**Tennis**
	63		**Turnen**
	67		**Übungszeiten**
	71		**Radfahren - nur mit Muskelkraft**
	84		**Gesundheitssport**
	94		**Gerätturnen**
	101		**Tischtennis**
	107		**Bogenschießen**
	112		**Boule**
	118		**Handball**
	124		**Baseball**
	130		**Freud und Leid**
	132		**Vorstand und fachliches Angebot**
	134		**Impressum**

Redaktionelles

Hallo Vereinsmitglieder!

Mit der aktuellen Ausgabe der Viereff liegt die dickste Version aller Zeiten vor. Wir haben versucht, eine sehr bunte und breite Ausgabe zu erstellen, um euch zu animieren und allen Leser:innen einen Vorgeschmack zu geben auf das Sportjahr 2022. Schaut euch um und meldet euch zum neuen Kursprogramm an oder nehmt Kontakt zu den Gruppen auf, um den Jahresstart nicht zu verpassen. Sollte sich der Start Corona-bedingt verzögern, können wir euch dann informieren, sobald es losgeht.

Erneut liegt ein denkwürdiges Jahr 2021 hinter uns und leider auch eine ungewisse Zukunft vor uns. Schlagwörter wie Corona, Lockdown, Mund-Nasen-Bedeckung, Kontaktbeschränkung und Hygienekonzept haben unser Leben weiterhin maßgeblich geprägt.

Das Corona-Virus hat unser Zusammenleben erheblich beeinflusst und wird uns noch eine ganze Zeit beschäftigen. Vielleicht wird das Virus unsere Gesellschaft sogar nachhaltig verändern. Was das für unseren Verein bedeutet, bleibt abzuwarten. Wichtig ist für uns alle, dass wir mit Mut und Zuversicht in das neue Jahr gehen, um die Herausforderungen, die auf uns alle zukommen, versuchen zu bewältigen.

Das Jahr 2021 hat aber auch durchaus positive Ereignisse für unseren Verein bereitgehalten. Wir denken gerade an die Fertigstellung und Einweihung unserer langersehnten Sporthalle sowie die Belegung mit unseren Fitness– und Gesundheitsangeboten. Allen Beteiligten, Interessierten, Spendern, aber auch allen Mitgliedern sei an dieser Stelle noch einmal ein besonderer Dank ausgesprochen. Ihr alle seid die Säulen, die diesen Verein tragen und sorgt für unsere positive Außendarstellung weit über die Grenzen der Ortschaft hinaus.

Wir wünschen allen Vereinsmitgliedern und Freunden des Vereins ein besinnliches Weihnachten mit Euren Familien und einen „Guten Rutsch“ in das Jahr 2021.

Bleibt gesund und bis bald.

Eure Redaktion

Fröhliche Weihnachten

Die Redaktion der Viereff wünscht allen Leserinnen und Lesern ein fröhliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr 2022. Bleibt gesund und munter!

Vorwort

Liebe Vereinsmitglieder,

die Tage sind kürzer und das Sonnenlicht spärlicher geworden. Ein klarer Hinweis, dass das Jahr so langsam zu Ende geht. Und Zeit, ein wenig Rückschau zu halten.

In diesem Jahr haben wir uns einen sehr großen Wunsch erfüllt und die neue Sporthalle auf unserem Vereinsgelände fertiggestellt und in Betrieb genommen. Damit steht uns endlich etwas mehr Hallenraum für unsere vielfältigen Innensportarten zur Verfügung. Praktisch ohne Verzögerung stand die Halle genau zu dem Zeitpunkt bereit, als das allgemeine Sporttreiben wieder Fahrt aufnehmen konnte. In die Dankbarkeit, dieses ambitionierte Bauprojekt mit vielfältiger Unterstützung hinbekommen zu haben, mischt sich auch die Freude, dass unser Sportbetrieb insgesamt wieder ganz gut in Gang gekommen ist. Wir wollen auch alles tun, damit das ohne Unterbrechung weiterhin so bleibt. Um den Faden nicht wieder abreißen zu lassen, hatten wir zum Beispiel die Übungsstunden auch die Herbstferien über aufrechterhalten, wo es den entsprechenden Bedarf gegeben hat.

Im Schatten dieser großen Baumaßnahme ist die nahezu vollständig in Eigenleistung durchgeführte Modernisierung der Küche in unserem Vereinshaus kaum wahrgenommen worden. Wenn alles nach Plan gelaufen ist, konnten die Arbeiten rechtzeitig zur Adventszeit fertiggestellt werden, um dann das Vereinshaus nach der übergangsweisen Nutzung als Sportraum wieder zu bestuhlen und seiner eigentlichen Nutzung für Besprechungen und gesellige Zusammenkünfte unserer Sportgruppen zuzuführen. Dort wollen wir in Eigenregie der Nutzenden den Zusammenhalt in den Übungsgruppen, den Abteilungen und im gesamten Verein wieder stärken.

Mit der Fertigstellung dieser und der vorherigen Baumaßnahmen im Umkleide- und Sanitärbereich sollten wir uns alle noch einmal vor Augen führen, dass wir alle gemeinsam sehr viel Geld dafür ausgegeben haben und noch ausgeben müssen. Deshalb sollte es jedem Vereinsmitglied ein starkes Bedürfnis sein, unsere vereinseigene Sportanlage in einem neuwertigen Zustand zu erhalten. Dazu kann jeder seinen ganz persönlichen Teil beitragen, um Reinigungskosten gering zu halten und Renovierungs-

D&M
Glaserei & Handel
GLAS-NOTDIENST: 01 74 9 66 77 24
Nordenhamer Straße 7 – 27572 Bremerhaven
Tel.: 04 71 97 22 30 – Fax: 97 22 330
Glastüren – Duschen – Spiegel – Isolierglas –
Einbruchschutz – Sonnenschutz – Kunststoffe
www.glaserei-bremerhaven.de

Vorwort

arbeiten möglichst weit in die Zukunft zu schieben.

Nicht weiter auf die lange Bank schieben wollen wir dagegen den Wiederaufbau des Unterstandes und die Neugestaltung des Zugangs zum Vereinsgelände, wenn denn die Baugenehmigung nach der vorherigen, aufwändigen Änderung des Bebauungsplanes endlich vorliegt. Im Frühjahr 2022 wollen diese Baumaßnahme in Angriff nehmen. Parallel dazu werden wir die zunächst letzte größere Baumaßnahme planen, den Gang zwischen der Sporthalle und den Umkleide- und Sanitärräumen zu verschließen. Wenn die notwendigen Zuschüsse genehmigt sind, kann diese Baumaßnahme dann 2023 zur Ausführung gelangen.

Ein wenig vorausschauend hätten wir dann noch rechtzeitig zum 125-jährigen Vereinsjubiläum im Jahr 2024 die mehrjährige Umgestaltung unserer Vereinsgebäude abgeschlossen.

Ihr seht, es gibt immer noch wieder etwas zu. Das Gleiche gilt für die eigene Fitness. Daran kann man und muss man auch ständig arbeiten. Nehmt euch doch einfach etwas Passendes aus unserem vielfältigen Angebot für das neue Jahr vor.

Bis es so weit ist, genießt aber zunächst die besinnliche Weihnachtszeit und den Jahreswechsel.

Wir wünschen euch alles Gute, aber vor allen Dingen Gesundheit für 2022!

Euer Vorsitzender

Uwe Jobs

und euer Sportwart

Jürgen Schmitt

ZUR ERINNERUNG

HEIKO BAUMANN

*25. JUNI 1949 ✝27. FEBRUAR 2021

Leider wurde in der letzten Ausgabe der Viereff (Ausgabe 73) das Bild von Heiko Baumann versehentlich dem Nachruf auf Werner Berg zugeordnet.

ZUR ERINNERUNG

HEINZ KYNAST

*14. JULI 1949 ✝2. MÄRZ 2021

In der letzten Ausgabe wurde leider bei dem Nachruf auf Heinz Kynast ein falsches Geburtstagsjahr angegeben. Heinz ist im Jahr 1949 geboren, also im 72. Lebensjahr verstorben.

Wir bitten für unsere Fehler vielmals um Entschuldigung und hoffen, dass wir derartige Fehler zukünftig vermeiden können.

ZUR ERINNERUNG

KLAUS VON TWISTERN

*23. JULI 1959 ✝30. SEPTEMBER 2021

Am 30. September verstarb unser Vereinsmitglied Klaus von Twistern, der seit 1968 über 50 Jahre unserer turnerischen und sportlichen Gemeinschaft angehörte.

Er hatte in der Familie die verbindende und bindende Kraft des Vereinslebens für den privaten Bereich und für den größeren Bereich des gesamten örtlichen Gemeinschaftslebens kennen gelernt. Sein Vater Christopher von Twistern war nicht nur für ihn, sondern für viele Menschen in Spaden ein leuchtendes Vorbild für ehrenamtliches Denken und Handeln, für bürgerschaftliches Engagement. Sein Name bleibt bis heute mit dem Bau der ersten Friedhofskapelle, die 1949 in freiwilliger Gemeinschaftsarbeit gebaut wurde, verbunden.

Für Klaus von Twistern war es beinahe selbstverständlich, dass er als Spadener Junge von seinen Eltern zum Kinderturnen in den Spadener Turnverein geschickt wurde. Hier erkannte er dann selbst auch sie die positiven Seiten regelmäßiger Bewegung und fröhlicher Geselligkeit in der Vereinsgemeinschaft. Er wurde aktiver Handballspieler und gab das, was Übungsleiter ihm an Ausbildung und Betreuung mitgegeben hatten bald auch selbst als Übungsleiter und Betreuer an jugendliche und erwachsene Spielerinnen und Spieler weiter. Er übernahm Mitverantwortung bei der Organisation und Durchführung eigener und beim Besuch auswärtiger Turniere.

Seine sportlichen Aktivitäten beendete er beim Boulespiel und er beendete es mit einer Liebeserklärung an das neue Angebot unseres Vereins. „Ich liebe dieses Spiel.“ Ausdruck von Freude, wie sie deutlicher, spontaner und ehrlicher nach einem gelungenen und passendem Wurf nicht sein konnte.

Er war ein Mensch, der erkannte, dass ein Verein nicht nur Angebote an seine Mitglieder macht, sondern außer einem finanziellen Mitgliedsbeitrag von Zeit zu Zeit auch einen persönlichen Beitrag bei Gemeinschaftsaufgaben erwarten darf. Klaus von Twistern machte noch beim Schneiden der Hecke auf dem Sportplatz mit, als er bereits von der Krankheit gezeichnet war.

Sein Spitzname Mausi, den seine Mutter ihm als Jungen gab, weil er im Hause so schnell und leise wie eine Maus von oben nach unten kam, begleitete ihn über die Kindheit und Jugend hinaus bis ins Erwachsenenalter. Er war

Ausdruck und Zeichen besonderer Wertschätzung für einen gütigen Menschen, den man mochte und gleichwohl respektierte.

Wir sind Klaus von Twistern, unserem Mausi, dankbar, dass er die Gemeinschaft unseres Vereins wählte, um Bewegung und Geselligkeit zu finden. Wir bedanken uns für seine Treue, die wir besonders schätzen und würdigen, weil sein Bekenntnis zu unseren Zielen über das aktive Mitmachen hinaus bis an sein Lebensende Gültigkeit hatte.

Werner Kamjunke

ZUR ERINNERUNG

SIEGFRIED HUPE

*29. MAI 1945 ✝15. OKTOBER 2021

Am 15. Oktober verstarb unser Turnbruder Siegfried Hupe, der seit 1959 62 Jahre unserer turnerischen und sportlichen Gemeinschaft angehörte.

Siegfried Hupe gehörte zu den jungen Leuten, die für die Gnade der späten Geburt vier Wochen nach dem furchtbaren Weltkrieg dankbar sein durften, die aber trotzdem noch durch Not und Entbehrungen der Nachkriegszeit aber auch von deutlichem Aufbauwillen geprägt wurden.

Als Siegfried Hupe 1959 Mitglied unseres Vereins wurde, waren nicht besonderer Bewegungsdrang oder sportliches Leistungsstreben die Triebfedern, sondern der Wunsch und die Bereitschaft, mit Gleichaltrigen zu einer Gemeinschaft zu gehören, die gemeinsam Musik machte und eigentlich auch nur in und als Gemeinschaft in Erscheinung treten konnten.

Siegfried Hupe machte keine Schlagzeilen wegen besonderer sportlicher Leistungen, aber er teilte mit uns die Gemeinschaftserlebnisse großer und kleiner Turn- und Sportfeste und volkstümlicher Veranstaltungen unserer Gegend und Heimat.

Sowohl Siegfried selbst als auch seine Frau Helga fühlten sich wohl in unserem Verein, bekannten sich zu seinen vielseitigen turnerischen Zielen, zu denen seit über hundert Jahren in unserem Verein auch das Fachgebiet Musik und Spielmannswesen gehört, erlebten in seiner Gemeinschaft fröhliche Geselligkeit.

Siegfried Hupe spielte als Trommler seinen Part in der musikalischen Gemeinschaft, es gab kaum einen Übungsabend im benachbarten Haus der Begegnung in der Friesenstraße, kaum einen Einsatz im Ort beim Schützenfest oder beim Laternenumzug oder ein Kreissportfest, an dem Siegfried Hupe nicht beteiligt war. Als besonderen Höhepunkt erlebten er und Helga zusammen mit dem Spielmannszug die Reise in die USA und die Teilnahme an der Steuben-Parade in New York.

Siegfried Hupe war nicht nur Teilnehmer, sondern auch Teilgeber. Er war kein Mann der lauten Töne. Wir schätzten seine ruhige, aber stets freundliche und gesellige Wesensart.

Er war ein Mensch, der erkannte, dass ein Verein nicht nur Angebote an seine Mitglieder macht, sondern außer einem finanziellen Mitgliedsbeitrag von Zeit zu Zeit auch einen persönlichen Beitrag bei Gemeinschaftsaufgaben er-

warten darf.

Siegfried Hupe übernahm Mitverantwortung, als er sich 1996 bereit erklärte, die Leitung des Spielmannszuges zu übernehmen. Er tat das sechs Jahre mit dem einstimmigen Vertrauen seiner Turnfreunde. Er beteiligte sich an Gemeinschaftsarbeiten des Vereins oder half als guter Handwerker gern auch mal mit Rat und Tat bei Freunden seinen Vereins und seines Spielmannszuges.

Wenn wir uns künftig auf unserem Sportplatz auf den stabilen Bänken an ebenso stabilen Tischen niederlassen, dürfen wir gern an den Erbauer Siegfried Hupe denken.

Für seine 25- und 50-jährige Treue wurde Siegfried Hupe 1984 mit der silbernen und 2009 mit der goldenen Ehrennadel ausgezeichnet. Für seine Verdienste um Musik und Spielmannswesen im Deutschen Turner-Bund wurde er im Jahre 1999 mit dem Ehrenbrief und der goldenen Ehrennadel des Vereins und im Jahre 1988 mit der Ehrennadel der Bundesvereinigung Deutscher Blasmusiker Verbände BDBV ausgezeichnet.

Wir sind Siegfried Hupe dankbar, dass er die Gemeinschaft unseres Vereins wählte, um Gemeinschaft und Geselligkeit zu finden und zu empfinden. Wir bedanken uns für seine Treue, die wir besonders schätzen und würdigen, weil sein Bekenntnis zu unseren Zielen über das aktive Mitmachen hinaus bis an sein Lebensende Gültigkeit hatte.

Wir und ich werden Siegfried Hupe sehr vermissen als Vereinsmitglied, als Spielmann, als Turnbruder, als Menschen, der freundlich lächelnd grüßte, oder schnell mal ein paar Worte "snackte", wenn man an seinem Hause vorbeikam.

Werner Kamjunke

Wir machen das . . .

▲ Wärmedämmung
▲ Senioren-Service
▲ Verkauf von Tapeten und Teppichboden
NEU Winterdienst

▲ Tapezier- und Malerarbeiten
▲ Dachreinigung- u. Beschichtung
▲ Schimmelpilz-Bekämpfung

Helmut Lobitz
Renovierungen im und rund ums Haus
SPADEN · Schierholzweg 39 · Tel (0471) 80 42 78 · Fax (0471) 48 38 190
www.ihr-renovierer-lobitz.de

Baumaßnahme 3: Neue Sporthalle mit Geräteraum nach knapp einjähriger Bauzeit im Juli 2021 fertiggestellt - Lagebericht -

Anknüpfend an den Lagebericht über den Stand der Bauarbeiten für unsere neue Sporthalle mit Geräteraum in der letzten Viereff-Ausgabe Nr. 73 vom August 2021, können wir nun mit großer Freude mitteilen, dass die **Fertigstellung** nach knapp einjähriger Bauzeit planmäßig im **Juli 2021** erfolgt ist. Lediglich die Verlegung des flächenelastischen Sportbodens, die Montage der umlaufenden Prallwand und die Feldlinien für Badminton, Volleyball und Basketball mussten noch vollendet werden.

Geräteraum

Am **15.07.2021** erfolgte die **Bauabnahme** mit dem GU mit wenigen Restmängeln, die im Verlauf des August 2021 behoben werden konnten. Nach der **Endreinigung am 19.07.2021** und dem **Einrichten des Geräteraumes am 22.07.2021** konnte die **Sporthalle am 24.07.2021 mit einem vereinsinternen Schnuppertag in Betrieb** genommen werden (siehe separater Bericht von Jürgen Schmitt auf Seite 21). Die Rückmeldungen der Vereinsmitglieder und Gäste waren allesamt positiv.

Zuvor wurden neue Schließzylinder in alle Gebäudetüren eingebaut und die Schlüssel an die Übungsleiter für ihre betreffenden Schließbereiche übergeben.

Noch vor der Inbetriebnahme konnte die straßenseitige Fläche vor der Halle in Eigenarbeit gepflastert und ein 1,60m hoher Schutzzaun samt eines gleichhohen 4m breiten Zufahrtstor von der Firma Büsing aufgebaut werden. Da dieses Tor nur noch Liefer- und Rettungsfahrzeugen vorbehalten ist, bleibt es für den übrigen Zutritt geschlossen. Der Zugang zum Vereinsgelände erfolgt ausschließlich über den Parkplatz. Um einen sicheren Verkehr zu gewährleisten, wird die derzeitige südliche Zufahrt nur Personen und Fahrrädern vorbehalten und die nördliche Zufahrt für PKW geöffnet sein.

Treckereinsatz mit Bernd Hencken

An den Pflasterarbeiten an der Straßenseite haben sich **dankenswerterweise** beteiligt: Friedhelm Bräuer, Matthias Coordes, Bernd Hencken, Kerstin Palme, Georg Palme, Manfred Schmiedel und Jürgen Schmitt.

Bevor es jedoch mit den Pflasterarbeiten losgehen konnte, mussten erst Berge „geretteter“ Pflastersteine sortiert und von Sand befreit werden. Für die Übernahme dieser Arbeiten geht unser **Dank an**: Daniel Becker, Rainer Biermann, Maurice Dürdoth, Phil Forner, Claudia Gundermann, Jörn Hoops, Niklas Jobs, Uwe Jobs, Oliver Kämmerer, Uwe Menge, Kerstin Palme, Nico Richter, Andre von Riegen, Hans Rhomberg, Manfred Schmiedel, Luis Steencken, Martin Steencken, Hans-Dieter Stark und Rolf Treusch.

Ebenfalls in Eigenarbeit wurden weitere Außenarbeiten durchgeführt. An der Nord- und Ostseite wurde am Sockel der Halle ein Schotterbett zur Vermeidung von Verschmutzungen durch Spritzwasser angelegt. Der Basaltschotter und das Unterlegfließ wurden von der **Firma CHAMAR** der Familie Werner gespendet. Dafür **herzlichen Dank!**

Weiterhin wurde der östliche Bereich vor dem Hallenflur gepflastert, an das vorhandene Gelände nahtlos angepasst und ein ursprünglicher Bouleplatz direkt vor der schützenden und Scheinwerfer-beleuchteten, östlichen Hallenwand reaktiviert sowie die davor liegende Bodenfläche für eine Neueinsaat mit Rasen im nächsten Frühjahr kultiviert. Durch den unermüdlichen Einsatz der freiwilligen Helfer konnte der Großteil der Außenanlagen damit wieder ansprechend hergerichtet werden. Ein großes **Dankeschön** geht an: Friedhelm Bräuer, Axel Ganse, Hans-Dieter Gercken, Eckard Gildehaus, Peter Klein, Dietmar Ledwig, Jürgen Jeltsch, Horst Meyer, Werner Meyer, Hermann Moje, Achim Rywak, Manfred Schmiedel, Jürgen Schmitt, Mario Wetjen und Hans-Dieter Stark.

Aktuelles

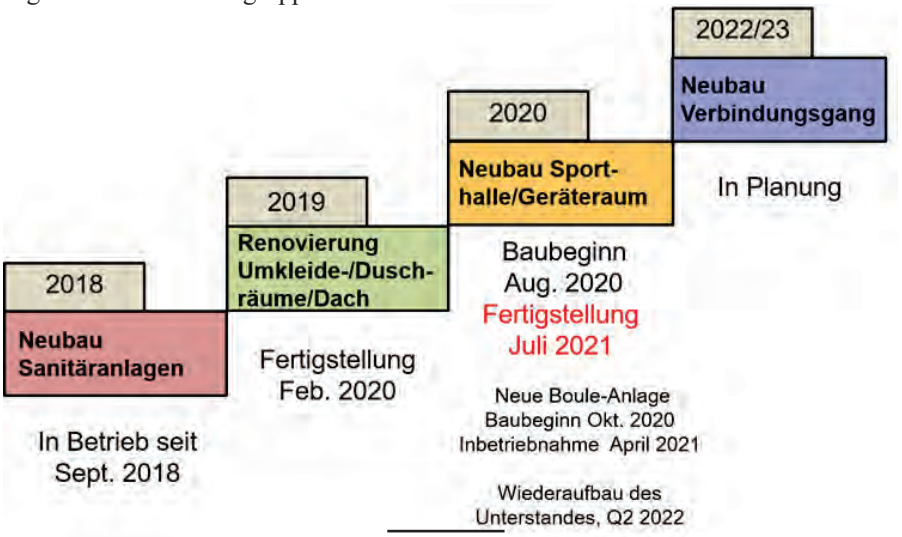
MEYER
Bauunternehmen
Weißdornweg 12
27619 Schiffdorf-Spaden
Tel.: 0471 / 8 93 92 81
Fax: 0471 / 8 93 92 82

Zur Vollendung der Außenanlagen im Umfeld der Halle bleibt für nächstes Frühjahr lediglich noch die Zufahrt und den Bereich zu der zweiflügeligen Notausgangstür am südlichen Hallenende höhenmäßig anzugleichen und zu pflastern. Dafür hoffen wir noch einmal auf den Einsatz fleißiger Mithelfer.

Am **10.09.2021** konnten wir die lang ersehnte **Einweihung** unserer neuen Sporthalle mit einer kleinen Feierstunde begehen und offiziell seiner Bestimmung übergeben (siehe separater Bericht von Uwe Jobs auf Seite 25).

Inzwischen findet das neue Platzangebot im Zentrum für Fitness und Gesundheit unseres Vereins bereits großen Anklang bei bestehenden und vielen neuen Sportangeboten, wie z. B. Yoga, Pilates, Badminton, Zumba®, Haltungstraining und Fitness und lastet die Halle damit bereits um ca. 40% in den Kernzeiten aus. Das zeigt uns, dass wir mit dieser Investition den richtigen Weg eingeschlagen haben, um unseren bestehenden und künftigen Vereinsmitgliedern aller Altersgruppen auch für die Zukunft ein umfassendes und zeitgemäßes Angebot anbieten zu können.

Wie die folgende Darstellung zeigt, haben wir die Treppe unseres **Sportstättenkonzeptes** fast erklommen. Neben der Fertigstellung der Sanitäranlagen, der Umkleide- und Duschräume sowie der Sporthalle bleibt zur Vollendung noch der Bau des geschlossenen Verbindungsganges zwischen den Räumlichkeiten. Die Planungen dazu finden in der ersten Jahreshälfte 2022 statt mit dem Ziel, die notwendigen Unterlagen und Kosten für die Abgabe der Förderanträge bis Ende August 2022 erarbeitet zu haben. Mit einem positiven Votum der Mitglieder in der Jahreshauptversammlung 2023 können wir dann die Bauaufträge erteilen und gegen Ende 2023 mit der Fertigstellung rechnen. Bis dahin müssen wir uns noch mit den derzeitigen Gegebenheiten arrangieren und den immerhin schon überdachten Weg zwischen den Räumen - zumindest in der kalten Jahreszeit - schnellen Schrittes überwinden.



Die seit dem Frühjahr intensiv und mit großer Zufriedenheit genutzte neue **Bouleanlage** mit vier Spielfeldern soll für den Ganzjahresbetrieb mit einer Lichtanlage ausgestattet werden. Dazu werden noch in diesen Jahr zwei Lampenmasten für die Spielfeld- und Wegebeleuchtung aufgestellt und an das bereits verlegte Stromkabel angeschlossen.

Für den Wiederaufbau des **Unterstandes** am zentralen nördlichen Vereinsgelände im Eingangsbereich zum Sportplatz, zwischen den Tennisplätzen und der Laufbahn, ist ein Änderungsantrag des Bebauungsplanes bei der Gemeinde Schiffdorf erforderlich gewesen. Der zeitintensive Genehmigungsprozess und die anschließende Bearbeitung des Bauantrages haben zur Folge, dass wir mit dem Wiederaufbau erst im Frühjahr 2022 beginnen können.

Nach wie vor bedauern wir sehr, dass wir bisher aus den bekannten pandemischen Gründen noch keine zünftige Einweihungsfeier für unsere Mitglieder, Unterstützer, Interessierten und vor allem die vielen Helfer durchführen konnten. Wir geben aber die Hoffnung auf eine Normalisierung des gesellschaftlichen Lebens im neuen Jahr nicht auf und wünschen euch für die kommende kalte Jahreszeit viel „Fitness und Gesundheit“, vielleicht mit Unterstützung der geeigneten sportlichen Angebote und neuen Möglichkeiten in unserem Verein.

Manfred Schmiedel
für den Bauausschuss

Hallenluft schnuppern in der neuen Sporthalle

Nach der Fertigstellung der vereinseigenen Halle startete der praktische Übungsbetrieb Ende Juli. Da die offizielle Einweihung der neuen Halle erst am 10. September stattfinden konnte, sollte der Start des Übungsbetriebes aber nicht ohne eine dem besonderen Anlass entsprechende Veranstaltung geschehen.

Aus diesem Grund fand am Samstag, dem 24. Juli 2021, ein Schnuppertag für alle Mitglieder statt. An diesem Tag konnten unsere Vereinsmitglieder nicht nur die frische Hallenluft schnuppern und dabei die neue Sporthalle besichtigen, sondern sich auch gleich vor Ort sportlich betätigen. Sportwart Jürgen Schmitt hatte zusammen mit mehreren Übungsleiterinnen und Übungsleitern ein **attraktives Mitmachprogramm** geschmiedet, das für alle Altersgruppen die Möglichkeit bot, die neue Sporthalle an der Jahnstraße kennen zu lernen.

Am Vormittag konnten sich Kinder und Jugendliche unseres Vereins mit Tischtennis und Koordinationsangeboten austoben. Unter der Anleitung von Tischtennis-Trainer Daniel Becker wurden Ballgewöhnung und erste

Übungen mit dem Tischtennisschläger vorgestellt. In der anderen Hallenhälfte hatten die Kinder die Gelegenheit ihre koordinativen Fähigkeiten mit Luftballons, an kleinen Kästen und einer Koordinationsleiter auszuprobieren. Mehrere Kinder nutzten mit ihren Eltern zusammen die Gelegenheit, auf diese Art die Halle aktiv kennen zu lernen.

Nach der Mittagspause ging es Schlag auf Schlag weiter. Im halbstündigen Wechsel wurde angeboten:

- **Wirbelsäulengymnastik** für Ältere mit Maren Dahnke
- **Fitness für jedermann** mit Kim Grenzer
- **Senioren-Yoga** mit Fred Ludwig
- **Bodyforming** mit Martina Treusch
- **Badminton** mit Wolfgang Gräber

Neben diesen Aktivitäten in der Halle konnten die Vereinsmitglieder im Außenbereich am Vormittag ihr **Sportabzeichen** ablegen und am Nachmittag einen Einblick in das **Boulespiel** gewinnen.

Allen beteiligten Übungsleiterinnen und Übungsleitern sowie den weiteren Mitorganisatoren sei an dieser Stelle für diese besondere Aktion gedankt. Auch wenn die Beteiligung aus den Reihen unseres Vereins weitaus größer hätte ausfallen können, so war diese Art der Halleninbetriebnahme ein voller Erfolg. Die Mitwirkenden waren voll des Lobes über die Größe und Ausstattung der Halle, welche man von außen nicht vermutet. Gleichzeitig konnte der

Vorstand mit dieser Aktion über die neuen Sportangebote informieren und Fragen zum Hallenbau beantworten.

Inzwischen läuft der Übungsbetrieb in der vereinseigenen Sporthalle an der Jahnstraße schon fast im Routinebetrieb. Die Übungszeiten ab dem späten Nachmittag bis in die Abendstunden sind an allen Wochentagen so gut wie besetzt. Auch vormittags treiben einige Übungsgruppen bereits Sport. Allerdings haben wir hier noch weitere Möglichkeiten, die sicherlich in nächster Zukunft ausgenutzt werden. Von daher appelliere ich an die Leserinnen und Leser der Vereinszeitung Viereff:

Nutzt das erweiterte Sportangebot in der neuen Halle und schließt euch einer Übungsgruppe an! Sprecht mit euren Bekannten und Freunden und überredet sie, sich unserem Verein anzuschließen!

Jürgen Schmitt
Sportwart

Die Einweihung unserer neuen Sporthalle

Liebe Vereinsmitglieder, nach mehrjähriger Planung und knapp einjähriger Bauzeit konnten wir am 10. September 2021 die Einweihung unserer vereinseigenen Sporthalle begehen.

Aufgrund der pandemiebedingten Einschränkungen musste der Kreis der geladenen Gäste begrenzt werden. So ergingen Einladungen an:

- Architekturbüro Brockmann & Tolan
- Fa. MB Management und Baubetreuungs GmbH als Generalunternehmer
- Meyer Bauunternehmen GmbH
- Land Niedersachsen
- Landessportbund Niedersachsen e.V.
- Kreissportbund Cuxhaven e.V.
- Gemeinde Schiffdorf
- Landkreis Cuxhaven
- Volksbank Geeste-Nord eG als finanzierende Bank
- Spenderinnen und Spender, die unsere Baumaßnahmen ‚Sporthalle' sowie ‚Umkleide- und Sanitärgebäude' unterstützt haben
- unsere Sportnachbarn
- Mitglieder des erweiterten Vorstandes.

Vor Ort begrüßt wurden dann etwa 60 Gäste zunächst musikalisch durch unseren Spielmannszug unter der Leitung von Andree Rywak, verstärkt durch Spielleute aus Surheide und Loxstedt.

In der Halle boten dann Stelzenläuferinnen aus der Fit-ab-8-Gruppe von Kurt Froese einen interessanten Anblick.

Der Niedersächsische Minister für Inneres und Sport Boris Pistorius, Landrat Kai-Uwe Bielefeld und der Landessportbund waren leider nicht vertreten. Um so mehr freuten wir uns über den Besuch des Bürgermeisters der Gemeinde Schiffdorf Klaus Wirth und des Ortsbürgermeisters Wolfgang Kothe, den Vorsitzenden des Kreissportbundes Cuxhaven Rüdiger Sauer, den Geschäftsführer des Kreissportbundes Cuxhaven Maik Schwanemann, den ersten Vorsitzenden des SC Lehe-Spaden Frank Kuthning und den Vorsitzenden des Vereins der Freunde und Förderer des Handballsports in Spaden Bernd Burandt. Weiterhin waren viele Mitglieder des erweiterten Vorstandes, viele Spenderinnen und Spender sowie der geschäftsführende Vorstand erschienen.

In meiner Ansprache habe ich auf die Besonderheit dieses Tages in der bisherigen 122-jährigen Vereinsgeschichte des TV Spaden hingewiesen. Die Einweihung einer vereinseigenen Sporthalle dürfte auch weiterhin insgesamt ein eher selten anzutreffender Anlass bleiben.

Der Weg dorthin war lang. Die Vorstände des TV Spaden hatten sich schon viele Jahrzehnte dafür eingesetzt, dass eine Zwei-Feld-Sporthalle in Spaden gebaut werden sollte, um der Hallenplatznot zu begegnen und eine wettkampfgerechte Halle mit Tribüne zur Verfügung zu haben. Während der Amtsübernahme des jetzigen Vorstandes schien das Ziel zum Greifen nah. Es gab Hallenbesichtigungen, Konzepte, Angebote, Spendeninitiativen und die mutige Zusage des TV Spaden für eine hohe Eigenbeteiligung an dem Hallenbau. Im Sportzentrum Spaden bestand bereits ein Baufenster, das für die neue Sporthalle vorgesehen war. Viele werden sich noch an unsere große „Wir-alle-für-die-Halle“-Aktion an dieser Stelle erinnern.

Doch alle Euphorie half nichts. Im November 2014 wurde leider deutlich, dass die Gemeinde Schiffdorf praktisch kein Geld zum Bau einer neuen Sporthalle in Spaden als verfügbar ansah. Die Enttäuschung im Vorstand, im Verein und im Ort war riesengroß.

Aber aus dieser Enttäuschung heraus entstand eine Neuorientierung im Vorstand und das klare Ziel, im Rahmen der selbst beeinflussbaren Möglichkeiten etwas gegen die Hallenplatznot in Spaden zu unternehmen. Die anfängliche Idee, aus Platzgründen eine Sporthalle auf die bestehenden Umkleideräume aufzusetzen, musste nach Beratungen mit dem Architekten wieder fallengelassen werden. Es entstand aber der Alternativvorschlag, eine Sporthalle am jetzigen Platz zu errichten. Noch gab es etliche Steine aus dem Weg zu räumen. Komplexe Förderrichtlinien und Ausschreibungsmodalitäten haben unseren ehrenamtlich tätigen Vorstand bis an den Rand des Machbaren gefordert. Doch am Ende standen die Zuschusszusagen zur Verfügung und die Mitgliederversammlung stimmte Ende Juli 2020 der ein Jahr zuvor angekündigten, zur Finanzierung und zum Unterhalt des Neubaus notwendigen Beitragserhöhung zu. Kurz danach - im August 2020 - war dann Baubeginn.

Die Grundsteinlegung konnte nur verspätet im kleinen Kreis vorgenommen werden, als die Gebäudemauern schon weit errichtet waren. Ein Richtfest fiel den pandemiebedingten Rahmenbedingungen zum Opfer. Nach der Errichtung des Rohbaus wurde die Außenverkleidung angebracht und der Innenausbau schrittweise vorangetrieben. Immer wieder gab es noch kleinere Entschei-

Aktuelles

Aktuelles

TV Gut Heil Spaden
von 1899 e. V.

TV Gut Heil Spaden
von 1899 e. V.

TV Gut Heil Spaden
von 1899 e. V.

dungen zu treffen. Aber nach dem Eintreffen der Hallentüren, die ein halbes Jahr Lieferzeit hatten, ging es dann plötzlich ganz schnell. Der Schwingboden wurde ein- und der Prallschutz angebracht. Ende Juli war das neue Gebäude dann fertiggestellt und abgenommen.

Zentrum für Fitness- und Gesundheitssport war der Arbeitstitel für die Baumaßnahmen der vergangenen Jahre und im Grunde genommen immer noch der Anspruch an den neu geschaffenen Hallenraum von 295m² Grundfläche mit 43m² Geräteraumfläche.

Die Investition für das Hallenbauprojekt beläuft sich auf etwa 715.000,-€. Es war von Beginn an klar, dass wir das nicht nur aus eigener Kraft hinbekommen würden.

Im Namen aller Vereinsmitglieder dankte ich dem Landessportbund Niedersachsen und dem Land Niedersachsen für einen Zuschuss in Maximalhöhe von € 100.000, der Gemeinde Schiffdorf für einen Zuschuss in Höhe von € 50.000 und dem Landkreis Cuxhaven für einen Zuschuss in Höhe von € 40.000, die ebenfalls die Maximalbeträge für ein Projekt darstellen. Damit waren etwa 26,5%, ein gutes Viertel, der Bausumme gedeckt. Ein weiterer Anteil wird durch ein Spendenmodell in Höhe von etwa € 119.000 dargestellt. An diesem Anteil wird noch weiterhin gearbeitet.

Ein weiterer Dank ging aber bereits an die bisherigen Spenderinnen und Spendern. Als bemerkenswert wurden zudem die Spenden unseres befreundeten Schweizer Vereins TV Wiesendangen und einzelner Schweizer Vereinsmitglieder herausgestellt.

Den verbleibenden Anteil von 406.000,-€ müssen die Vereinsmitglieder aufbringen. Etwa 6.000,-€ flossen aus dem laufenden Haushalt und die verbleibenden € 400.000 mussten finanziert werden. Für das dafür notwendige Vertrauen ging ein Dank an die Vertreter der Volksbank Geeste Nord eG. Ein ebenso großer Dank ging an die Vereinsmitglieder, die mit jährlichen Sonderzahlungen die Darstellung dieses Betrages überhaupt erst möglich gemacht haben.

Im weiteren Verlauf der Ansprache wurden die ersten beiden Baumaßnahmen ‚Neues Sanitärgebäude' und ‚Umbau und Erweiterung der Umkleide- und Duschräume' mit den zugehörigen Investitions- und Fördergeldern erläutert. Dabei konnten wir noch ohne Kreditaufnahme zurechtkommen, weil unter anderem Rücklagen verwendet wurden, die aus Spenden für die Eigenbeteiligung an einem etwaigen Gemeindebau entstanden und nach Beendigung dieser Planung seitens der Jahreshauptversammlung umgewidmet worden waren.

Insgesamt wurden bisher neben vielen Arbeitsstunden € 1,127 Mio. investiert, von denen € 214.740 vom Landessportbund bzw. dem Land Niedersachsen, € 130.000 von der Gemeinde Schiffdorf und € 120.000 vom Landkreis Cuxhaven aufgebracht worden sind. Damit verbleiben € 635.250 oder gute 56% bei den Spenderinnen und Spendern sowie den Vereinsmitgliedern des TV Spaden.

Neben all diesen Geldbeträgen wurden auch unzählige Arbeitsstunden durch Vereinsmitglieder für Abbruch- und Abbauarbeiten sowie aktuell Pflasterarbeiten zur Wiederherstellung und Anpassung des Außengeländes erbracht, für die ein Dankeschön ausgesprochen wurde.

Es konnte berichtet werden, dass in unserem Zentrum für Fitness- und Ge-

sundheitssport bis jetzt schon etwa 40% der Kernnutzungszeiten zwischen 9:00 Uhr und 22:00 Uhr belegt sind. Bekannte und etliche neue Angebote mit bekannten und mehreren neuen Trainern und Trainerinnen füllen zunehmend die Halle. Weitere neue Angebote sind in Vorbereitung. Die Nutzungsbedingungen in den beiden bisher schon vorhandenen Sporthallen konnten in dem Zuge entzerrt und verbessert werden.

Ohnehin war die neue Halle genau zum richtigen Zeitpunkt fertiggestellt worden, als der Sportbetrieb nach langer Auszeit endlich wieder möglich wurde. Das war einer guten Vorarbeit durch das Architektur- und Ingenieurbüro Brockmann & Tolan und einer guten Organisation durch unseren Generalunternehmer MB Management und Baubetreuungs GmbH zu verdanken. In diesen schwierigen Zeiten den Zeitplan, den Kostenrahmen und den Qualitätsanspruch einzuhalten war eine besondere Erwähnung wert.

Abschließend wurde darauf hingewiesen, dass trotz der neuen Sporthalle nach anerkannten Maßstäben (0,37m² Sporthallenraum pro Einwohner) immer noch 628m² Hallenfläche in Spaden fehlen. Zunächst soll sich aber auf die Nutzung der vorhandenen Hallen konzentriert werden.

Nach der Ansprache wurde ein symbolischer Hallenschlüssel mit langer Schlüsselkette von drei jungen Handballern in die Sporthalle getragen und überreicht.

Zur Auflockerung animierte Trainerin Maren Dahnke alle Einweihungsgäste zu allgemeinen Fitnessübungen, die schon den einen oder anderen Schweißtropfen hervorriefen.

Anschließend richtete Bürgermeister Klaus Wirth Grußworte an den Turnverein und betonte die Besonderheit des Vereinsengagements. Er übergab ein Geschenk.

Übungsleiterin Maren Dahnke forderte alle Gäste erneut mit einem Mitmachprogramm, um die neue Sporthalle auch gebührend einzuweihen.

Anschließend ergriff Ortsbürgermeister Wolfgang Kothe das Wort. Er gratulierte dem TV Spaden zu der gelungenen Sporthalle und überreichte ein rotes Hausnummernschild mit der Aufschrift ‚Jahnstraße 26A', da die Halle eine eigene Hausnummer erhalten hat.

Auch der Vorsitzende des Kreissportbundes Cuxhaven Rüdiger Sauer beglückwünschte den Verein zu der neuen Sporthalle und lobte die Vereinsinitiative.

Zum Schluss richtete ich einen Dank an das Organisationsteam mit Claudia Gundermann, Uwe Menge, Michael Räder, Hans Rhomberg und Jürgen Schmitt, das die Veranstaltung vorbereitet und durchgeführt hatte.

Ehe es dann zu den vorbereiteten Häppchen und Getränken ging, gab Maren Dahnke eine Zugabe und konnte wiederum sehr viele Gäste zum Mitmachen bei den angebotenen Fitnessübungen bringen.

Beim Imbiss konnten erste Eindrücke und Erfahrungen mit der neuen Sporthalle ausgetauscht werden.

Nachdem sich die letzten Gäste verabschiedet hatten, wurde die Halle mit vielen helfenden Händen wieder aufgeräumt und ausgefegt, da am nächsten Tag bereits wieder sportliche Nutzung anstand.

Uwe Jobs

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Faszien-Training für mehr Beweglichkeit

Gelenk- und Organkapsel, Sehnenplatten, Muskelsepten, Bänder, Sehnen und die eigentlichen Faszien, in der Gestalt von flächigen festen Bindegewebsschichten gehören alle zum kollagenen Bindegewebe und somit zum allumfassenden Begriff der Faszie. Ebenso wie die Muskulatur benötigen sie unterschiedliche und regelmäßige Trainingsreize.

Neuer Kurs

Durch ein regelmäßiges und gezieltes Training kannst du deine Beweglichkeit sowie deine Bewegungsqualität verbessern. Durch ständiges Sitzen ausgelöste Verspannungen und Schmerzen können reduziert werden. Ein Mix aus statischen, pulsierenden und langsamen Bewegungen mobilisiert deinen Körper.

Ein Kurs-Angebot mit Fred Ludwig, zertif. Faszien-Trainer

Termin: montags von 17.00 bis 18.00 Uhr

Wo: Sporthalle Jahnstraße

Beginn: ab 10. Januar 2022 für 12 Wochen

Kursgebühr: € 20,00 für Mitglieder, € 70,00 für Nichtmitglieder

Schriftl. **Anmeldung bis 03.01.2022** erforderlich

Weitere Infos in der VereinsApp oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

Erhältlich im App Store · Google Play

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Kinder-Yoga

Beim Kinderyoga lernen Kinder den Alltag loszulassen,
Entspannung durch Bewegung zu erreichen und
auf die Signale des Körpers zu hören.
Hier geht es nicht um Leistung, sondern darum, sich selbst und seinen Körper kennen zu lernen und wahrzunehmen und dabei achtsam mit sich und seiner Umwelt umzugehen.
Durch kindgerechte Asanas (Übungen), Atemtechniken, Fantasiereisen und Spiele wird Yoga altersgerecht vermittelt.

Kursbeginn: Mittwoch, 12.01.2022 für 12 Wochen
jeweils von 16.00 bis 17.00 Uhr
in der neuen Sporthalle, Jahnstraße 26a
Anleitung durch Yoga-Lehrer Fred Ludwig

Kursgebühr: € 12,50 für Mitglieder, € 50,00 für Nichtmitglieder
Schriftliche Anmeldung bis 10.01.2022 erforderlich

Weitere Infos in der VereinsApp
Erhältlich im App Store
JETZT BEI Google Play
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. 26 dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Nordic Walking trägt vor allem zur Verbesserung der Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und der Koordination bei. Bei richtiger Ausführung der Bewegungstechnik befinden sich während des Trainings über 600 Muskeln in ständiger Bewegung!!!Somit trägt es zur ganzheitlichen Gesundheit des Sportlers bei und kann im Freien zu jeder Jahreszeit ausgeübt werden. Also runter vom Sofa und auf zum **Outdoor-Kurs**

Nordic Walking für Fortgeschrittene

ab Mittwoch, 12. Januar 2022 (12 Wochen)
jeweils von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
ab Treffpunkt: Parkplatz Zentrum für Fitness und Gesundheit Jahnstraße, Spaden
Anleitung durch Übungsleiter Fred Ludwig

Neuer Kurs in 2022

- 12 Abende à 90 min mit max. 15 Teilnehmer:innen
- schriftliche **Anmeldung bis 10.01.2022** erforderlich
- **Kosten: € 25,-- für Mitglieder, € 80,-- für Nichtmitglieder**
- Mitzubringen sind: **Witterungsabhängige Kleidung und Stöcke**

Weitere Infos in der VereinsApp Erhältlich im App Store Google Play
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

ZUMBA®

Zumba® ist das ziemlich coolste Workout überhaupt. Abtanzen zu toller Musik mit großartigen Leuten und dabei noch eine Menge Kalorien verbrennen, ohne dass man es merkt. Probiere es aus! Wir freuen uns auf dich!

12 Abende Zumba® ab 13. Januar 2022
jeden Donnerstag von 18:00 bis 19:00 Uhr
für alle zwischen 17 und 50 Jahren
in der Sporthalle Sölzenweg in Spaden

Trainerin: Anika Hencken zin zumba instructor network

schriftliche Anmeldung bis 10.01.2022 erforderlich
Kosten: € 20,-- für Mitglieder, € 70,-- für Nichtmitglieder

Weitere Infos in der VereinsApp
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

Erhältlich im App Store · Google Play

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA ZUMBA

Männerfitness

Unsere Männerfitnessgruppe gibt es inzwischen schon zwei Jahre. Angefangen haben wir mit zwei Kursen und sind dann in ein Dauerangebot übergegangen. Wir trainieren Dienstagabend, am liebsten an der frischen Luft und setzen dabei viel auf Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer. Natürlich kommt dabei auch der Spaß nicht zu kurz, das ist für alle sehr wichtig.

Solange es möglich ist, bleiben wir draußen und lassen uns (fast) nur von eisigen Temperaturen in die neue Halle vertreiben. Jeder kann die Trainingsintensität seinen persönlichen Bedürfnissen anpassen, so dass es nie zu schwer, aber auch nicht zu leicht sein wird.

Ich als Trainerin muss jetzt noch einmal eine kleine Babypause einlegen, bin aber hoffentlich ganz schnell wieder bei meinen Männern, um mit ihnen dann wieder gemeinsam zu trainieren und zu schwitzen. Meine Männer trainieren aber weiter.

Kim Grenzer

Fitness

Fußball beim TV Spaden

Freunde treffen: Seit über 40 Jahren gibt es in Bremerhaven eine Mannschaft für ältere Fußballer, die nicht mehr am regulären Turnierbetrieb teilnehmen. Was sie eint, ist die Freude am Sport – und an der Gemeinschaft**. Seit 2017 haben sie sich dem TV Gut Heil Spaden angeschlossen.**

Oldies but Goldies: Es ist Montagabend 17:30 Uhr, Zeit für Fußball, live und in lockerer Runde. Etliche Zuschauer lassen sich auf den Bänken nieder, um ihre „Jungs“ anzufeuern. Die Jungs sind in den 60ern, 70ern oder 80ern. Es sind Fußballer vom OSC Bremerhaven, die seit mehr als 20 Jahre auf der Sportanlage des TV Gut Heil Spaden trainieren. Nun sind sie auch Mitglied hier im Verein.

„Wer noch einigermaßen auf dem Platz stehen kann, spielt mit“, sagt Mannschaftskoordinator Thorsten Meyer, auch Präsident genannt. „Bei uns hört keiner freiwillig auf.“

„Wir kennen kein Foulspiel“: Die Funktionäre sind bereits warmgeredet, als die Fußballer fertig umgezogen den Platz betreten, diesmal sind es zwölf an der Zahl. Jeder zieht eine Karte, Rot gegen Schwarz. Die Roten streifen sich ihre gelben Leibchen über. Dann geht es los, ohne dass jemand das Spiel anpfeift. „Einen Schiedsrichter brauchen wir nicht“, erklärt Thorsten Meyer. „Wir kennen kein Foulspiel, und zu einer ernsthaften und langwierigen Verletzung ist es hier noch nie gekommen. “Auf seinen Knien liegt eine Liste. Für jeden

Fußballer trägt er darin ein, wie viele Tore derjenige geschossen und ob er mit seiner Mannschaft gewonnen hat.

Auch Walking Football spielen wir:

WERDER BEWEGT

Dienstag, 28.11.2017 / 17:50 Uhr: Schon längere Zeit gibt es die Walking Football-Abteilung beim SV Werder. Am kommenden Wochenende findet nun das erste Walking Football-Turnier statt. Am Samstag, 02.12.2017, treffen sich ab 8.30 Uhr acht Mannschaften in der Bremer Klaus-Dieter-Fischer-Halle, um den Turniersieger zu ermitteln. Neben zwei Heimteams der „Werder Oold Sterns“ sind die Walking Footballer des FC Schalke 04, VfL Wolfsburg, TV Gut Heil Spaden und VfL Ummeln Bielefeld mit dabei. Komplettiert wird das Teilnehmerfeld von den Mannschaften der niederländischen Vereine NEC Nijmegen und FC Groningen. Endspiel Schalke 04 – TV Gut Heil Spaden 5:1

Schalke 04 - TV Spaden

Wer nicht kicken kann, spielt in der Boule-Gruppe mit: Im Sprachgebrauch der „Fit am Ball Gruppe“ gibt es *Aktive* und *Funktionäre*: Wer aus Altersgründen doch irgendwann mit dem Kicken aufhören muss, reiht sich bei den Funktionären ein und bleibt Teil der Gemeinschaft. So wie der 87-jährige Udo Schrieber, der jetzt nicht mehr hinter den Ball her läuft, aber in der Mittwoch-Boule-Gruppe der Fußballer mitspielt.

Grünkohlwanderungen und Fahrradtouren: Sie alle werden regelmäßig zu den Unternehmungen der Gemeinschaft eingeladen: Zur Grünkohlwanderung im Februar zum Beispiel. Sommerfest oder zur Fahrradtour mit anschließendem Spargelessen im Mai. Und dabei sind und bleiben sie Sportsfreunde.

Interesse geweckt?

In der Winterzeit spielt die „Trimm-Gruppe-Fußball“ montags in der Halle am Sölzenweg um 18:30 Uhr und in der Sommerzeit montags um 17:30 Uhr Sportplatz TV Gut Heil Spaden.

Interessierte können sich unter Tel. 0471/90080715 bei Thorsten Meyer melden. Mit sportlichen Grüßen

Jürgen Jeltsch

Sommerfest 2018

Unsere Leistungen

- LICHTWERBUNG
- FAHRZEUGBESCHRIFTUNG
- SCHAUFENSTERWERBUNG
- WERBESCHILDER
- SCHILDERSYSTEME
- BAUSCHILDER
- TEXTILVEREDELUNG
- BANNER, PLANEN, MESH
- PRINTMEDIEN
- BANNERRAHMENSYSTEME
- LED-TECHNIK
- ACRYLSCHILDER
- STEMPEL

Werbe-Service Kühnau

Im Neufelder Moor 8a
27619 Schiffdorf-Spaden

Tel.: 0471/ 95 125 86
Fax: 0471/ 95 125 88

www.kuehnau.org

Bodyforming

Das Leben ist zwar kurz und schön!
Jedoch bei rechtem Licht besehen,
gibt es immer wieder Sachen,
die das Leben uns beschwerlich machen.

Da setzt jemand, wer es auch sei,
einfach einen Virus frei.
Corona heißt das üble Kind,
verbreitet sich weltweit geschwind.

Uns macht das aber gar nichts aus!
Wir schauen schön geradeaus
und sporteln heute mit Bedacht,
damit das Virus uns nichts macht.

Gesundheit Glück und Frieden
Sei uns allen heut beschieden.

Wir freuen uns über unser neues Trainingszentrum, haben montags um 18:30 Uhr immer Spaß an der Bewegung.

Wer Lust hat, schaut vorbei. Wir passen uns den heutigen Gegebenheiten an und finden Lösungen, in diesen Zeit Sport zu betreiben. Selbst per Zoom sind wir nicht ängstlich.

Mit sportlichen Grüßen eure

Martina Treusch

Fitness

Wir machen uns fit für den wichtigsten Job der Welt:

Mama sein!

Seit Anfang November leite ich, Sarah Seidel, den „Fit mit Baby“-Kurs nun einmal wöchentlich mit ganz viel Spaß ☺.

Der Kurs ist der perfekte Einstieg für alle Mamas, die nach der Entbindung schnell und gesund wieder fit werden wollen. In lockerer und freundlicher Atmosphäre trainieren wir in einer Stunde den ganzen Körper und immer mit dabei: Kind und Kinderwagen. Wir kräftigen die geschwächte Muskulatur, dehnen verspannte Muskelgruppen und kommen mit Cardio-Einheiten ins Schwitzen um die Schwangerschaftspfunde zum Schmelzen zu bringen.

Je nach Wetterlage trainieren wir draußen, auf dem Sportplatz, während die Kleinen meist im Kinderwagen schlafen oder auch neugierig zuschauen was Mama so macht. Bei schlechtem Wetter nutzen wir die neue Sporthalle, die auch den aktiven, kleinen „ Krabblern“ immer sehr gut gefällt.

Die Kurse sind speziell auf die Bedürfnisse frischgebackener Mütter zugeschnitten, sodass jede Mama die Übungen leicht und unkompliziert mitmachen kann. Ich sorge dafür, dass du sicher, abwechslungsreich und gesund bestmögliche Ergebnisse erzielst, dabei Spaß hast und dich in deinem neuen Körper (wieder) zu Hause fühlst.

Ab Januar startet ein weiterer Kurs, wir freuen uns immer über neue Mamas und Kinder in unserer Mitte. Und ein Kurs für Schwangere ist auch neu im Angebot.

Sarah Seidel

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Fit, stark und energiegeladen durch die Schwangerschaft

Ganz-schön-schwanger

Dieser Kurs begleitet dich und andere werdende Mamas ab der 13. Schwangerschaftswoche durch die bewegten Monate mit Babybauch. Das perfekt an die Bedürfnisse werdender Mütter angepasste Workout für eine beschwerdefreie Schwangerschaft, eine leichte Entbindung, eine schnelle Rückbildung und eine optimale Entwicklung des Babys beinhaltet neben Kräftigungsübungen aus Pilates und Yoga auch ein sanftes Ausdauertraining sowie einen umfassenden Entspannungsteil mit Dehnungs-, Entspannungs- und Atemübungen.

12x Einheiten ab 13. Januar 2022
jeden Donnerstag von 10:30 bis 11:30 Uhr
in unserer Sporthalle Jahnstraße 26a in Spaden
Übungsleiterin: Sarah Seidel

schriftliche Anmeldung bis 03.01.2022 erforderlich
Kosten: € 20,00- für Mitglieder, € 70,00 für Nichtmitglieder

Weitere Infos in der VereinsApp
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Als frischgebackene Mama ist man so gut wie rund um die Uhr beschäftigt. Gerade die Umstellung auf das Leben mit einem Kind ist eine große Herausforderung. Mit einem Baby im Haus kommt man kaum zum Duschen oder Staubsaugen – geschweige denn zum Sporttreiben.

Fit mit Baby

Du möchtest deine eigene Fitness wieder herstellen, einige Babypfunde verlieren und hast keine Betreuungsmöglichkeiten, um selbst Sport zu treiben? Dann sei dabei!
Unser neues Kursangebot eignet sich für Schwangere, Mütter mit und ohne Baby und beginnt

ab 13. Januar 2022, 12 x donnerstags,
jeweils von 9.30 bis 10.30 Uhr
in unserer neuen Sporthalle, Jahnstraße 26a.
Übungsleiterin: Sarah Seidel

schriftliche Anmeldung bis 03.01.2022 erforderlich
Kosten: € 20,00- für Mitglieder, € 70,00 für Nichtmitglieder

Weitere Infos in der VereinsApp
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

Erhältlich im App Store · App jetzt bei Google Play

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

Leichtathletische Aktivitäten in der Sommersaison

Noch vor den Sommerferien wurde der leichtathletische Übungsbetrieb auf dem Sportgelände wieder aufgenommen. Leider gab es auch bei uns aufgrund der Pandemie einige personelle Abbrüche. So manche Leistungsträger haben sich in andere nicht-sportliche Richtungen abgemeldet. Zum Glück konnten wir aber auch ein paar neue Gesichter zum Training begrüßen.

Kreismeisterschaften in Langen, 3. Juli 2021: Spadener Leichtathleten/-innen nahmen an den Kreismeisterschaften im 800m-Lauf und an den als Rahmenwettbewerb ausgeschriebenen Sprintläufen teil. Obwohl - bedingt durch die Pandemie - nur wenige Übungsstunden absolviert werden konnten, zeigten alle im Sprint eine Bezirksbestenlistenreife Leistung.

von links: Lasse Daut, Hanna Daut, Lena Zastrow

Hier die einzelnen Ergebnisse:

- M15: 100m - Lasse Daut 12,0Sek; 800m - 2:35,0 min je 1. Platz.
- W13: 75m - 5. Lena Zastrow 11,1 Sek, 6. Hanna Daut 11,3 Sek; 800m - 5. Lena Zastrow 3:00,0 Min, 6. Hanna Daut 3:06,0 min.
- W10: 50m - 1. Lorna Hildebrandt 8,6 Sek, 3. Anastasia Akalowski 9,4 Sek; 800m - 4. Anastasia Akalowski 3:33,0 min.

Dritte von links: Anastasia Akalowski im 800m-Ziel

Lorna Hildebrandt, Anastasia Akalowski

Bezirksmeisterschaften am 04.09.2021 in Verden: In diesem Jahr hat Lasse Daut nach Anleitung von Uwe Jobs und Lothar Heisel speziell in seinen starken Disziplinen mit Blick auf die Bezirksmeisterschaften intensiv trainiert. Auch in den Sommerferien wurde die Laufbahn „heiß gelaufen“. Schließlich waren es sechs Wettbewerbe, in denen Lasse nach seinen gezeigten Trainingsleistungen auf den Meisterschaften gute Aussichten hatte, unter die drei Erstplazierten zu kommen.

Zu den Wettbewerben gehörten 100m, 300m, 80m Hürden, Weitsprung, Kugelstoßen und Diskuswurf. Entsprechend voll gepackt waren die Trainingseinheiten. Die verschiedensten Rhythmen in den einzelnen Bewegungsabläufen waren schon eine Herausforderung. Aber Lasses Ehrgeiz und Willenskraft war einzigartig.

Nun konnte das Event starten. Für

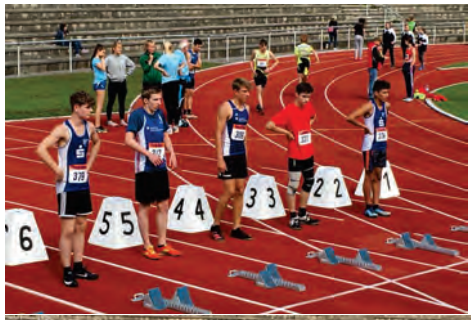
die sechs Disziplinen in der Klasse M15 war der Zeitplan in Verden eng gestrickt. Einige Wettbewerbe überschnitten sich sogar. Aber Uwe hatte ihn betreut und gut beraten.

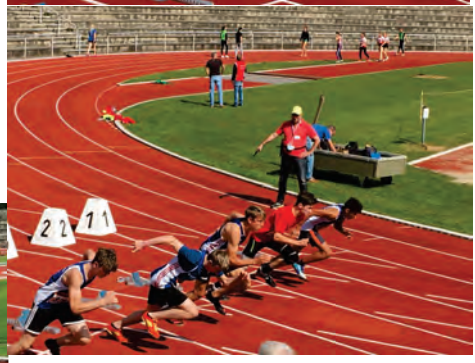
Ein toller Gesamterfolg für Lasse mit drei Bezirksmeistertitel, zwei Bezirksvizetitel und einem 3. Rang. Dabei war der 80m-Hürdenlauf und die 300m Strecke Neuland für ihn. Das Außergewöhnliche war, dass Lasse in fünf Disziplinen eine persönliche Bestleistung erreichte. In der aktuellen niedersächsischen Bestenliste ist er im 300mLauf, 80m Hürden, Weitsprung und Diskuswurf unter den 10 Besten zu finden.

Hier die Einzelergebnisse in der Reihenfolge des Zeitplans:

- 80m Hürden 12,31 Sek 1. Platz

- 100m Lauf 12,26 Sek 3. Platz





- Weitsprung 5,53m 1. Platz

- Kugelstoß 9,90m 2. Platz

- Diskuswurf 32,49m 1. Platz

- 300m-Lauf 39,09 Sek 2. Platz

Zum Abschluss seines Wettkampfes musste Lasse sich noch einmal im 300m -Lauf auspowern. Es hat sich gelohnt. Mit einer tollen Zeit erlief er sich den 2. Rang und konnte erfolgsgekrönt den Heimweg antreten.

02.10.2021 Kreismeisterschaften Wurf/Stoß in Wehdel: Gleich nach den Ferien begann für Lena Zastrow und Hanna Daut der Einstieg in den Übungsablauf der Wurf- und Stoßwettbewerbe. Ziel war die Teilnahme an den Kreismeisterschaften in Wehdel. Es gelang. Beide Mädels konnten und wollten auch schon diese Disziplinen im Wettkampf durchführen.

Etwas Sonne und leichter Wind herrschte an diesem herbstlichen Wettkampftag. Wir alle waren froh, dass die Wettkampfanlagen trocken und somit leistungsfördernd waren.

Man merkte Lena und Hanna noch etwas Unsicherheit im Wettkampf an, aber sie haben sich gut „durchgebissen“. Einen Grundstein für die Zukunft haben sie damit gelegt.

Lasse Daut konnte einige seiner Leistungen sogar noch steigern.

Lena Zastrow, Hanna und Lasse Daut (von links)

Leichtathletik

Lasse Daut (M15) warf in Wehdel eine persönliche Bestleistung mit dem 600g-Speer. Die Siegesweite: 37,77m.

Auch im Diskuswurf (1kg-Scheibe) konnte er sich um einen knappen halben Meter auf 32,92m verbessern.

In der Klasse W13 konnten Lena und Hanna ihre erst kürzlich erlernten Wurf- und Stoßtechniken anwenden. Die ersten Anfänge sind vielversprechend, aber es ist noch viel Übung notwendig. Neben ihren Sprint- und Sprungqualitäten sind Kugelstoß, Diskus- und Speerwurf Neuland. Aber zur Vielseitigkeit und um in späteren Mehrkämpfen zu bestehen sind diese Bewegungsabläufe erforderlich.

Hanna Daut beim Kugelstoßen

Lena Zastrow mit dem Diskus

Hier die Einzelergebnisse:

Lasse Daut M15

- Ballwurf 47,50m 1. Platz
- Speer 37,77m 1. Platz
- Kugel 9,90m 1. Platz
- Diskus 32,92m 1. Platz

Leichtathletik

Lena Zastrow W13:

- Ballwurf 24,00m 3. Platz
- Kugel 5,43m 3. Platz
- Diskus 14,34m 4. Platz

Hanna Daut W13:

- Ballwurf 21,50m 4. Platz
- Kugel 4,89m 4. Platz
- Diskus 15,57m 3. Platz

Mit diesen Ergebnissen geht es jetzt in die Hallensaison mit dem Ziel Kondition, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer und das Bewegungsgefühl (Koordination) zu verbessern.

Lena (links) und Hanna entspannen sich in der Wettkampfpause

Leichtathletik

Die Wintersaison in der neuen Sporthalle hat inzwischen begonnen. Uwe ist der Einstieg mit den Kiddies sehr gut gelungen. Leider fehlten zu Beginn einige Athleten/-innen, die dann erst später das neue sportliche Flair in der Halle erleben können.

Startposition: Hanna Daut, Lina Pöpke, Lasse Daut (von links)

Laufschulung für Sarah-Marie Faber, Emily Thielbar, Liam Endler, Hanna Daut, Lina Pöpke, Lasse Daut, Uwe Jobs (von links)

Die ersten Trainingseinheiten sind absolviert. Wir wünschen uns aber noch mehr leichtathletisch Interessierte, auch um im nächsten Sommer Staffeln bilden zu können. Ein Probe-Mit-Mach-Training steht allen Mädels und Jungens ab 6 Jahren offen.

Trainingszeit: Dienstags 16.00 von 17.30 Uhr in der neuen Halle an der Jahnstr. mit Uwe Jobs (Tel. 88544) oder Lothar Heisel (Tel. 62324).

Lothar Heisel

Corona hat uns im Griff

Die Sommerzeit ist nun auf Winterzeit umgestellt. Am Morgen ist es nun eher hell und am Abend wird es zeitiger dunkler. Das bunt gefärbte Laub fällt von den Bäumen. Die kalte Jahreszeit Winter lässt nicht mehr lange auf sich warten.

Wir haben - so gut es ging - während der Corona-Zeit, wenn es erlaubt war, unsere Radtouren durchgeführt.

Rückblick auf das Jahr 2020 mit erheblichen Einschränkungen: Trotz Corona durften wir mit Genehmigung wieder am 08.06.2020 mit unseren Fahrrädern fahren. Wir mussten mindestens 2 m Abstand voneinander halten bei den Pausen und beim Fahren. Außerdem wurde eine Teilnehmerliste geführt mit den Namen der Leute, die an den Radtouren teilgenommen hatten.

Unsere erste Tour war am 16.06.2020 mit Treffpunkt auf dem Marktplatz. Die Beteiligung war sehr groß, denn jeder freute sich nach der langen Zwangspause mit seinen Kameraden ein paar Worte zu wechseln. Es gab ja viel zu erzählen.

Am 07.02.2020 war unsere erste Tagestour nach Wremen zum Marschenhof. Ein Fischbüfett konnte nicht ausgerichtet werden, da es zu der Corona-Zeit verboten war. Es wurde deshalb ein

BÜSING
Garten- & Landschaftsbau
Im Neufelder Moor 10 · 27619 Spaden
Tel.: 0471 / 9 81 35 66
Gartengestaltung Grünflächenpflege Teichbau Erdarbeiten
Pflasterarbeiten Dränagearbeiten Fräsarbeiten Baumfällungen
Baumschnitt Häckselarbeiten Stubbenfräsen Friedhofsarbeiten

Tellergericht serviert und zwar Steinbeisser mit diversen Beilagen.

Wie sonst üblich an diesem Tag der Tagestour musste unser Frühstück auf dem Sportplatz ausfallen, da wir die Corona-Bestimmungen mit 2m Abstand und Hygiene-Bestimmungen von uns aus nicht erfüllen konnten.

Unser Spanferkel-Essen am 04.08.2020 auf dem Sportplatz fiel ebenfalls ins Wasser wegen der strengen Auflagen. Es wurde schnell entschieden am gleichen Tag ein Krustenbraten-Essen im Vereinshaus SC-Lehe zu organisieren.

Die bayrische Brotzeit am 01.09. in Hainmühlen und die Busfahrt nach Barre Bräu am 12.08.2020 machten uns auch einen Strich durch die Rechnung und mussten ausfallen.

Unsere letzte Radtour war am 19.10.2020 zum Enten-Essen im Wiesengrund mit 34 Personen.

Ende Oktober war dann alles wieder vorbei. Die Pandemie stieg stets heftig an und wurde immer grösser, so dass alle Veranstaltungen in der Halle sowie auf dem Sportplatz abgesagt werden mussten.

Unsere Radtouren im Jahr 2021: Im Juli 2021 kam dann die erlösende Nachricht, dass Veranstaltungen mit Einschränkungen wieder durchgeführt werden dürfen.

Am 06.07.2021 drehten wir unsere ersten Runden mit dem Fahrrad. Alle Leute sind gesund durch die Pandemie gekommen. Zum größten Teil waren alle schon zum zweiten Mal geimpft.

Unsere erste Radtour nach ca. einem halben Jahr ging nach Sievern, wo uns ein großes Kuchenbüfett mit Kaffee erwartete. Nach so langer Pause waren wir eine große Gruppe von 33 Personen. Es gab viel zu erzählen nach dieser langen Zeit. Den Kuchen und den Kaffee haben wir richtig genossen.

Im Juli ging es zum Spare Rips-Essen nach Flögeln. Morgens bei gutem Wetter fuhren wir mit dem Rad los. Eingetroffen gegen Mittag haben wir die köstlichen Rippchen mit Heißhunger gegessen.

Am 29.08.2021 fuhren wir nach Altluneberg zum Fisch-Essen. Mit unseren Frauen und Bekannten ging es durch Wiesen und Felder. Unterwegs legten wir eine Pause ein, bei der wir uns erfrischten. Im Gasthof angekommen, wurde ein leckeres Fischgericht mit verschiedenen Sorten Fisch und Beilagen aufgetischt.

Unsere Bayrische Brotzeit am 07.09.2021 wurde durch den Mühlenverein Hainmühlen abgesagt, wie sie die Corona-Regeln nicht einhalten konnten.

Unser beliebtes Enten-Essen hatten wir am 22.10.2021. Es hatten sich 35 Leute angemeldet. Serviert wurden eine halbe Ente mit Kartoffeln, Klößen, Rotkohl und Soße. Einen neuen Termin für das nächste Jahr 2022 haben wir gleich gebucht.

Trotz der anhaltenden Pandemie haben wir vieles auf die Beine gestellt. Wir wünschen ein frohes gesundes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr. Bleibt alle gesund und munter.

Hans-Werner Nitschke

Spielmannszug

Es geht langsam wieder los...

Nachdem wir Musiker gefühlt die längste Corona-Pause einlegen mussten, geht es jetzt wieder los. Leider haben einige Spielleute diese lange Pause zum Anlass genommen und die verschiedenen Vereine verlassen. Das wird aber sicherlich auch andere Sportarten betreffen. *Es geht auch ohne* wird sich manch' einer gedacht haben. Schade.

Nichts desto trotz führen wir unsere Spielgemeinschaft - bestehend aus Surheide, Loxstedt, Spaden und manchmal sind auch Bokeler dabei - fort und bestreiten gemeinsam die jeweiligen Einsätze oder auch Konzerte.

Angefangen mit einer Ehrung in Surheide, Laternenumzüge in Midlum und Surheide, dann die Einweihung der neuen Sporthalle und den Polterabend bei Wenhold in Spaden hatten wir endlich wieder „Spielspaß". Übungsstunden durften wir ja auch schon wieder abhalten, so dass das Zusammenspiel der Spielleute super geklappt hat.

Im November holen wir unsere Abteilungsversammlung in Spaden nach und im Dezember geht es mit dem Nachwuchs zum Weihnachtsmarkt in Bremerhaven (sofern dieser hoffentlich stattfindet…).

Dagmar de Haas

Spielmannszug

Whisk(e)y and More
Edle Spirituosen & Präsente

Am Kluswall 19
27619 Spaden
Tel.: 0471 80 32 87

mail@whiskey-and-more.de www.whiskey-and-more.de

Ihr Fachgeschäft in Spaden und Bremerhaven für Whisk(e)y und andere Spirituosen

Frischgezapftes Guinness und Kilkenny nur im Mediterraneo

Gutscheine für unsere Whiskyseminare! (Die Gutscheine sind 3 Jahre gültig. Der Beschenkte kann sich zu einem Termin seiner Wahl anmelden.)

www.whiskey-and-more.de

DER TENNIS-SOMMER 2021

In der letzten Viereff hatten wir bereits dargestellt, dass für diesen Sommer 2021 folgende Mannschaften gemeldet wurden:

- Herren 50 Regionsliga
- Damen 50 Bezirksklasse
- Herren 65 Doppelrunde
- Damen 50 Doppelrunde
- Herren 40 Doppelrunde

Die Punktspiele sollten offiziell im Mai 2021 starten. Aber auch dieser Start wurde aufgrund der Beschränkungen in den Corona-Hygienevorschriften um einen Monat verschoben.

Herren 50: Alle Spieler der Herren 50 freuten sich nun auf die Punktspiele. Diese Freude hielt jedoch nicht lange an. Kurz vor dem ersten Punktspiel teilte der an Nummer 1 gesetzte Mitspieler Sven Haushahn, dass er aufgrund einer Knieverletzung für die Sommerpunktspielsaison ausfällt. Die Spielstärke von Sven hatte die restlichen Spieler der Mannschaft bisher immer mitgerissen und er war ein Punktegarant. Diese Nachricht war ein Schock.

Zudem konnten Harm Timmermann (Nr. 2) und Thomas Fliegel (Nr. 3) aufgrund privater und geschäftlicher Projekte kaum ein Training absolvieren. Glücklicherweise konnten wir auf unseren langfristigen Mitspieler Axel Wohltmann zurückgreifen. Erstmalig sind auch Rainer Anders und Bernd von Döhlen zur Mannschaft dazugekommen. Alle kämpften und gaben ihr Bestes.

Schlussendlich konnte von fünf Spielen eines gewonnen werden. Das letzte Punktspiel gegen die punktgleiche Mannschaft aus Ritterhude hat die Herrn 50 in einer Zitterpartie mit 4:2 gewonnen und somit den Klassenerhalt in der Regionsliga geschafft.

Tabelle

	Rang	Mannschaft	Begegnungen	S	U	N	Tab.Punkte	Matchpunkte	Sätze	Spiele
▲	1	TV Schwanewede	5	4	1	0	9:1	22:8	44:20	291:225
	2	SFL Bremerhaven e.V.	5	4	0	1	8:2	19:11	42:27	311:233
	3	TSV Wanna	5	3	1	1	7:3	19:11	43:27	298:225
	4	TSV Lesum-Burgdamm v. 1876 e.V.	5	2	0	3	4:6	15:15	35:33	289:284
	5	TV Gut Heil Spaden	5	1	0	4	2:8	7:23	20:47	227:315
▼	6	TuSG Ritterhude	5	0	0	5	0:10	8:22	17:47	187:321

Damen 50: Die Damen 50 ist in diesem Sommer in der Bezirksklasse angetreten. Leider hatten zwei leistungsstarke Spielerinnen zum Jahresbeginn den Verein gewechselt. Um dieses zu kompensieren, wurden aus zwei Mannschaften eine gemacht.

Da die Mannschaften in der Bezirksklasse mit spielstarken Spielerinnen gespickt sind, die über eine langjährige Erfahrung verfügen, lautete das Ziel unsere Damen „Klassenerhalt“. Leider konnte kein Spiel gewonnen werden. Das man aber in der Bezirksklasse mithalten kann, zeigen die Spielergebnisse. Drei von vier Spielen wurden knapp mit 2:4 verloren. Mit ein bisschen Glück hätten die Damen das ein oder andere Match gewinnen können. Das sollte Mut geben im kommenden Sommer den Wiederaufstieg anzupeilen.

Tabelle

	Rang	Mannschaft	Begegnungen	S	U	N	Tab.Punkte	Matchpunkte	Sätze	Spiele
▲	1	Nordholzer TC	4	4	0	0	8:0	20:4	41:10	271:147
	2	TV Schiffdorf	4	3	0	1	6:2	13:11	30:25	219:185
	3	TV Assel	4	1	1	2	3:5	10:14	23:32	183:237
	4	TC Blau-Weiss Nesse	4	1	1	2	3:5	10:14	23:33	198:247
▼	5	TV Gut Heil Spaden	4	0	0	4	0:8	7:17	20:37	182:237

Doppelrunde Herren 65: Die Herren 65 spielten in diesem Jahr, wie auch im Jahr zuvor in der Doppelrunde, d. h. pro angesetztes Punktspiel werden vier Doppel gespielt. Insgesamt waren vier Mannschaften in dieser Altersklasse gemeldet, so dass drei Spiele zu absolvieren waren. Mit einem gewonnenen Match, einem verlorenen Spiel und einem Unentschieden, platzierte sich unsere Spadener Vertretung im Mittelfeld.

Tabelle

Rang	Mannschaft	Begegnungen	S	U	N	Tab.Punkte	Matchpunkte	Sätze	Spiele
1	TV Bruchhausen-Vilsen e.V. II	3	2	1	0	5:1	10:2	21:5	140:72
2	TC Altenwalde	3	1	1	1	3:3	7:5	15:12	110:93
3	TV Gut Heil Spaden	3	1	1	1	3:3	5:7	11:14	96:112
4	TuS Woltmershausen v. 1890 e.V.	3	0	1	2	1:5	2:10	5:21	68:137

Tennis

Damen 50 Doppelrunde: Genau wie bei der Herren 65, belegte die Damen 50 dass Mittelfeld. Dieses aber auch nur, weil der Gruppensieger einen Satz mehr gewonnen hat. Mit etwas Glück wäre auch der Gruppensieg möglich gewesen. Mit der Doppelrunde wurde die Möglichkeit gegeben, dass auch die Spielerinnen an einem Wettkampf teilnehmen können, die noch nicht die Erfahrung und Spielstärke haben in der Bezirksklasse mitzuhalten.

Tabelle

Rang	Mannschaft	Begegnungen	S	U	N	Tab.Punkte	Matchpunkte	Sätze	Spiele
1	TC Altenwalde	2	1	1	0	3:1	6:2	13:4	91:50
2	TV Gut Heil Spaden	2	1	1	0	3:1	6:2	12:6	78:68
3	TV Bexhövede	2	0	0	2	0:4	0:8	1:16	44:95

Entsprechend wurde eine Mannschaft in der Herren 40 Doppelrunde gemeldet. Leider mussten wir feststellen, dass die Resonanz in den eigenen Reihen nicht ausreichte, so dass wir die Mannschaft leider wieder abmelden mussten.

Bedingt durch Corona wurde auch keine Jugendmannschaft gestellt.

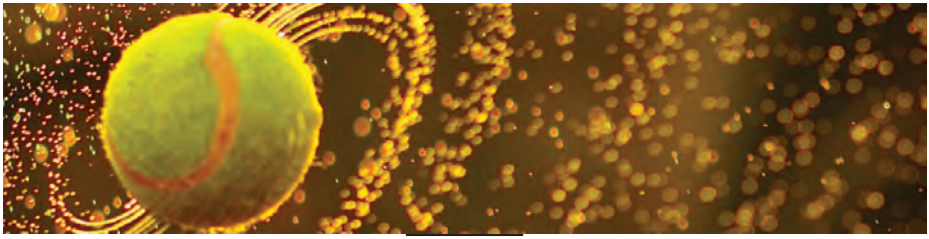
Schnuppertag für Kinder und Jugendliche: Bei wunderschönem Wetter haben viele Kinder und Jugendliche, die den Tennissport kennenlernen wollten, an dem Schnuppertag teilgenommen. Anfangs hatten wir mit einer geringen Beteiligung gerechnet, da nach Aushang der Plakate kaum Resonanz kam. Mit dem ergänzenden Aushang der Einladung in der Grundschule, kam dann eine Flut von Anmeldungen. Schlussendlich mussten wir leider die Teilnehmerzahl auf 20 begrenzen, um eine Betreuung sicherstellen zu können. Wir bitten die Kinder und Jugendlichen die eine Absage erhalten haben sowie deren Eltern an dieser Stelle um Verständnis. Im Jahr 2022 werden wir einen solchen Schnuppertag wieder veranstalten.

Bei vielen Spielen, Tennisübungen, Hot-Dogs und Getränken und bestem Wetter hatten alle viel Spaß und der Tag wurde ein voller Erfolg.

Merke: Sonnencreme nicht vergessen! Die „Trainer“ waren nachher teilweise gut im Nacken und Gesicht verbrannt 😉.

Für den heißen Einsatz gilt der Dank Neel Kling, Fabian von Riegen, Thomas Fliegel und Marc von Riegen auf dem Platz sowie Yvonne Martfeld-Kling und und Rita Woop für die „Randbetreuung“.

Wie schön: einige Kinder haben Spaß am Tennisspielen gefunden und sind mittlerweile bei Sandra Renz im Training und im Verein.



Tennis

Tennis

After-Work-Tennis: Ein Sportverein lebt vom Sport aber auch von der Geselligkeit. Viel zu lange mussten wir darauf verzichten. Daher haben wir recht spontan am Freitag, den 23.07. ein „After-Work-Tennis“ aus dem Boden gestampft.

Spieler der Tennisabteilung, aber auch Gäste waren herzlich willkommen und haben es sich, nach dem intensiven Tennisspielen, bei Bratwurst, Bier, Wein und Gemütlichkeit in der „Bude“ gut gehen lassen.

Ein schönes Bild. Alle Plätze belegt. Die Bude voll. So soll es sein!! 😉

Tennis

Vereinsmeisterschaft: Nachdem im vergangenen Jahr die Vereinsmeisterschaft aufgrund Corona ausgefallen war, wurde in diesem Jahr wieder eine Vereinsmeisterschaft angeboten. In den absolvierten Disziplinen sind folgende Sieger zu beglückwünschen:

- Damen-Doppel: Barbara Buck / Kerstin Palme
- Mix-Doppel: Thomas Fliegel / Anke Wenhold
- Herren Einzel: Christoph Clausen

Die Siegerehrung wurde im Rahmen der Abschlussfeier Sommersaison 2021, die bei Jan Cornelius stattfand, vorgenommen.

Neue Mitglieder: Neben den neu gestarteten Kindern und Jugendlichen freuen wir uns, dass es auch im Erwachsenenbereich einigen Zuwachs gegeben hat.

Wir heißen alle neuen Mitglieder der Tennisabteilung herzlich willkommen! Schön, dass ihr bei uns mitmacht. ☺

Viel Spaß in der Wintersaison, eure Abteilungsleitung Tennis

Thomas Fliegel,
Marc von Riegen,
Yvonne Martfeld-Klink
und André von Riegen

Tennis

Grünkohlwanderung

Tennisabteilung

2022

Liebe Tennisfreunde,

es ist nun bereits 2 Jahre her, dass wir zum letzten Mal mit dem Bollerwagen, durch die Feldmark gezogen sind, mit dem Ziel in geselliger Runde leckeren Grünkohl zu essen und dass ein oder andere Bier zu trinken. Vielleicht auch einen Schnaps dazu.

Für 2022 haben wir wieder eine Grünkohlwanderung geplant und laden euch hierzu gerne ein:

Am Samstag, den 05.02.2022

Treffen um 14.00 Uhr

Auf dem Sportplatz

Für Marschverpflegung (warme und kalte Getränke sowie leckere Schweinereien) wird gesorgt. Kosten für die Marschverpflegung sowie für das Grünkohlessen 20,00 Euro pro Person. Bezahlt wird am Treffpunkt.

Wir würden uns über eine rege Teilnahme sehr freuen. Partner:innen und/oder Freunde sowie sonstige Tennisinteressierte dürfen mitgebracht werden.

Aufgrund Corona findet das Essen unter 2G- und die Wanderung unter 3G-Bedingungen statt.

Anmeldungen bitte bis 15. Januar 2022 bei André von Riegen (Tel.: 0471/83659 oder Mobil/WhatsApp 0162/9012833 oder per Mail TVSpadenTennis@web.de

Liebe Grüße

Die Abteilungsleitung der Tennisabteilung

des TV Gut Heil Spaden

Made by Karolina

Hallo, wir sind die Tanzmäuse. Jeden Dienstag von 16:15 bis 17:15 Uhr tanzen wir mit unserer Übungsleiterin Karolina zu verschiedener Kindermusik. Wir lernen gemeinsam neue Tänze und haben Spaß an der Bewegung zur Musik. Wir sind 4 bis 7 Jahre alt und jeder ist herzlich willkommen.

Willst du auch dabei sein? Dann melde dich bei unserer Übungsleiterin Karolina.

Turnen

Hallo, wir sind die Turnmäuse 3-4 Jahre. Jeden Montag von 16.00 bis 17.00 Uhr turnen wir mit unseren Eltern unter Anleitung unserer Übungsleiterin Karolina. Jede Woche baut Karolina uns was anderes auf, damit wir immer eine neue Herausforderung haben. Es macht sehr viel Spaß, denn neben dem Turnen singt und spielt Karolina auch mit uns.

Willst du auch dabei sein dann melde dich bei unserer Übungsleiterin Karolina.

Turnen

Hallo, wir sind die Kleinsten und ein bis drei Jahre alt. Jeden Dienstag von 15.00 bis 16.00 Uhr zaubert Karolina die Turnhalle in einen Abenteuerspielplatz. Wir hüpfen, klettern, kriechen durch Tunnel und noch vieles mehr. Es macht einen Riesenspaß, denn Karolina zaubert uns jede Woche was Neues. Willst du auch dabei sein? Dann melde dich bei Karolina.

Karolina Kowalewski

H. Poggenburg

Dachdeckermeisterbetrieb

H. Poggenburg
Dachdeckermeister

Tränke 8
27619 Spaden

Telefon 04 71 / 9 81 84 42
Telefax 04 71 / 9 81 84 43

Kleinkinderturnen

Liebe Kinder, liebe Eltern! Wir freuen uns, mit euch zusammen das Kinderturnen im Alter von 4 bis 6 Jahren vorzustellen. Am 08.09.2021 sind wir gestartet und schon jetzt ist die Gruppe mit 15 Kindern voll.

In unserer Gruppe werden alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten wie Laufen, Springen, Schwingen, Klettern, Hangeln, Rollen, Werfen und Balancieren gefördert. Gemeinsames Spielen und Bewegen mit Gleichaltrigen, Lernen nachzugeben, sich zu behaupten, einander zu helfen, zu kooperieren, findet ihr bei uns.

Gern stellen wir uns kurz vor:

- Rebecca Stahlhofen, 36 Jahre alt, 2 Kinder (2 Jahre, 10 Monate alt), Betriebswirtin.
- Janika Witt, 35 Jahre alt, 2 Kinder (4, 2 Jahre alt), Technische Zeichnerin.

Vielleicht haben auch eure Kinder Freude und Lust am Turnen. Unter www.tvspaden.de findet ihr weitere Infos.

Wir freuen uns auf euch.

Rebecca Stahlhofen und Janika Witt

Tag/Zeit	Übungsraum	Übungsgruppe	Übungsleiter
Montag			
09.00 - 12.00	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Herren Senioren (Sommer)	Wolfgang Stanger
15.00 - 16.00	Turnhalle Sölzenweg	Koordinations- und Ballschule (4-6 J.)	Jürgen Schmitt
15.30 - 17.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Damen Seniorinnen (Sommer)	Renate Haushahn
16.00 - 18.00	Boule-Feld Sportplatz	Boule	Friedhelm Bräuer/Edgar Bethmann
16.00 - 17.00	Turnhalle Sölzenweg	Eltern-Kind-Turnen	Karolina Kowalewski
16.30 - 18.00	Halle Brookstraße	Handball mD (JSG**)	Hans-Dieter Busch/Luca Schulz
17.00 - 18.30	Turnhalle Sölzenweg	Handball wD (JSG**)	Burkhard Lerch / Jennica Naß
17.00 - 18.00	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Faszien-Training	Fred Ludwig
17.00 - 19.00	Sportplatz Jahnstr.	Freizeit-Kicker	Frank Meyer
18.00 - 18.45	Sporthalle Jahnstraße	Fitness-Shorty	Christa Kulik
18.30 - 20.00	Sporthalle Sölzenweg	Freizeit-Kicker (Winter)	Jürgen Jeltsch
18.45 - 20.00	Sporthalle Jahnstraße	Bodyforming	Martina Treusch
19.00 - 22.00	Sportplatz Jahnstr.	Bogenschießen - bis 90m	Dr. Jutta Pepperl
Dienstag			
10.00 - 11.30	Boule-Feld Sportplatz	Boule	Rosemarie Rywak
14.00 (1.+3. Di.)	ab Marktplatz Spaden	Wandergruppe Männer	Achim Rywak
15.00 (2. Di.)	Vereinsheim SC Lehe-Sp.	Skip-Bo (Frauen)	Helga Kynast
15.00 - 16.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Babyturnen (8-24 Monate)	Karolina Kowalewski
15.00 - 17.00	Turnhalle Sölzenweg	Leistungsturnen Anfänger weiblich (ab 6 Jahre)	Bernd Rühaak
16.00 - 19.00	Turnhalle Sölzenweg	Leistungsturnen weiblich (ab 8 Jahre)	Gisela Böttcher-Pagés/ Imke Koellner/Horst Schulz
16.00 - 18.00	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Herren 65+ (Sommer)	Heinz Haushahn
16.00 - 17.15	Gymnastikhalle Friesenstr.	Tanzmäuse (4-6 Jahre)	Karolina Kowalewski
16.00 - 17.30	Sporthalle Jahnstraße	Leichtathletik (Winter)	Uwe Jobs
16.30 - 18.00	Sportplatz Jahnstr.	Leichtathletik (6-11 Jahre) (Sommer)	Uwe Jobs
16.30 - 18.00	Halle Bogenstr.	Handball Mini (JSG**)	Susanne Zander/Sigrid Lerch
17.30 - 19.30	Sportanlage SFL	Bogenschießen - Jugendtraining	Dr. Jutta Pepperl
17.30 - 18.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Jugend (Sommer)	Sandra Renz

Tag/Zeit	Übungsraum	Übungsgruppe	Übungsleiter
17.30 - 18.30	Sporthalle Jahnstraße	Fitnessgruppe	Christa Kulik
18.00 - 19.30	Sportplatz Jahnstr.	Leichtathletik (ab 12 Jahre) (Sommer)	Uwe Jobs
18.00 - 20.30	Turnhalle Sölzenweg	Gerätturnen männlich (6–14 Jahre) und Jugend-/Männer-/Frauenturnen	Jan Michaelis/Kim Harbrücker
18.00 - 20.00	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Herren 50+	
18.30 - 20.00	Sporthalle Jahnstraße	Männerfitness – All in One	Kim Grenzer
18.30 – 20.00	Halle Brookstr.	Handball Herren	Malte Bruns/Christian Gercken
18.30 - 19.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Damen 40 Doppel (Sommer)	
19.30 (1.+3. Di.)	Vereinshaus Jahnstr.	Viereff-Treff	Claudia Gundermann
20.00 - 21.00	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Haltungstraining	Anja Kempf
20.30 - 22.00	Turnhalle Schiffdorf	Handball Damen	Thorsten Breninek
Mittwoch			
09.00 - 10.00	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Haltungstraining	Anja Kempf
09.00 - 10.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Wirbelsäulengymnastik I	Meike Stein
10.00 - 11.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Wirbelsäulengymnastik II	Meike Stein
11.00 - 12.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Sitzgymnastik für Männer	Meike Stein
14.00 (3. Mi.)	ab Marktplatz Spaden	Wandergruppe Frauen	Helga Kynast
14.30 - 17.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Jugend (Sommer)	Sandra Renz
15.00 - 17.00	Turnhalle Sölzenweg	Handball Mini	Grit Menge/Jana Vollers
15.30 - 17.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Damen 40 I (Sommer)	Kerstin Palme
16.00 - 17.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Kleinkinderturnen (4–6 Jahre)	Rebecca Stahlhofen/Janika Witt
16.00 - 18.00	Boule-Feld Sportplatz	Boule	Frank Meyer/Wolfgang Gräber
16.00 - 18.00	Sportplatz Jahnstr.	Sportabzeichen (April - November)	Ursula Kamjunke/Imke Klischies
16.00 - 17.00	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Kinder-Yoga (9-13 Jahre)	Fred Ludwig
17.00 - 19.00	HdB Friesenstr.	Spielmannszug (Anfänger)	Gudrun Butt/Dagmar de Haas
17.00 - 18.30	Sportplatz Jahnstr.	Leichtathletik (ab 12 Jahre) (Sommer)	Lothar Heisel
17.00 - 19.00	Turnhalle Friesenstraße	Tischtennis Kinder/Jugend	Thore Frenzel/Luis Steenken
17.00 - 18.30	ab Parkplatz Sportplatz	Kurs*: Nordic Walking Fortgeschritt.	Fred Ludwig
18.00 - 19.30	Sporthalle Jahnstraße	Badminton-Freizeitgruppe	Wolfgang Gräber

Tag/Zeit	Übungsraum	Übungsgruppe	Übungsleiter
18.00 - 19.30	Halle Brookstraße	Handball /mB (JSG **)	Burkhard Lerch
18.00 - 22.00	Sportplatz Jahnstr.	Baseball	Ingo Eichberger
18.00 - 20.00	Sportplatz Jahnstr.	Bogenschießen (Sommer)	Dr. Jutta Pepperl
18.00	ab Sportplatz Jahnstr.	Radfahren - nur mit Muskelkraft	Jürgen Schmitt/Lutz Jenz
18.30 - 20.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Damen 40 II (Sommer)	Anke Wenhold
19.00 - 22.00	Turnhalle Friesenstraße	Tischtennis Erwachsene	Nico Duden
19.00 - 21.00	HdB Friesenstr.	Spielmannszug (Erwachsene)	Daniela Rywak
Donnerstag			
09.00 - 12.00	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Herren Senioren (Sommer)	Wolfgang Stanger
09.30 - 10.30	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Fit mit Baby	Sarah Seidel
14.00 - 15.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Sitzgymnastik für Frauen I	Maren Dahnke
14.30 - 15.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Jugend (Sommer)	Sandra Renz
15.00 - 16.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Sitzgymnastik für Frauen II	Maren Dahnke
15.00 - 16.30	Turnhalle Sölzenweg	Allg. Kinderturnen (6–11 Jahre)	Bernd Rühaak
15.00 - 17.30	Turnhalle Sölzenweg	Leistungsturnen Anfänger weiblich (ab 6 Jahre)	Bernd Rühaak/ Horst Schulz
15.30 - 18.00	Boule-Feld Sportplatz	Boule	Jürgen Jeltsch
16.00 - 17.00	Sporthalle Jahnstraße	Leichtathletik (ab 12 Jahre) (Winter)	Lothar Heisel
18.00 - 19.00	Turnhalle Sölzenweg	Kurs*: Zumba®	Anika Hencken
18.30 - 20.00	Turnhalle Brookstr.	Handball Frauen	Thorsten Breninek
18.00 - 20.00	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Herren 40+ (Sommer)	Thomas Fliegel
18.00 - 19.00	Sporthalle Jahnstraße	Yoga	Nadine Eichberger
18.00 - 19.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Wirbelsäulengymnastik III	Maren Dahnke
18.30 - 19.30	Tennisplätze Jahnstr.	Tennis Jugend (Sommer)	Sandra Renz
19.00 - 20.00	Turnhalle Sölzenweg	Yoga	Fred Ludwig
19.00 - 20.00	(Treffpunkt erfragen)	Spadener Lauftreff	Uwe Menge
19.00 - 22.00	Sportplatz Jahnstraße	Bogenschießen - bis 90m	Dr. Jutta Pepperl
19.00 - 20.00	Sporthalle Jahnstraße	Kurs*: Pilates	Nadine Eichberger
20.00 - 22.00	Turnhalle Lutherschule	Bogenschießen (Oktober bis März)	Dr. Jutta Pepperl
Freitag			

Tag/Zeit	Übungsraum	Übungsgruppe	Übungsleiter
09.00 - 10.00	Sporthalle Jahnstraße	Senioren-Yoga	Fred Ludwig
10.00 - 11.00	Sporthalle Jahnstraße	Fitness für Ältere	Fred Ludwig
14.30 - 16.00	Turnhalle Sölzenweg	Handball mE (JSG**)	Jürgen Schmitt/Hans-D. Gercken
16.00 - 18.30	Turnhalle Sölzenweg	Leistungsturnen weiblich (ab 8 Jahre)	Gisela Böttcher-Pagés/ Imke Koellner/Anna Hencken
16.00 - 18.15	Turnhalle Sölzenweg	Allgemeines Turnen Jungen ab 6 J.	Jan Michaelis/Kim Harbrücker
17.00 - 18.30	Hans-Gabrich-Halle	Handball mD (JSG**)	Hans-Dieter Busch/Luca Schulz
17.00 - 19.00	Sporthalle Jahnstraße	Tischtennis Kinder und Jugend	Daniel Becker/Luis Steencken
18.30 - 20.00	Hans-Gabrich-Halle	Handball /mB (JSG**)	Burkhard Lerch
19.00 - 22.00	Sporthalle Jahnstraße	Tischtennis Erwachsene	Nico Duden
19.00 - 20.30	Turnhalle Sölzenweg	Fit durch Spiele (Männer Ü30)	Uwe Menge
20.00 - 22.00	Gymnastikhalle Friesenstr.	Tischtennis Senioren	Manfred Schmiedel/Mario Wetjen
20.30 - 22.00	Turnhalle Sölzenweg	Baseball (Winter)	Ingo Eichberger
Sonnabend			
09.45 - 12.30	Turnhalle Sölzenweg	Leistungsturnen weiblich	Gisela Böttcher-Pagés / Imke Koellner/ Liliane Heinsohn
13.45 - 22.00	Sporthalle Jahnstraße	Tischtennis Punktspiele	Nico Duden/Daniel Becker
14.30 - 18.30	Turnhalle Sölzenweg	Bogenschießen (Oktober - März)	Dr. Jutta Pepperl
14.30 - 16.30	Sportplatz Jahnstraße	Bogenschießen - Anfänger/Jugend	Dr. Jutta Pepperl
14.30 - 18.30	Sportplatz Jahnstraße	Bogenschießen - Fortgeschrittene	Dr. Jutta Pepperl
Sonntag			
14.00 - 16.30	Sportplatz Jahnstr.	Baseball	Matthias Kück
14.00 - 17.00	Turnhalle Sölzenweg	Baseball (Winter)	Matthias Kück

*) Kursangebote sind keine Dauerangebote und erfordern eine separate Anmeldung
**) JSG TVL/LTS/Spaden

Saisonbericht 2021 der Radsportgruppe

Mit einem Abschlussessen und anschließendem gemütlichen Beisammensein (Dank an Mario!) beendete die Radsportgruppe „Radfahren nur mit Muskelkraft“ die Saison 2021. Die achte Saison seit Bestehen der Gruppe war eine Besondere. Zum einen einigten sich die Mitglieder darauf, jeden Mittwoch von April bis Oktober ihre Übungstouren abzufahren, zum anderen war durch die Corona-Pandemie der gemeinsame Start erschwert. Insgesamt wurden 32 Radtouren durch den Landkreis Cuxhaven in einem Radius von 25 km um Spaden durchgeführt. Sieben Touren wurden bis Mitte Mai als Wochentour online gestellt, so dass jeder individuell unter den Corona-Beschränkungen die Tour fahren konnte. Eine Rückmeldung erfolgte durch ein Beweisfoto. Mit einer Beteiligung von durchschnittlich 14 bis 15 Mitradlern kam so eine beachtliche **Übungskilometerleistung von 13364 km** zustande. Die längste Übungstour an einem Mittwoch wurde über Dorum, Altendeich nach Wremen mit 48 km Länge durchgeführt. Insgesamt steigerte

Karl-Heinz Wilcken
Rechtsanwalt
zugleich Fachanwalt für Verkehrsrecht
Tätigkeitsschwerpunkte:
Versicherungs-, Schadensersatz- und Arbeitsrecht
Leher Landstraße 111 • 27607 Geestland (Langen)
Tel. 0 47 43 - 913 19 39 • www.rechtsanwalt-wilcken.de

die Radsportgruppe auch ihre Geschwindigkeitsleistungen, so dass Übungstouren mit Durchschnittsgeschwindigkeiten von 22 bis 24 km/h keine Seltenheit waren. Der Gewinner des Wanderpokals 2021 für am meisten gefahrene Kilometer in den Übungsstunden ging mit **994 km an Carsten Kamjunke**, knapp gefolgt von Uwe Menge (902 km) und Hans-Dieter Gercken (852 km). Diese guten Trainingsleistungen wurde von weiteren **acht(!)** Mitradlern mit Kilometerleistungen zwischen 700 km und 800 km bestätigt.

Neben dem sportlichen Radeln kam auch in diesem Jahr die Geselligkeit innerhalb der Gruppe durch mehrere Grillfeten anlässlich von Geburtstagen oder Gartenhütteneinweihungen nicht zu kurz. Mein Dank geht insbesondere an die Ausrichter dieser Veranstaltungen, denn das kameradschaftliche Miteinander wird dadurch in der Radsportgruppe gelebt und intensiv gefördert.

Dieses Miteinander und gegenseitige Vertrauen ist auch notwendig, wenn sich 19(!) der 22 Mitglieder der Radsportgruppe auf ihre mehrtägige Wanderfahrt Ende September machen. Nach der erfolgreichen Absolvierung der Deutschlandtour von Flensburg nach Spaden in den vergangenen Jahren wurde vom 22. bis 26.09.2021 das nächste Projekt - von Spaden nach Prag - begonnen. Hinsichtlich der Planung dieser Wanderfahrt kommt man angesichts der Teilnehmerzahl allerdings an die organisatorischen Grenzen. Neben der Buchung der Unterkünfte müssen auch die Tankstopps, die Mahlzeiten und die Bahnfahrten akribisch geplant werden. Hier haben Hans-Dieter Gercken, Lutz Jenz und Detlev Semler wertvolle Hilfe im Vorfeld der Tour geleistet. Ihnen gilt ein besonderer Dank. Der Tourenverlauf dieser Wanderradtour orientiert sich zum großen Teil an dem Elberadweg, dem **Deutschlandradweg D 10**. Mit der ersten Etappe von Lüneburg nach

Magdeburg wurden noch einmal von jedem Teilnehmer 348 km unter den Sattel genommen. Damit steigerte die Radsportgruppe ihre **Gesamtkilometerleistung auf beachtliche 19976 km.**

Um den gesamten Tourenverlauf anschaulich zu machen und Nachahmer zu motivieren, wird hier das Logbuch der ersten Etappe von Lüneburg nach Magdeburg nicht nur für Insider veröffentlicht:

Logbuch Radtour Lüneburg – Magdeburg: D10 Tour 2021 vom 22.-26.09.2021; Teilnehmer: Detlef Asendorf, Michael Behrmann, Bernd Burandt, Horst Cassellius, Matthias Coordes, Bernd Evers, Hans-Dieter Gercken, Walter Gercken, Bernd Hencken, Werner Hencken, Heinz Hujer, Lutz Jenz, Carsten Kamjunke, Heinz-Georg Krupp, Uwe Menge, Jürgen Schmitt, Detlev Semler, Stephan Simlesa, Hans-Dieter Stark

Mittwoch 22.09.2021: Lüneburg – Hitzacker (Elbe); **Gesamtfahrstrecke: 64 km, 4:10 h Fahrzeit; Mecklenburgischer Seenradweg (Lüneburg – Waren/Müritz):** Lüneburg Bhf, Schiffshebewerk Scharnebeck 9 km, Neetze 19 km, Bleckede 30 km; **Elberadweg D 10 (linksseitig):** Alt Garge 34 km, Walmsburg 40 km, Neu Darschau 42 km, Elbdorado 44 km, Drethem 48 km, Tiesmesland 52 km, Hitzacker 64 km; **Unterkunft: Hotel zur Linde** (Zimmerbelegung 3 BZi: Uwe + Carsten + Jürgen, Bernd + Heinz + Heinz-Georg, Michael + Hadi + Werner, DZ: Semmel + Walter, Detlef + Bernado,

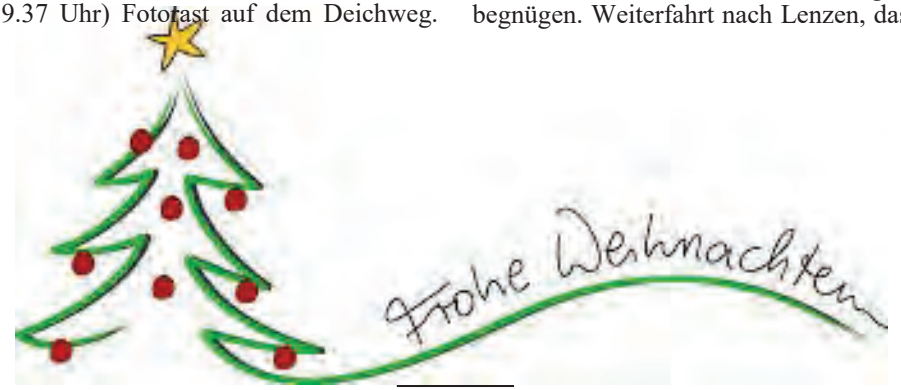
Bebu + Horst, Pille + Stephan, Tille + Lutz)

Treffen frühmorgens um 5:45 Uhr bei W. im Moorhofsweg. Flüssige Verpflegung in Form von pfandfreien Astra-Bierdosen wird gebunkert, Abschiedsfoto und los geht es zum Leher Bahnhof, wo uns S. schon freudig erwartet. Trotz vieler Plan B-Überlegungen klappt die dreistündige Zugfahrt mit 19 Fahrrädern hervorragend. Plaudereien, Frotzeleien und Zoten von vergangenen Touren verkürzen die Zeit während der Zugfahrt. Nach dem Sammeln am Bahnhof Lüneburg geht es auf dem Radweg Mecklenburgische Seenplatte zum Schiffshebewerk Scharnebeck. Dort sind wir nach 11 km um 10.20 Uhr, erste Rast mit Astra Bier, Bioverpflegung aus dem Gewächshaus und Gruppenstartfoto. Um 12.00 Uhr erreichen wir in Bleckede nach 32 km die Gaststätte „Altes Zollhaus“ nach einer Fahrzeit von 1h 55 min. Leider nur 6mal Mittagstisch vorhanden, der Rest isst Currywurst – Pommes (das setzt sich fort!). Nach der Weiterfahrt (kurze Besichtigung des Schlosses Bleckede mit Biosphärium) wird die Gruppe in Neu Darschau im Elbdorado getrennt (Knieprobleme). Der Rest der Truppe fährt den Elberadweg weiter, muss aber auch die Steigung nach Tiemesland und eine gefährliche Schotterabfahrt nehmen. Kurz vor Hitzacker treffen wir wieder zusammen und genehmigen uns ein Astra direkt an der Elbe.

Schulklassen stören die Idylle. Um 17.15 Uhr erreichen wir nach 64 km Hitzacker. Eine Kiste Bier wird im Hinterhof zum Ankommen geleert. Danach geht es den Weinberg (nördlichstes Weinbaugebiet in Dtl.) hinauf zum Restaurant Waldfrieden mit gediegenem, aber gutem Essen ab € 24. Alle sind zufrieden – nur die neuen Kassenwarte nicht. Rekordzeche, die auch noch in bar beglichen werden muss.

Donnerstag 23.09.2021: Hitzacker – Wittenberge; Gesamtfahrstrecke: 84 km, 4:50 h Fahrzeit; Elberadweg D 10 (linksseitig): Jasebeck 9km, Damnatz 14km, Elbebrücke Dömitz 20km; **Elberadweg D 10 (rechtseitig):** Dömitz 23km, Kietz 34km, Mödlich 40 km, Fähranleger Lenzen 44km, Lenzen (Haus am See) 49 km, Wustrow 55 km, Cumlosen 66km, Wittenberge 84 km; **Unterkunft: Apartment-Hotel Wittenberge** (Zimmerbelegung: 3 BZi Pille + Uwe + Detlef, DZ: Michi + Bernado, Walter + Semmel, Stephan + Lutz, Hadi + Jürgen, Werner + Carsten, Horst + Kruppi, Bebu + Heinz, Bernd + Tille).

Abfahrt in Hitzacker um 8.45 Uhr bei bedecktem gutem Fahrradwetter. Nach 12,5 km kurz vor Damnatz (um 9.37 Uhr) Fototast auf dem Deichweg. Danach Fahrt auf dem restaurierten Elbdeichweg mit ordentlichem Rückenwind. Unterbrochen wird die rasende Fahrt durch zwei genau auf uns zukommenden Düsenjäger, die im Tiefflug unsere gelbe Truppe als Ziel ausgesucht haben. Kurz vor uns drehen sie mit Angst einflößendem Getöse nach links weg. W. fährt vor Schreck H. hinten rein und fällt mit einem galanten Abrollen um. Um 11.30 Uhr erreichen wir - nach der Überfahrt über die Elbbrücke - Dömitz auf der rechten Elbseite nach 23 km. Die Festung wird besichtigt, danach Frühschoppen im Torhaus. Dort werden wir schon von den Nachbarn bestaunt und erwartet. 19 Radfahrer in Gelb sieht man nicht alle Tage. Im Wintergarten erwartet uns Schwarzbier und ordentlich Angst- und Männerschweiß vom Fliegerangriff. S. betätigt sich als Reikimeister zur Behebung der Kniebeschwerden. Weiterfahrt durch die schönen Elbauen auf dem Radweg Dömitz-Lenzen. An der Fähre Lenzen längerer Obstbrandstopp, da Brand von der Mosel noch von der Carport-Fete übrig geblieben ist. S. bekämpft erfolgreich die Erkältungssymptome und nimmt gleich 5mal die Medizin zu sich. W. muss sich mit 4 Behandlungen begnügen. Weiterfahrt nach Lenzen, das



mit folgendem Worten beworben wird: *Der Ortskern des Fachwerksstädtchens ist nahezu erhalten und wurde in den letzten Jahren liebevoll restauriert.* Allerdings sehen wir nur verfallene Häuser. Wir kommen pünktlich zum Mittagessen nach 48 km um 13.30 Uhr im Haus am See an. 5 Minuten nach dem Eintreffen haben 19 hungrige Radler Schwarzbier und Curry-Wurst – Pommes. Ein Hoch auf die Organisation! Die Weiterfahrt erfolgt auf dem Elbdamm oder dem Deichweg daneben mit viel Rückenwind. P-Pausen wegen Astra-Bier und Suche nach Kaffee und Kuchen halten uns etwas auf, aber wir schaffen die 84 km nach Wittenberge und treffen dort um 17.45 Uhr ein. Im Apartment-Hotel Wittenberge erfolgt das Einchecken mit Telefonkontakt zur Vermieterin und Übermittlung von Codes und Infos. Allerdings erschwert Aufruhr im Flur die Kommunikation, da man sein eigenes Wort nicht mehr verstehen kann. W. muss in seinem Amt als Speaker recht resolut werden, damit die Obstbrandfolgen eingedämmt werden. Absacker im Innenhof runden den Tag ab.

Freitag 24.09.2021: Wittenberge – Stendal; Gesamtfahrstrecke: 91 km, 5:15 h Fahrzeit; Elberadweg D 10 (rechtseitig): Schadebeuster 6 km, Umleitung über Klein Lüben und bei Sandkrug wieder auf D 10 12 km, Stauwehr Gnevsdorf 21km, Insel zwischen Gnevsdorfer Vorfluter und Elbe bis Stauwehr Quitzöbel 31 km, Havelberg 41 km, Gasthaus Mühlenholz

44 km, Fähre Räbel / Warben 46 km; **Elberadweg D 10 (linksseitig):** Kannenberg 51 km, Käcklitz 55 km, Kirch-Rolkritz 60 km, Arneburg 74 km; **Altmarkrundkurs:** Wischer 80 km, Hassel 84 km, Stendal 91 km; **Unterkunft: Hotel Adler** (Zimmerbelegung: 3 BZi Pille + Carsten + Kruppi, DZ: Semmel + Uwe, Walter + Stefan, Heinz + Werner, Bernd + Detlef, Horst + Hadi, Bebu + Bernado, Michael + Jürgen, Lutz + Tille)

Die „Tour der Leiden“ geht für einige Mitradler nach Erkältungsbeschwerden, Knieproblemen weiter. Zum Frühstück kommen noch eine Magenverstimmung mit Currywurst und Fisch und alles andere durch den Hals hinzu. Aber alle beißen sich durch! Abfahrt um 8.45 Uhr mit Fahrt durch Wittenberger Kopfsteinplaster am Uhrenturm und der Ölmühle vorbei. Enger Deichweg bis Schadebeuster, dort eine Umleitung über Klein Lüben hin zum Stauwehr Gnevsdorf. Schafe über Schafe und Deich, Deich, Deich begleiten uns dorthin. Das Stauwehr ist gesperrt wegen Bauarbeiten, so dass der wunderschöne Radweg auf der Insel zwischen Elbe und Havelkanal unerreichbar scheint. Doch H. „besticht“ die Bauarbeiter, so dass wir nach einem Bier und Gruppenfoto die Räder vorsichtig über das Stauwehr schieben können. Um 9.45 Uhr nach 21 km sind wir auf der Insel und erleben links die Havel und rechts die Elbe. Nach Kilometer 41 erreichen wir Havelberg nach kurzer Rundfahrt durch die Altstadt und Auffahrt zum Dom. Dort genießen wir beim Italiener ein kühles Dunkles und den Blick auf die Altstadt von Havelberg. Einige berichten über ihre Schlaferlebnisse: „Ich habe geschlafen wie ein Apfel …“, oder philosophieren vom Leben: „Keine

Termine und immer einen im Tee.“ Nach solchen geistreichen Gesprächen freuen sich alle auf die Weiterfahrt zum Mittagessen im Gasthaus Mühlenholz. 19mal Gulasch, Rotkohl und Kartoffeln warten auf uns, sowie Schwarzbier (wir haben nur 6 Flaschen!), 10 Torten und Espressi sowie Nachschlag durch B. werden vertilgt. Die Gesamtrechnung beläuft sich auf 95,-€! Die drei Bedienungen können nicht rechnen, aber waren sehr bemüht. Die Kassenwarte freuen sich und haben den ersten Abend wieder reingeholt (Fortsetzung folgt). Eine andere Fahrradgruppe mit E-Bikes fördert den Spruch: „ Ziehe ich meine Beine ein, könnte ich ne Kugel sein.“ S. behandelt mit vollem Körpereinsatz die Knieprobleme und schwitzt die Entzündung raus. Weiterfahrt zur Fähre Warben/Räbel auf die andere Elbeseite. Die Wegstrecke wird etwas schlechter, da fast ausschließlich gepflasterte Wirtschaftswege. So folgt die nächste Rast mitten in der Walachei neben einem Maisfeld. Es ist noch Astra da! Wir erreichen Arneburg nach 74 km und 4 h50min Fahrzeit um 15.45 Uhr zur Kaffeezeit. Herrlicher Blick von der Burgschänke mit Aussichtsturm auf die Elbe. Eisbecher, Torten und Schwarzbier wird unser neues Nachmittagsvergnügen. Die Weiterfahrt nach Stendal über einen unebenen Waldweg führt zu einem Speichenbruch bei B. Ankunft in Stendal um 17.45 Uhr nach 91 km. B. findet noch eine Fahrradwerkstatt und lässt sich gleich ein neues Vorder- und Hinterrad montieren. Zimmer im Hotel Adler sind

teilweise sehr großzügig gehalten (Juniorsuite). Das Abendessen wird mit Steaks, Rotwein und Cocktails regelrecht zelebriert.

Samstag 25.09.2021: Stendal – Burg; Gesamtfahrstrecke: 66 km, 3:45 h Fahrzeit; Fahrradweg Stendal – Tangermünde 12 km **, Elberadweg D 10 (linksseitig):** Elbbrücke 20 km; **Elberadweg D 10 (rechtsseitig):** Fischbeck 21 km, Jerischow 31 km, Ferchland 37 km, Parey 43 km, danach Singletrail, Zerben 49 km, Parschau 57 km, **Elbe-Havel-Radweg:** Burg 66 km; **Unterkunft: Hotel Carl von Clausewitz** (Zimmerbelegung: EZ: Jürgen, Walter, Pille, DZ: Heinz + Uwe, Carsten + Lutz, Stefan + Semmel, Werner + Bernd, Bebu + Michael, Horst + Bernado, Hadi + Tille, Kruppi + Detlef).

Abfahrt um 9.00 Uhr nach Fotosession vorm Roland und der Marktkirche. Nach 12km Rast in

Tangermünde an der Elbe um 10.00 Uhr. Immer ist noch Astra da! Weiterfahrt zur großen Brücke über die Elbe und die angrenzenden Elbauen. Nach der Brücke bei Fischbeck hat W. einen Speichenbruch und muss den Rest des Weges bis Magdeburg mit starkem Achter weiterfahren. Kurz vor Jerichow (31km) an einer Schutzhütte zur Erinnerung an das Elbehochwasser 2013 längere Rast mit Ouzo, Julischka, vollen Bierdosen (nicht nur Astra) und Hans Albers. Der Chor der Radler lässt den Jungen wiederkommen und schunkelt die Schnapsflaschen leer. Die Stimmung wird vom Befehl zum Aufsatteln jäh unterbrochen. Auch die Mail an S. wegen des nicht gebongten Gulasch-essens im Mühlenholz trägt für die Kassenwarte nicht zur Stimmungs-aufhellung bei. Weiterfahrt um 11.15 Uhr Richtung Ferchland und einer Sackgasse an der Steilküste. Hinter Parey an einem Kiessee lädt das Gasthaus „Lieblingsplatz“ nach 43 km zum Mittagessen ein mit 19mal Bier und 19mal lauwarmer Kartoffelsuppe. Die Weiterfahrt erfolgt über einen 10cm breiten Singletrail, der W.`s Speichen grüßen lässt. Ein kurzer Stopp vor Parschau am Kohlrabi-Feld hebt wieder die Stimmung. Danach Burg wo alle Kneipen dicht sind, auch eine Stadtrundfahrt bringt nichts. Die Dörfer und Städte am Wegesrand wirken auch am Samstag wie ausgestorben, nur die kläffenden Hunde begleiten unseren Fahrradtross. Deshalb Einkaufen der Selbstverpflegung. Um 17.00 Uhr erreichen wir das Hotel Carl zu

Clausewitz in einer alten Kasernenanlage. W. organisiert eine spontane Gartenparty und die Fahrräder werden im Keller eingebunkert. Abendessen beim Italiener, der die Speisekarte heruntersingen will. Allerdings überstimmen ihn 19 lautstarke Radler. Nach dem Abendessen Fortsetzung der Gartenparty mit Famlienfete: P. redet und redet, W. mit Gegenrede: „Sonst hört der nie auf!“. Kein Warten auf Godot, sondern auf das Enkelkind.

Sonntag 26.09.2021: Burg - Magdeburg; Gesamtfahrstrecke: 43 km, 3:00 h Fahrzeit; Elbe-Havel-Radweg: Hohenwarthe Siedlung 8 km, **Elberadweg D 10 (rechtsseitig):** Wasserstraßenkreuz Hohenwarthe 13 km, Alt Lostau 16 km, Jahrtausendturm Magdeburg 27 km, GETEC Arena 29 km, Cafe Löffel Elbinsel 30 km, Dom 36 km, Stadtrundfahrt und Hauptbahnhof 40 km.

Abfahrt bei warmen, sonnigen Wetter um 9.10 Uhr. Fahrt am Mittellandkanal entlang zur Schleuse Hohenwarthe Nord, dann zum Wasserstraßenkreuz Hohenwarthe Süd. Anschließend Frühschoppen mit DDR-Ambiente in der „Mörtelstube“ nach 12 km um 9.45 Uhr. Weiterfahrt nach Magdeburg immer an der Elbe lang, am Jahrtausendturm vorbei zur GETEC-Arena. Kleine Irrfahrt zum Cafe Löffel (32 km um 12.30 Uhr): Endlich: Wir sind Opa! Begrüßung der neuen Erdenbürgerin ist angesagt mit Doppelkorn und Kümmerling, dazu Bockwurst und Kartoffelsalat (nur 6

Portionen vorrätig), der Rest muss mit Frikadellen vorlieb nehmen. Auch Köstritzer und Käsekuchen ist sehr schnell alle. Diskussion um die Abfahrtszeit, es bleibt bei 15.33 Uhr. Nach kleiner Stadtrundfahrt und Besichtigung Hundertwasserhaus, Dom (leider geschlossen), Kloster Unser Lieben Frauen geht es zum Hauptbahnhof. 4mal Quer-durch Land – Ticket wird besorgt, mehrmaliger Bahnsteigwechsel durchgezogen und geflucht, dann sind **wir alle** wohlbehalten im Zug. Nach Umstiegen in Braunschweig und Hannover landen **wir alle** glücklich und zufrieden am Bahnhof Lehe und nach 43 km in Spaden.

Auf nach Dresden im September 2022!!!

Radfahren
nur mit Muskelkraft

Gesamtstatistik:

- **Gesamtstrecke 348 km**
- **Gesamtfahrzeit21h**
- **Durchschnittsgeschwindigkeit 16,6 km/h**
- **Defekte: 2 Speichenbrüche**

Jürgen Schmitt

Pilates

Mit Pilates zurück zu einer starken **K**örpermitte. Nach einer Schwangerschaft eignet sich Pilates ideal, um eine starke Körpermitte wieder zurück zu bekommen. Ebenfalls wird beim Pilates intensiv der Beckenboden mit einbezogen und kräftig diesen. Gleichzeitig kräftigt das Pilates-Training gezielt die tiefliegende Muskulatur und trägt zu einer aufrechteren Haltung bei.

Nadine Eichberger

Kursangebot: donnerstags von 19:00 bis 20:00 Uhr
in der neuen Halle in der Jahnstraße 26a

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Pilates-Kurs

für Erwachsene - auch für Anfänger geeignet -
ab Donnerstag, 13. Januar 2022 (10 Wochen)
jeweils von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr
in der neuen Sporthalle, Jahnstr. 26a
Anleitung durch Pilates- und Yoga-Trainerin
Nadine Eichberger

Neuer Kurs

- 10 Abende à 60 min
- Gruppe mit max. 10 Teilnehmern
- **schriftliche Anmeldung bis 03.01.2022 erforderlich**
- **Kosten: € 15,00 für Mitglieder, € 60,00 für Nichtmitglieder**
- **Mitzubringen sind: Gymnastikmatte und Decke/Handtuch**

Weitere Infos in der VereinsApp Erhältlich im App Store Google Play
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. 26 dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

Gesundheitssport

Adria Saal bis zu 120 Personen

Restaurant-Bistro-Saal-Biergarten
RESTAURANT ADRIA KUPRESAK
www.AdriaRestaurant.de

"ADRIA" Restaurant
Leher Straße 17
27619 Spaden

Herzlich willkommen
Die Linde
FAMILIE KUPRESAK
www.AdriaRestaurant.de

"Die Linde" Saal
Leher Straße 59
27619 Spaden

Www.AdriaRestaurant.de
eMail:info@adriarestaurant.de
Info:0471/805900 + 01716442882

Linde Saal bis zu 350 Personen

Haltungstraining oder „Wie gehst, stehst oder sitzt du?“

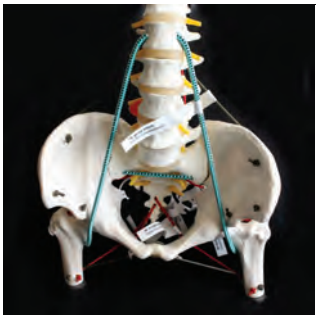
Es gibt viele Gründe, warum es heutzutage so schwer ist, gerade zu stehen, zu gehen oder zu sitzen. Ein großer Faktor für eine gekrümmte Körperhaltung könnte wohl das sehr lange und ruhige Sitzen im Alltag sein.

Unter Evolutionsgesichtspunkten ist der menschliche Körper aber überhaupt nicht für stundenlanges Sitzen ausgelegt. Eigentlich müssten wir die Zeit, die wir normalerweise sitzen, im Stehen, mit Gehen oder in Bewegung verbringen und andersherum nur den Teil sitzen, den wir heute normalerweise in Bewegung sind.

Viele Arbeitsplätze mit überwiegend sitzender Tätigkeit können ein muskuläres Ungleichgewicht im Körper schaffen. Muskelverkürzungen sind häufig die Folge. Verkürzte Muskeln können die Körperachsen verschieben, meistens nach vorne, aber auch zur Seite.

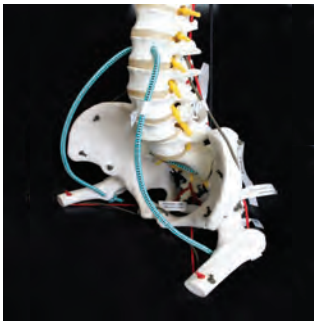
Durch übermäßiges Sitzen kann sich eine bedeutende Muskelgruppe, Hüftbeuger genannt, verkürzen. Diese Muskelgruppe verläuft unsichtbar durch den Körper.

Beim Sitzen beispielsweise wird kein langer, gedehnter Hüftbeuger gebraucht, also spart der Körper die überschüssige Muskellänge ein, denn nur durch ständiges Abrufen der Dehnfähigkeit bleibt diese erhalten.



Der dicke grünblaue Strang ist einer der Hüftbeuger-Muskeln. Es ist ein besonders kräftiger Muskel, der uns in unserer Körpermitte stabilisiert.

Wenn wir stehen, ist der Hüftbeuger gedehnt,…

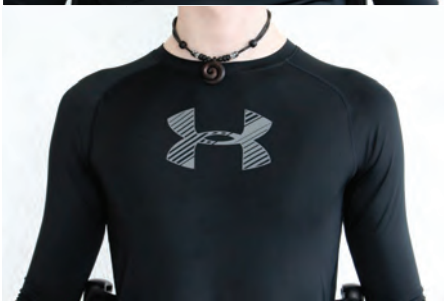


...wenn wir sitzen, ist der Hüftbeuger locker.

Die Beule im Strang zeigt das Potenzial der Verkürzung, die überschüssige Länge könnte der Körper jetzt einsparen.

Die Brustmuskulatur ist eine weitere Muskelgruppe, die bei einer nach vorne gebeugten Haltung zur Verkürzung neigt und dann die ganze Schulter nach hinten in ihrer Bewegung einschränkt.

Gekrümmte Haltung - häufig entstehen dann Falten vorne auf einem T-Shirt.



Aufrechte Haltung - die Falten sind weg oder deutlich weniger.

AUTOTREFF SPADEN

Kfz-Reparatur - Tanken - Fahrzeugpflege

KFZ-MEISTERBETRIEB

SERVICE FÜR ALLE MARKEN

Inspektion/Ölservice
HU*/AU
Reifenservice
Auspuffservice
Bremsenservice
Klimaservice
Unfallinstandsetzung

*durch anerkannte Prüforganisation/Prüfer nach § 29 StVO

Fahrzeugwäsche bis 2,80m Fahrzeughöhe / Reifenhotel
Erdgastankstelle / Propangasflaschenverkauf

Leher Str. 2A, 27619 Spaden / info@autotreff-spaden.de / Tel.: 0471 - 86 00 2

Muskelverkürzungen können zu Ausgleichsbewegungen führen, die dann durch andere Muskeln kompensiert werden müssen. Dies lässt die Bewegung unrund und ungenau werden.

Für Sportler kann das sehr ärgerlich sein, weil sie dadurch vielleicht beim Werfen oder Schießen eines Balls das Ziel ganz knapp verfehlen. Das gleiche gilt natürlich auch für alle anderen Sportarten wie z.B. Tennis, Baseball, Leichtathletik, Bogenschießen, Badminton, Boule, Wandern etc..

Verschobene Körperachsen nimmt unser Körper überhaupt nicht als schief, verdreht oder ungleichmäßig wahr. Unser Gehirn spielt uns da einen Streich. Wenn wir genug Zeit in einer Fehl- oder Schonhaltung verbringen, empfindet unser Körper das als normal. Wir können also unbewusst in eine Fehl- und Schonhaltung ´reinkommen, aber nicht von alleine wieder raus. Das müssen wir uns selber bewusst machen oder vielleicht sogar erst wieder lernen.

Das Aufrichten unserer Körperachsen verschafft dem Körper an ganz unterschiedlichen Stellen ein größeres Platzangebot und hilft ihm dadurch, besser arbeiten zu können. Die Bandscheiben haben zwischen den Wirbelkörpern mehr Platz, die Wirbelsäule kann sich besser um sich herum drehen, dadurch vergrößert sich das Bewegungsausmaß. Die Aufrichtung tut auch den inneren Organen wie z.B. der Lunge gut. Sie kann den neuen Platz nutzen, um wieder ganz tief ein- und ausatmen zu können.

Wenn wir uns in einem muskulären Ungleichgewicht befinden, haben manche Muskeln bereits verlernt in dem Maße zu arbeiten, wie sie es eigentlich müssten. Aussagen wie „ich habe Rücken“, „...Nacken“ oder „...Schulter“ hängen häufig damit zusammen. Fehlhaltungen und die daraus entstehenden Verspannungen können zu diesen Schmerzen führen.

Was ist der Nutzen von meinem Haltungstraining? Meine Übungen lassen sich überall einbauen, egal ob man geht, steht oder sitzt.

Dadurch hat jeder die Möglichkeit die Zusammenhänge selbst zu erkennen und etwas für seinen Alltag oder seine Sportart mitzunehmen.

Anja Kempf

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Wie gehst oder stehst du?

Alles fängt mit dem „Sich-Bewusst-Machen“ an.
Viele Beschwerden wie „Rücken“, „Nacken“, „Schulter“ etc.
werden durch Fehl- oder Schonhaltungen verursacht.
In diesem Kurs lernen die Teilnehmer, die Differenz
zwischen tatsächlicher und richtiger Körperhaltung zu
erkennen und bekommen alltagstaugliche Übungen
zur Korrektur an die Hand.

Kurs: Haltungstraining

morgens

ab Mittwoch, 12. Januar 2022
jeweils von 9:00 Uhr bis 10:00 Uhr
in der Sporthalle TV Spaden Jahnstraße 26a
Kursleiterin: Anja Kempf,
Trainerin SPS-Methode nach Dr. Smisek
sowie B-Lizenz-Übungsleiterin

- kostenfreie Schnupperstunde am 14.12.2021 um 20:00 Uhr
- 10 Einheiten à 60 min mit max. 15 Teilnehmer:innen
- schriftliche **Anmeldung bis 03.01.2022** erforderlich
- **Kosten: € 15,00 für Mitglieder, € 60,00 für Nichtmitglieder**

Weitere Infos in der VereinsApp
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

Erhältlich im App Store · Google Play

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

SPADEN

Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.

Wie gehst oder stehst du?

Alles fängt mit dem „Sich-Bewusst-Machen“ an.
Viele Beschwerden wie „Rücken“, „Nacken“, „Schulter“ etc.
werden durch Fehl- oder Schonhaltungen verursacht.
In diesem Kurs lernen die Teilnehmer, die Differenz
zwischen tatsächlicher und richtiger Körperhaltung zu
erkennen und bekommen alltagstaugliche Übungen
zur Korrektur an die Hand.

Kurs: Haltungstraining

abends

ab Dienstag, 11. Januar 2022
jeweils von 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr
in der Sporthalle TV Spaden Jahnstraße 26a
Kursleiterin: Anja Kempf,
Trainerin SPS-Methode nach Dr. Smisek
sowie B-Lizenz-Übungsleiterin

- kostenfreie Schnupperstunde am 14.12.2021 um 20:00 Uhr
- 10 Einheiten à 60 min mit max. 15 Teilnehmer:innen
- schriftliche **Anmeldung bis 03.01.2022** erforderlich
- **Kosten: € 15,00 für Mitglieder, € 60,00 für Nichtmitglieder**

Weitere Infos in der VereinsApp
oder unter www.tvspaden.de
oder in unserer Geschäftsstelle Tel. 04 71/8 50 15
(Vereinshaus Jahnstr. dienstags 16.30 bis 18.30 Uhr)

Erhältlich im App Store
JETZT BEI Google Play

GEMEINSAM VIEL BEWEGEN

Yoga am Neumond

Der Yoga-Kurs findet donnerstags ab 18 Uhr in der neuen Halle an der Jahnstraße statt. Aktuell nehmen etwa 15 Mitglieder an den Vinyasa-Power-Yoga-Stunden teil.

Ein Teil jeder Yoga-Stunde besteht aus dem Sonnengruß. Der Sonnengruß ist aktiv und erwärmend. Neben dem Sonnengruß gibt es auch den weniger bekannten Mondgruß.

Am 4. November 2021 war am Donnerstag Neumond. Obwohl der Mondgruß passiv und kühlend ist, haben die Yogis ganz schön geschwitzt.

Nadine Eichberger

Sonnengruß: aktiv, warm, rechte Seite, männlich, gerade
Mondgruß: passiv, kühlend, linke Seite, weiblich, rund

Dauerangebot: donnerstags von 18:00 bis 19:00 Uhr in der neuen Halle in der Jahnstraße 26a

Gesundheitssport

Deutsche Mehrkampfmeisterschaften

wegen Corona an verschiedenen Orten.
Jahn-Wettkämpfe in Eutin,
Deutsche Mehrkämpfe in Wiesbaden.
Mit Daria Hofmann, Sarah Bröker und Nora Söller
vertraten drei Turnerinnen unseren Verein. Sie erzielten beachtliche Leistungen und sehr guten Platzierungen.

Mit einem 6.Platz im Jahn-Sechskampf in der Jahrgangsstufe der Frauen W 20-29 Jahre und mit einem ebenfalls 6. Platz im Jahn-Sechskampf Jahrgangsstufe W 18-19 Jahre sowie einem 5. Platz der weiblichen Jugend 12-13 Jahre, kehrten die Turnerinnen des TV Gut Heil Spaden Daria Hofmann Sarah Bröker und Nora Söller von den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften des Deutschen Turner-Bundes (DTB) zurück. Wegen der Corona-Pandemie hatten die Verantwortlichen des DTB die Ausrichtung der Deutschen Mehrkämpfe, der Jahn-und Friesenwettkämpfe und der Mehrkämpfe in der Leichtathletik und im Schwimmen vom 18.-20. September auf verschiedene Orte verteilt und auf Qualifikationsleistungen verzichtet.

Gerätturnen

Im Jahn-Sechskampf, der Krone der Vielseitigkeit mit zwei Kürübungen der Leistungsklasse LK 3 an den Geräten Stufenbarren und Boden, den leichtathletischen Disziplinen 100-Meter-Lauf, und Kugelstoßen sowie den zwei Schwimmübungen, 100 Meter Freistil, und Kunstspringen vom "Einer", vertrat Daria Hofmann als Landesmeisterin unseren TV Gut Heil Spaden und den Niedersächsischen Turner-Bund.

Zusammen mit 26 Turnerinnen des DTB begann sie den Wettkampf mit einer eindrucksvollen Vorstellung an den Geräten. Am Barren gab es für eine schwierige Übung mit Riesenfelge, einem Flugteil vom niederen zum höheren Holm und Salto mit Schraube als Abgang bei sehr guter Ausführung 12,10 Punkte.

Mit 12,50 Punkten am Boden für eine recht schwierige, ausdrucksstark und im Gleichklang mit der Kürmusik vorgetragenen Übung bedeuteten 24,60 Punkte nach den Geräten das beste Zwischenergebnis aller Teilnehmerinnen und eine gute Ausgangsposition für die folgenden zwei leichtathletischen und zwei schwimmerischen Disziplinen. In der Leichtathletik blieb Daria mit 14,75 Sek. über 100 Meter und 7,53 m im Kugelstoßen allerdings unter ihren Möglichkeiten. Im Schwimmen begann sie

mit 8,925 Punkten für zwei Sprünge vom "Einer". Mit 10,231 Punkten setzte sie für 1:18,8 Min. über 100 m Freistil einen guten Schlusspunkt. In der Gesamtwertung mit 60,922 Punkten bedeutete das wie vor zwei Jahren den 6. Platz.

Gerätturnen

Sarah Bröker startete im Jahn-Sechskampf der weiblichen Jugend 18-19 Jahre ebenfalls mit guten Leistungen an den Geräten Stufenbarren 10,80 und Boden 10,90 Punkten. In den leichtathletischen Disziplinen machte sich mit 16,01 sec. über 100 Meter und 8,27m im Kugelstoßen der Corona-Rückstand deutlich bemerkbar. Im Schwimmen, erreichte sie mit 1:38,6 Min über 100 m Freistil 7,258, und im Kunstspringen 6,516 Punkte. Mit insgesamt 51,591 Punkten belegte sie wie Daria den 6. Platz.

Die weiteste Reise zu ihrem Wettkampfort Wiesbaden musste unsere jüngste Turnerin des zurücklegen. Die zwölfjährige Nora Söller startete mit drei Übungen an den Geräten und drei leichtathletischen Disziplinen im Deutschen Sechskampf der Jugendturnerinnen 12-13 Jahre. Mit 11,35 am Sprungtisch, 11,25 am Boden und nicht nachvollziehbaren nur 9,85 Punkten am Stufenbarren legte sie an den Geräten eine gute Grundlage. Mit guten 11,09 im 75-Meter-Lauf,4,42 m im Weitsprung und 7,60 m im Kugelstoßen setzte sie in der Leichtathletik die Erfolgsserie fort. Schließlich beeindruckte sie mit insgesamt 59,354 Punkten und dem 5. Platz unter 26 Teilnehmerinnen bei ihrem ersten Wettkampf auf Bundesebene.

Werner Kamjunke

Unsere erfolgreichen Turnerinnen Nora Söller und Sarah Bröker mit ihren Trainern Gisela Böttcher-Pagès und Horst Schulz.

Unsere Turnerinnen mit dem TSV Buchholz als Startgemeinschaft in der Regionalliga Nord des Deutschen Turner-Bundes

Zweiter Platz im erster Wettkampf in Mannheim. Erinnerungen an das Deutsche Turnfest 2013.

Nach den Meisterschaften in den gemischten Mehrkämpfen des Deutschen Turner-Bundes (DTB) kommen nach langer Corona-Zwangspause nun auch die Liga-Wettkämpfe im Gerätturnen auf Bundesebene wieder in Gang.

In der Regionalliga-Nord mit den sieben Mannschaften des TV Moselweiß, TSV Buchholz/TV Spaden, TG Main-Rhein, KTV Dortmund, SV Großhansdorf, Kiehn Group Lüneburg-Buchholz und dem TV Mannheim-Neckarau fand jetzt der erste Wettkampf in Mannheim statt. Die Wettkampfgemeinschaft TSV Buchholz 08/TV Gut Heil Spaden hatte sich im Dezember 2019 in Unterföhring für die Regionalliga-Nord qualifiziert, musste dann aber wegen Corona eineinhalb Jahre auf den ersten Wettkampf warten. Nach der Ligaordnung des Deutschen Turner-Bundes gehören zehn Turnerinnen zu einer Mannschaft. Fünf von ihnen dürfen an jedem Gerät eingesetzt werden, die vier besten kommen in die Wertung.

Trotz der Trainingsausfälle und -beschränkungen im vergangenen und auch in diesem Jahre schlug sich die Startgemeinschaft sehr gut und belegte in dem starken und leistungsmäßig ausgeglichenen Teilnehmerfeld mit 172,30 Punkten den zweiten Platz. Mit nur 0,15 Punkten Vorsprung siegte der TV Moselweiß (172,30). Den dritten Platz belegte die TG Main-Rhein mit 168,00 Punkten vor der KTV Dortmund,

(167,45), SV Großhansdorf 163,65, Kiehn-Group Lüneburg/Buchholz 159,85 und dem TV Mannheim - Neckarau 155,00 Punkte.

Die Riege des TSV Buchholz/TV Spaden begann ihren Wettkampf am "gefürchteten" zehn Zentimeter breiten Schwebebalken sehr konzentriert mit schwierigen Elementen ohne große "Wackler" oder gar Absteiger. Sie erhielt dafür 43,40 Punkte und damit die drittbeste Wertung aller sieben Mannschaften. Am Boden gelang es der Mannschaft, die Leistung vom Balken

mit der Bestwertung von 43,95 noch zu toppen und mit 87,35:87,30 vor dem TV Moselweiß die Führung zu übernehmen. Am Stufenbarren wurde für alle Mannschaften der Abstand zum internationalen Wertungsmaßstab deutlich. Keine der insgesamt 56 Einzelturnerinnen erreichte zehn Punkte und auch die Mannschaftswertungen blieben entsprechend im Bereich von 32 bis 36 Punkten. Der TV Moselweiß lag mit 35,75 Punkten vorn. Die Turnerinnen von Buchholz/Spaden folgten zwar mit 35,15 Punkten und gewannen den anschließenden Sprung mit Tageshöchstwertung 49,65:49,25 vor TV Moselweiß, aber am Ende fehlten mit 172,15:172,30 eben 0,15 Punkte zum Gesamtsieg. In der Mannschaft TSV Buchholz/TV Spaden turnte nur Maria Heitmann (TSV Buchholz) an allen vier Geräten und belegte mit 41,55 Punkten den dritten Platz in der Einzelwertung. Die anderen Mitglieder der Mannschaft turnten nur drei oder zwei Geräte. Daria Hofmann (TV Spaden) kam mit 8,45 am Barren, 10,90 am Balken und 11,30 am Boden in die Wertung und leistete damit einen wichtigen Beitrag für die Mannschaft.

Werner Kamjunke

Die Wettkampfgemeinschaft TSV Buchholz-TV Spaden, Betreuer Bernward Bade, Kampfrichterinnen Andrea Breustedt und Catherina Werbelow, startete erfolgreich mit den Turnerinnen (von links): Sarah Kleinknecht, Leona Braukmeier, Marilena Just, Virgenie ten Voorde, Maike Rössler, Greta Günther, Maria Heitmann und Daria Hofmann in der Regionalliga Nord des Deutschen Turner-Bundes (DTB).

Ein Liga-Wettkampf statt Ligarunde

Einmal Gold, zwei Mal Bronze für unsere Turnerinnen im Turnbezirk Lüneburg in Lüneburg

Unsere Turnerinnen können sich unter den Vereinsmannschaften im Turnbezirk Lüneburg, dem elf Turnkreise angehören, gut behaupten. Das zeigten sie jetzt in einem Ligawettkampf, der am Wochenende in Lüneburg stattfand. Durch die besonderen Umstände der Corona Pandemie musste der eine Wettkampf ausreichen, um noch in diesem Jahre die Mannschaftsmeister zu ermitteln. Ausgeschrieben waren Kür-Wettkämpfe in der Leistungsklasse LK 3 Jahrgangsstufe 2010 und älter, in der Leistungsklasse Lk4 Jahrgang 2009 und älter und Pflichtwettkämpfe für die jüngeren Nachwuchsstufen 2012 und jünger. Zu einer Mannschaft gehörten acht Turnerinnen, von denen an jedem Gerät fünf starten durften und die drei Besten in die Wertung kamen. Elf Mannschaften in leistungs- und altersmäßig differenzierten Wettkampfklassen waren am Start.

Der Turnkreis Cuxhaven war mit drei Mannschaften unseres Vereins vertreten, die sich im Leistungsvergleich mit den Mannschaften der Turnkreise Harburg und Lüneburg durchaus sehen lassen konnten.

Der Kür-Vierkampf der Leistungsklasse LK3 war mit vier Mannschaften besetzt. Die Spadener Riege mit Ima Ludwig, Lilly Jane Witthohn, Sarah Bröker und Amelie Weirich nahm nach langer Corona-Pause die Herausforderung mutig und sehr konzentriert an. Sie schaffte es, sich in einer sehr geschlossenen Mannschaftsleistung an allen Geräten (Sprung 36,35, Barren 32,65, Balken 31,80 und Boden 36,40) mit insgesamt 136,20 Punkten den Bronzeplatz auf dem Siegertreppchen zu sichern. In der Einzelwertung lagen Ima Ludwig mit 45,76 auf dem 2.,Sarah Bröker mit 44,65 auf dem 4. und Amelie Weirich mit 44,155 Punkten auf dem 6. Platz.

Friesenkate

Gaststätte • Imbiss • Biergarten

Inh. Waldemar Walaszkowski
Deutsche Straße 17
27619 Schiffdorf-Spaden
Tel.: 04 71 / 8 06 25 60

Gerätturnen

In der Leistungsklasse LK4 2009 und älter vertrat unser Verein mit Sophie Borowsky, Blanca Venegas, Ella Ernst, Pia Marie Jurkeit, Nora Söller und Emmy Cappelmann den Turnkreis. Bei gleichmäßig guten Leistungen am Sprung 35,60, Barren 30,55, und 34,00 am Boden bedeuteten insgesamt 134,00 Punkte den Bronzeplatz. Die Leistungsdichte in diesem Wettkampf mit fünf Mannschaften unterstrichen nur 0,65 Punkte Unterschied zwischen dem ersten und dritten Platz.

Im Pflicht-Vierkampf P5-P6 der Jahrgänge 2012-2014 schickte der TV Gut Heil Spaden eine Mannschaft mit Angelina Nowikow, Lotta Umlandt, Laura Pöpke und Jara Eweleit ins Rennen. Diese unsere jüngsten Turnerinnen starteten zum ersten Male in einem Wettkampf auf Bezirksebene und lieferten sich mit der Mannschaft des Turnteam Kiehn Group Lüneburg einen spannenden Wettkampf, der mit 162,00 Punkten und dem gemeinsamen Gold Platz für beide Mannschaften ausging. Die Spadener Riege gewann das Turnen am Sprung mit 42,05:41,60 und am Balken mit 40,30:39,90, Punkten. Die Lüneburger Riege lag am Barren mit 40,60:40,50 und am Boden mit 40,70: 39,95 Punkten vorn. In der Einzelwertung belegten hinter einer Turnerin aus Lüneburg mit 54,20 Punkten unsere Spadener Turnerinnen Laura Pöpke mit 53,90, Angelina Nowikow mit 53,85, Jara Eweleit mit 53,60 und Lotta Umlandt mit 53,30 ganz nahe beieinander die Plätze zwei bis fünf.

Werner Kamjunke

Tischtennis

Der Zelluloidball hat ausgedient, denn er ist nur noch aus Plastik

Die Erste auf Platz Zwei der Bezirksliga Cuxhaven: Der Saisonstart war anders geplant, kurz vor Beginn kam die Info, dass Andre Rathjen nicht mehr zur Verfügung steht, zusätzlich fiel Arne Seidl die ersten fünf Spiele wegen einer Schulterverletzung aus. Mit Unterstützung der zweiten Mannschaft wurden diese dann durchgeführt. Hierbei kamen bisher Martin und Luis Steencken, Luca Harms, Phil Winsemann und ich zum Einsatz. Zur Zeit befindet sich die Erste mit 8:4 Punkten auf Platz zwei (06.11.21) in der Bezirksliga Cuxhaven. Wenn alle Spieler fit bleiben, können sicherlich die Spiele gegen die Top-Mannschaften Lunestedt und Lamstedt in der Rückrunde gewonnen werden, der Meistertitel ist noch in Sichtweite.

Die Zweite startet erfolgreich durch und ist Tabellenführer!: Endlich ging's wieder los, und das in der neuen Halle am Sportplatz. Am Freitag, 03.09.21 spielten wir dort unser erstes Heimspiel und starteten mit einem 9:2-Sieg gegen den TSV Wremen IV.

Mit einer gemischten Mannschaft aus jung und alt gelang uns ein starker Saisonauftakt. Am 10.09.2021 traten wir im zweiten Spiel auswärts in Langen an und konnten uns mit 9:1 durchsetzen. Dieses Mal konnten wir unseren Youngster Phill Winsemann erstmalig einsetzen. Nach diesen beiden Siegen setzen wir die Serie fort (gegen Holßel/Midlum 9:0, in Armstorf 9:3 und gegen 9:4 gegen Steinau) und befinden uns zur Zeit an der Tabellenspitze ungeschlagen mit 10:0 Punkten. Bei drei anstehenden Spielen ist die Herbstmeisterschaft möglich, der Meistertitel wir dann aber erschwert, da Luis Steencken in der Rückserie vermutlich in der ersten Mannschaft aufgestellt wird.

Tischtennis

"myTischtennis-Textmaschine": Unser Tischtennis Online Portal "ClickTT /myTischtennis" stellt ein neues Tool zur Verfügung: Anhand der Online-Ergebniserfassung wird automatisch ein Spielbericht erstellt. Hier nun beispielhaft der Bericht für das Spiel TSV Lamstedt gegen TV Spaden I, irgendwie ertsaunlich was so ein Onlineportal heutzutage leisten kann:

Bezirksliga Herren CUX TV Gut Heil Spaden : TuS Wremen II Freitag, 15.10.2021, 20:00 Uhr. **Behrmann fixiert zwei Punkte für den TV Gut Heil Spaden** Im Spiel der Bezirksliga Herren CUX traf die Mannschaft des TV Gut Heil Spaden am vergangenen Freitag im 5. Saisonspiel auf die Mannschaft des TuS Wremen II. Die Spieler der Heimmannschaft behielten bei ihrem 9:4-Erfolg dabei die Punkte nach ca. 3 Stunden ohne allergrößte Mühe. Den Siegpunkt erspielte Thorben Behrmann. Garant für diesen Heimspielsieg waren Behrmann und Duden, die in allen vier Einzeln und im Doppelmatch ungeschlagen blieben.

Der Verlauf im Einzelnen: Frenzel / Behrmann gewannen ihr Spiel gegen Schönemann / Grimberg ungefährdet in drei Sätzen. Lange umkämpft war das Spiel zwischen Matuttis / Duden und Stoldt / Rusch, ehe sich die Gastgeber in fünf Sätzen durchsetzen konnten. Nie gefährdet war der 3:0-Erfolg von Arendt / Harms dann gegen Mangels / Dersch. Nach den anfänglichen Partien gingen nun der Topspieler des Gastgebers und die Nummer 2 des Gastteams bei einem Stand von 3:0 an den Tisch. Henning Matuttis hatte daraufhin seinen Gegner Kevin Rusch beim klaren Sieg in drei Sätzen sicher im Griff und ließ ihm keine echte Chance. Lange umkämpft war die Partie zwischen Thore Frenzel und Frank Stoldt, bevor sich der Gastspieler mit 3:2 durchsetzte. Dann ging es beim Spielstand von 4:1 weiter, als das mittlere Paarkreuz zum Einsatz kam. Mit 3:1 siegte wiederum Nico Duden gegen Sven Mangels und gab dabei nur einen Satz ab. Nie gefährdet war der Erfolg in drei Sätzen von Thorben Behrmann gegen Felix Schönemann. Wenig später war dann das untere Paarkreuz bei einem Spielstand von 6:1 an der Reihe. Bei der 1:3-Niederlage gegen Nils Dersch hatte Michael Arendt nur im ersten Satz eine Chance. Luca Harms verlor nachfolgend sein Spiel gegen Michael Grimberg chancenlos mit 0:3. Vor dem Duell der Einser stand es mittlerweile 6:3. Eine

WILLKOMMEN IM GR CENTER

POWER TRIFFT AUF EMOTIONEN

Als von Toyota zertifiziertes GR Center sind wir der erste Anlaufpunkt für Toyota Fahrer, die eher sportlich unterwegs sind. Unsere speziell geschulten Experten begleiten Sie kompetent rund um unsere TOYOTA GAZOO Racing Modelle. Als GR Center können wir Ihnen exklusive GR Vorführwagen und Probefahrten anbieten. Sie profitieren von unserem Fachwissen, unserer Leidenschaft und unseren besonders attraktiven Angeboten. Überzeugen Sie sich selbst!

Kraftstoffverbrauch der abgebildeten Modelle innerorts/außerorts/kombiniert 9,4–3,6/6,7–4,0/7,7–3,9 l/100 km, CO_2-Emissionen kombiniert 175–89 g/km.
Gesetzl. vorgeschriebene Angaben gem. Pkw-EnVKV, basierend auf NEFZ-Werten. Die Kfz-Steuer richtet sich nach den häufig höheren WLTP-Werten (Kraftstoffverbrauch kombiniert nach WLTP 8,2–5,3 l/100 km, CO_2-Emissionen kombiniert nach WLTP 186–119 g/km). Abb. zeigt Sonderausstattung.

Auto-Box GmbH
STRESEMANNSTR. 283
27580 BREMERHAVEN
autobox-bremerhaven.de

schmerzhafte Niederlage gab es für Henning Matuttis beim 9:11, 10:12, 13:11, 11:7, 12:14 gegen Frank Stoldt. Der finale Durchgang endete hierbei im Übrigen mit nur zwei Punkten Unterschied. Beim 3:1-Sieg gegen Kevin Rusch hatte Thore Frenzel nur im ersten Satz Probleme. Bei diesem Satzverlust blieb es aber auch. Ungefährdet war der 3:0-Erfolg von Nico Duden nachfolgend gegen Felix Schönemann. Die Spielstandsanzeige vor dem Spiel der beiden Vierer zeigte ein 8:4. Da sein planmäßiger Gegner Sven Mangels nicht antreten konnte, verbuchte Thorben Behrmann einen kampflosen Sieg.

Nach diesem Sieg des TV Gut Heil Spaden geht es nun im nächsten Spiel am 06.11.2021 gegen den SV Blau-Gelb Cuxhaven, während der TuS Wremen II am 05.11.2021 gegen den TSV Lunestedt IV antritt. Punkte:

TV Gut Heil Spaden Doppel: Frenzel / Behrmann (1), Matuttis / Duden (1), Arendt / Harms (1); Einzel: H. Matuttis (1), T. Frenzel (1), N. Duden (2), T. Behrmann (2), M. Arendt (0), L. Harms (0)

TuS Wremen II Doppel: Stoldt / Rusch (0), Schönemann / Grimberg (0), Mangels / Dersch (0); Einzel: F. Stoldt (2), K. Rusch (0), F. Schönemann (0), S. Mangels (0), M. Grimberg (1), N. Dersch (1)

Nicht schlecht was das Portal aus reinen Spielresultaten generiert. Wird so etwas bereits in anderen Mannschafts-Sportarten angeboten?

Tischtennis

Vereinsmeisterschaften: Unser Damenwart Henning Mattutis hatte zur Vereinsmeisterschaft gerufen und zwölf Abteilungsmitglieder sind in der Halle am Sportplatz erschienen. Nach harten Kampf bei Wurst und Bier standen dann spät abends auch die Sieger fest: Abteilungsleiter Nico Duden im Einzel (3:2 gegen Henning) sowie im Doppel Henning Mattutis / Phill Winsemann (3:0 gegen Nico Duden/Michael Arendt). Als Zuschauer konnten wir Manfred Schmiedel in Begleitung seiner Frau sowie diverse andere Fans begrüßen, was uns sehr gefreut hat. Nach Abschluss der Wettkämpfe wurde der eine oder andere Satz noch mit Bier und Wurst nachbesprochen. Vielen Dank an den Damenwart, der die Meisterschaften hervorragend organisiert hat.

An dieser Stelle möchte ich nochmals vielen lieben Dank an das Projektteam "Neue Halle" senden: Wir Tischtennisspieler sind begeistert, dass wir nun in dieser Halle trainieren und spielen dürfen!

Bleibt alle gesund !

Michael Arendt,
Pressewart Tischtennis

Tischtennis

Bezirksindividualmeisterschaften der Jugend: Am 13.11.2021 fanden in Drochtersen die Bezirksindividualmeisterschaften der Jugend statt. Phil Hottenrott hatte sich, nach dem coronabedingten Ausfall im letzten Jahr erneut qualifiziert und scheiterte denkbar knapp mit nur einem Satz an der Hauptrunde. Eine starke Leistung, da er auch im nächsten Jahr noch in dieser Altersklasse starten darf und so mancher Konkurrent nicht mehr.

Martin Steencken

Reparaturverglasung · Neuverglasung
Funktionsisoliergläser · Glasschleifarbeiten
65066
24-Std.-Notdienst
☎ 0 151-12 50 40 40
glasbau fliegel Junior GmbH
Krummahlen 3 · Bremerhaven
Ganzglastüren und -anlagen · Ganzglasduschen
Anfertigung individueller Spiegel

André Müller fährt zur Deutschen Meisterschaft

Silber auf Landesmeisterschaft in Zeven

Nach über einem Jahr Wettkampfpause konnte dieses Jahr auch in der Disziplin Bogen im Freien wieder eine Landesmeisterschaft beim TUS Zeven durchgeführt werden. Damit die Veranstaltung auf jeden Fall wie geplant durchgeführt werden konnte, war das Hygienekonzept straff, die Abstände groß und die Teilnehmer auf zwei Gruppen aufgeteilt. Dafür wurde auf das Finale verzichtet, die Sieger nach den Platzierungen der Qualifikationsrunde gekürt. Das Wetter hatte auch ein Einsehen mit den Sportlern: Es war zwar schwülwarm, aber die angesagten Gewitter blieben aus.

Für den TV Spaden nahm André Müller mit dem Compound-Bogen teil. Bereits nach dem ersten Durchgang lag er auf dem zweiten Platz (337 Ringe), dicht hinter Jens Breer aus Esterwegen (340 Ringe). Im zweiten Durchgang leisteten sich Müller und Breer ein Kopf-an-Kopf-Rennen, das Breer knapp für sich entscheiden konnte. Mit nur einem Ring Rückstand landete Müller mit 677 zu 678 Ringen auf dem zweiten Rang. Beide Schützen hatten sich deutlich vom restlichen Teilnehmerfeld abgesetzt. Mit 666 Ringen wurde Holger Echternkamp (SV Wiepenkathen) Dritter, mit nur einer 10 mehr als der ringgleiche Jens Thieme (SV Zeven).

Besonders erfreulich: Mit seinem Ergebnis hat sich André Müller für die Deutschen Meisterschaften qualifiziert, die am 10. bis 12. September in Wiesbaden ausgetragen werden.

Dr . Jutta Pepperl

Bogenschießen

Ein denkwürdiges Ereignis, daran werden wir noch lange zurückdenken. Zunächst einmal sind wir froh: Nach der langen Corona-Zeit findet diese Meisterschaft wirklich statt! Ausrichtungsort ist Trier, das bekannt ist für seinen anspruchsvollen, aber auch schönen und abwechslungsreichen Feldparcours. Legendär aber auch der Matsch und die Rutschgefahr auf dem lehmigen Bogen bei nassem Wetter. So bringt die Unwetterkatastrophe in der Eifel große Zweifel, ob die Deutsche jetzt noch stattfinden wird, aber diese werden zum Glück nicht wahr. Der Vorstand des Trierer Vereins hat sich doch entschlossen, die Meisterschaft durchzuziehen. Die Fahrt nach Trier war allerdings ein Ereignis, da einige Umwege nötig waren, um den Straßensperrungen und Staus nach den

Überschwemmungen aus dem Wege zu gehen. In Trier selbst ist von Überschwemmungen nichts zu sehen.

Am ersten Tag treten die Teilnehmer mit dem Recurvebogen sowie die Altersklassen an. Bereits zur Begrüßung hört man das erste Donnergrummeln. Kurz nach Aufbruch der Schützen in den Parcours sieht man die ersten Blitze. Zwei Minuten vor Schießbeginn ist das Gewitter dann da: Alle Schützen werden wieder aus dem Parcours geholt. Nach fast zwei Stunden Unterbrechung wegen Gewitter mit starkem Regen ist dann klar: Die reguläre Meisterschaft wird abgebrochen. Die Wege sind teilweise komplett aufgeweicht und rutschig, ein Helfer wird mit Knieverletzung vom RTW aus dem Parcours gefahren. Die

Ergebnisse sollen auf der Einschießwiese auf bekannten Entfernungen ausgeschossen werden. Da es etwa Gruppen sind, aufgrund des Platzangebots aber nur 13 Scheiben zur Verfügung stehen, eine langwierige Angelegenheit. Sitzfleisch ist gefragt. Das Schießen etwas eintönig geradeaus. Immerhin: Die Wiese hat zur Seite ein Gefälle, so ganz einfach ist das dann also doch nicht, weil man hangparallel schießt. So mancher Schütze wird sich über seine Seitenstreuung gewundert haben.

Am Ende des Tages sind die Teilnehmer nur teilweise zufrieden, eine Deutsche Meisterschaft Feldbogen war das nicht, aber fast alle zeigen Verständnis für das Prozedere. Schließlich fährt man nicht mehrere 100 km, um dann unverrichteter Dinge wieder abzufahren! Weitere Verletzte im Parcours will auch keiner.

Die Frage bleibt: Was wird der zweite Tag bringen! Das angekündigte Unwetter für den Nachmittag ist zum Glück ausgeblieben, also hoffen wir, dass die Ausrichter eine Idee haben, damit wenigstens die Starter am Sonntag ein echtes Feldbogenturnier erleben können.

Der zweite Tag startet trocken. Die angesagten Unwetter am vorigen Abend und in der Nacht sind Glück ausgeblieben und so wird der Wettkampf am zweiten Tag für Compound– und Blankbogen doch im Parcours stattfinden. Dank eines speziellen Zuschauerweges können auch die Betreuer etwas die Hälfte der

Scheiben einsehen. Schnell wird klar: Die Trierer haben ganze Arbeit geleistet. Aus ihrem 48-Scheiben-Parcours haben sie die besten 24 ausgewählt für die Meisterschaft. Für die Norddeutschen besonders herausfordernd sind die vielen Bergauf-Schüsse, die man im Flachland selten üben kann. Das Wetter bleibt die meiste Zeit sonnig, bis auf einen Schauer am Mittag, die Temperaturen sind trotz der Schwüle noch gut zu vertragen. Die Wege zwischen den Scheiben sind zwar rutschig, aber begehbar und der Rundweg mit etwa 4 km Länge hilft, dass die Gruppen sich gut verteilen und keine längeren Wartezeiten entstehen. Am Ende des Tages knubbelt es sich allerdings doch noch einmal auf die Einschießwiese: Bereits vor dem Schießbeginn hatte eine Gruppe an ihrer

ersten Scheibe ein Wespennest gestört, so dass diese Scheibe gesperrt und am Ende nachgeschossen werden musste.

Die Ergebnisse am Ende des Tages spiegeln das hohe Niveau des Parcours wieder. Die Ringzahlen liegen weiter auseinander und die erfahrenen Feldschützen können sich gut vom Teilnehmerfeld absetzen. So mancher Einsteiger kommt ratlos aus dem Parcours - überrascht, wieviel Einfluss das Gelände auf das Schießen hat. Roland Pepperl kann in diesem Terrain trotz der Trainingsdefizite durch die Corona-Pandemie von seiner langen Felderfahrung zehren. Er belegt mit 377 Ringen den 6. Platz, nur knapp hinter dem fünften Platz, aber mit sicherem Abstand zum siebten und erhält damit

Unser Programm zu ständig günstigen Preisen

- Kantholz
- Bohlen
- Latten
- Schalung
- Rauhspund
- Profilbretter
- Paneele
- Parkett
- Laminat
- Palisaden
- Bongossi-Hölzer
- Bangkirai-Terrassendielen
- Licht. u. Stegdoppelplatten
- Garten- u. Gerätehäuser
- Sichtschutz- u. Gartenzäune in vielen Ausführungen
- und vieles mehr

Helmut HOLZHANDLUNG GmbH
Kirchhoff
Holz hat's!

Lotjeweg 1-7 · 27578 Bremerhaven · Tel. (04 71) 8 38 57 · Fax (04 71) 8 76 07
www.holzhandlung-kirchhoff.de · e-mail: info@holzhandlung-kirchhoff.de

10 Jahre Boule-Abteilung 2011 bis 2021

Die Boule-Spieler des TV Gut Heil Spaden hatten doppelten Grund zum Feiern.

Nach den Sanierungsarbeiten am Vereinsheim und dem Bau der neuen Sporthalle, konnten wir unsere neue Anlage mit vier Bahnen - **unser Boulodrom** - im westlichen Korbbogen des Sportplatzes offiziell in Betrieb nehmen und den zehnten Geburtstag der sehr aktiven Abteilung feiern.

Wir taten das mit einem großen Vereinsturnier am 12.09.2021, an dem sich 24 Frauen und Männer beteiligten. Gespielt wurde in zwölf 2er-Mannschaften, die in drei Runden gegeneinander antraten. Nach jeder Runde wurde neu ausgelost. Sieger des Turniers wurden Mario Wetjen vor Werner Meyer, Jürgen Jeltsch, Hermann Moje, Edgar Bethmann, Alexander Ganse und Hans-Dieter Gercken. Sie erhielten als Preis bei der Siegerehrung im Rahmen einer geselligen Grillparty eine Flasche Wein.

Mit sportlichen Grüßen

Jürgen Jeltsch

Boule

Boule

Die Sieger

Die Kugeln rollen wieder bei den „Montags-Boulern“

Nach einer gefühlten Ewigkeit der Einschränkungen durch die Corona-Pandemie treffen sich die Freunde der eisernen Kugeln seit dem Sommer wieder am Montagnachmittag. Alle, bis auf einen. Traurig mussten wir Abschied nehmen von unserem Boule-Freund „Mausi“ Klaus von Twistern. Mausi und seine Worte „Ich liebe dieses Spiel“ werden uns immer in guter Erinnerung bleiben.

Vieles hat sich verändert während der Zeit, in der gar kein bzw. nur ein eingeschränkter Spielbetrieb möglich war. Vier schöne neue Bouleplätze stehen uns nun zur Verfügung, was eine Verdoppelung der Platzkapazitäten und uns damit erweiterte Spielpaarungen ermöglicht. Das ist eine erhebliche Verbesserung im Vergleich zu den alten zwei Plätzen. Der eine oder andere hadert zwar noch mit den neuen Platzverhältnissen, was sich mit der Zeit sicherlich ändern wird. Dank des handwerklichen Könnens und der großen Einsatzbereitschaft unseres Übungsleiters Friedhelm Bräuer, sind wir auch nach der Umstellung auf die Winterzeit und damit Einbruch der Dunkelheit in der Lage unsere Spiele zu genießen. Eine improvisierte „Flutlichtanlage“ erleuchtet jetzt die Plätze bis zum Aufbau der geplanten fest installierten Lampen.

Blanke
Fenster- und Türenbau
... seit 1949
Fenster und Türen
Leher Straße 6
27619 Schiffdorf-Spaden
Telefon (0471) 8 13 66
Telefax (0471) 80 32 73
info@fensterundtueren-blanke.de
www.fensterundtueren-blanke.de

Boule

Allen Montags-Boulern ziert seit kurzem ein neues Cap, aufgestickt mit unserem Logo und Namen. Das sorgt beim Spiel für einen kühlen Kopf sowie einer besseren Sicht im Sommer bei Sonnenschein und schließlich wollen unsere Turniergegner ja wissen, gegen wen sie verlieren. Weitere gemeinsame Anschaffungen für ein einheitliches Äußeres mit Schutzwirkung vor Wetter bedingten Einflüssen sind in Planung.

Ein wichtiger Aspekt neben der sportlichen Komponente beim Boule ist selbstverständlich die Geselligkeit in den Spielpausen und nach den Spielen. Dabei wurde auch die eine oder andere Wurst gegrillt diverse Kaltgetränke „mit und ohne“ genossen. Jetzt bei der beginnenden kalten Jahreszeit werden zunehmend „ Heißgetränke“ beliebter.

Wir freuen uns schon sehr, in Kürze

Boule

die runden Geburtstage dreier unserer Montags-Bouler nachzufeiern zu können, die zu einer nachträglichen Geburtstagsfeier eingeladen haben. Es wird mit Sicherheit ein schöner und fröhlicher gemeinsamer Abend.

Die Montags Bouler wünschen allen Vereinskolleginnen und -kollegen ein Frohes Weihnachtsfest und ein gesundes Neues Jahr 2022.

Edgar Bethmann

Ducks Bremerhaven

Die DUCKS BREMERHAVEN (D Jugend Handball der JSG LEHE/LTS/SPADEN) zeigten sich in diesem Jahr erneut bei den Marathon Veranstaltungen in Cuxhaven und Bremerhaven an einem Stand, um den Läufern Getränke zu reichen. Die Jungs hatten viel Spaß und viele Läufer freuten sich, dass wir wieder dabei waren.

Gruß Dillo und das Trainer Team

rechts: Das neue Trainer-Team der Ducks Bremerhaven mit Linus Tatjanin, Tammo Peters, Luca Schulz, Hans-Dieter (Dillo) Busch und Fabian Busch (von vorne).

Das sind die DUCKS BREMERHAVEN mit den Jahrgängen 2009 und 2010/11.

fair versichert

VGH

Thomas Krupp

Wir freuen uns, wenn Sie uns fordern.
Ihr Vertrauen ist eine Verpflichtung für uns!

Unsere Leistungen für Sie:

- Persönliche Beratung und Kompetenz vor Ort
- Maßgeschneiderte Lösungen und flexible Produkte
- Schnelle Hilfe im Schadenfall
- Vorsprung durch über 260 Jahre Erfahrungen der VGH

Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.

Friesenstraße 6a • 27619 Schiffdorf-Spaden
Tel.: 0471 / 85 221

Neustart im Handball unter Corona-Bedingungen

und Verabschiedung von Schiedsrichter Wolfgang Dürdoth

Nachdem die Spieljahre 2019/2020 und 2020/2021 im Handballspielbetrieb wegen der Coronapandemie ausgefallen sind, konnte im September 2021 der Punktspielbetrieb im Handball wieder loslegen. Der Handballverband Niedersachsen legte ein für alle Vereine verbindliches, strenges Hygienekonzept vor. Jeder handballspielende Verein musste dieses Konzept für seine Heimspielhallen anpassen und veröffentlichen. Erst nachdem diese Arbeit getan war, konnten die ersten Punktspiele losgehen. Allerdings musste die Jugendspielgemeinschaft (JSG) der Vereine TV Spaden, LTS und TV Lehe einen dramatischen Einbruch an Kindern und Jugendlichen sowie an Übungsleitern verkraften. Von den vor zwei Jahren aktiven Kindern und Jugendlichen sind viele nach dem Trainingsbeginn in den Sommermonaten nicht mehr erschienen. Teilweise hatten sie sich anderen Sportarten zugewandt oder sich ganz vom

FLIESEN DONNER
Exclusive Wohnkeramik

Burgstraße 49a · 27612 Loxstedt OT Stotel
info@fliesen-donner.de · www.fliesen-donner.de
Telefon 0 47 44 / 50 33 · Fax 0 47 44 / 61 98

Sporttreiben verabschiedet. Auch im Bereich der Übungsleiter mussten Abgänge aus beruflichen oder krankheitsbedingten Gründen hingenommen werden. Dieses führte insgesamt dazu, dass zur Saison 2021/2022 nur noch vier Mannschaften, statt wie vor zwei Jahren acht Mannschaften, zur Verfügung standen. Diese negative Entwicklung hat leider nicht nur unseren Verein getroffen, sondern die Mannschaftszahlen sind insgesamt in der Handball-Region Elbe-Weser zurückgegangen.

Von dem personellen Aderlass ist zum Glück die männliche Jugend E der JSG nicht betroffen. Zwar spielt sie in ihrer Staffel nur gegen 6 weitere Mannschaften (davon alleine fünf Mannschaften mixed mit männlichen und weiblichen Kindern), aber die Jungs haben ihre ersten Spiele mit Bravour bestanden. Bedenkt man, dass ihnen durch die Pandemie zwei Jahre in ihrer Spielentwicklung fehlen, so waren die Trainer Hans-Dieter Gercken und Jürgen Schmitt vom Saisonstart ihrer Jungs hell auf begeistert. Nach Siegen beim TSV Altenwalde (15:2) und Hagener SV (10:9) sowie im ersten Heimspiel gegen den TV Schiffdorf (27:4) belegt die Mannschaft zurzeit den 1. Tabellenplatz. Allerdings warten noch die schwereren Gegner aus Langen, Loxstedt-Bexhövede und Land Hadeln im Dezember zum direkten Vergleich. Beim Lesen dieser Ausgabe wissen wir alle mehr!

Das Heimspiel gegen den TV Schiffdorf am Sonntag, dem 14. November 21,

Luke Neuhaus, Tim Branitzki, Colin Eden, Mattis Menge, Tom Becker,
Till Gercken, Mattis Rademacher, Phil Wermeskirch, Jasper Rademacher,
Leandro da Silva Marquez, Nikita Ilin (von links)

nutzte die Handballabteilung, um ihren langjährigen Schiedsrichter Wolfgang Dürdoth aus dem Schiedsrichterdienst zu verabschieden. Wolly wollte aktiv als Schiedsrichter aufhören und pfiff noch einmal eine Partie der kleinsten Handballer. Vor dem Spiel versammelten sich die Spieler der beiden Vereine zum Gruppenfoto mit ihm (siehe oben). Wolly pfiff dann das Spiel in seiner unaufgeregten und ruhigen Art in gewohnt souveräner Manier. Kleinere technische Fehler der noch jungen Handballer wurden „übersehen“, so dass die Kinder nicht in ihrer Freude am Handballspiel gestört wurden. Nach dem Spiel wurde Wolfgang Dürdoth feierlich vom Abteilungsverantwortlichen Kai Wenhold in den verdienten Schiedsrichterruhestand mit einem ansehnlichen Präsentkorb verabschiedet. Dabei standen ihm beide Mannschaften mit einem Ehrenspalier zu Seite.

Wolfgang Dürdoth hat schon 1978

Meisterfloristik
Brautschmuck
Trauerfloristik
Lange Straße 37
Tel. 8 12 21 · Fax 80 41 39
Blumen
Ulrike
Schröder
Ideen mit Blatt und Blüte
27580 Bremerhaven

seine Schiedsrichterausbildung absolviert und pfeift seit dieser Zeit Handballspiele für den TV Spaden. Neben dieser ehrenamtlichen Tätigkeit für die Handballabteilung war er lange Jahre Mannschaftsführer der legendären 3. Herrenmannschaft des TV Spaden. Auch bei den großen Handballturnieren auf der vereinseigenen Sportanlage war Wolly immer als Schiedsrichter dabei. Insgesamt hat Wolly mehr als 400 Spiele in allen Altersklassen im Bereich der Handball-Kreisspielgemeinschaft Bremerhaven-Cuxhaven gepfiffen. Dafür dankte ihm Kai Wenhold ganz besonders und lobte seine Zuverlässigkeit und seine Bereitschaft auch nach der Beendigung seiner Spielerkarriere für die Handballabteilung tätig zu bleiben. Diese Bereitschaft scheint inzwischen bei vielen ehemaligen Spielerinnen und Spielern leider nicht mehr vorhanden zu sein. Wolfgang Dürdoth bedankte sich für diese wertschätzende Art der Verabschiedung und spendete spontan seine Schiedsrichtervergütung in die Mannschaftskasse der mJE.

Danke Wolly!

Jürgen Schmitt

Bericht in dem Mitarbeitermagazin „WIR“ der BLG Logistics Group im September

Mein Ehrenamt

Baseballliga-Pressesprecher

Wenn Stefan Schlicht nicht als Fahrer Bus Space (FBS) oder als Ersatzmitglied im Betriebsrat auf unserem Autoterminal in Bremerhaven unterwegs ist, kümmert er sich höchstwahrscheinlich um sein Ehrenamt. Er ist Pressesprecher und Medienbeauftragter bei den „Spaden Devils" – dem Baseballteam des Sportvereins Gut Heil Spaden bei Schiffdorf.

Stefan Schlichts Geschichte begann 2013 auf dem Weg nach New York. Während des Flugs schaute er sich den Baseball-Film „42" an und war so begeistert, dass er sich – zurück in Deutschland – auf die Suche nach einem Verein machte. 2016 war es soweit: Er stieg als Spieler bei den „Spaden Devils" ein, die in der Landesliga Nord spielen.

2017 fiel unser Kollege gesundheitsbedingt längere Zeit aus und knöpfte sich, mehr aus Langeweile, die Facebook-Seite der Mannschaft vor. Er optimierte diese in kürzester Zeit so gut, dass die Followerzahl von 150 auf 500 stieg. Und nicht nur das: Er machte Werbung für Heimspiele und schrieb Spielberichte für die örtliche Presse. Es folgten mehrere TV-Auftritte in lokalen Sportsendungen und auch einen Online-Fan-Shop brachte er auf den Weg. Kein Wunder, dass er sich mittlerweile offiziell als Pressesprecher und Medienbeauftragter um die Öffentlichkeitsarbeit der Baseballabteilung kümmert. Vor zwei Jahren kam dann noch die Position des stellvertretenden Abteilungsleiters hinzu.

Er möchte Baseball in Deutschland bekannter machen und vor allem auch Nachwuchsspieler begeistern. Letzteres ist nicht so einfach. In Deutschland ist Fußball der beliebteste Mannschaftssport und die wenigsten wissen, dass es eine deutsche Baseball-Bundesliga und sogar eine Nationalmannschaft gibt. Baseball wird nach Punkten und nicht nach Zeit gespielt. So kann ein Spiel auch mal mehrere Stunden dauern. Diese für Deutschland ungewöhnliche Spielkultur zu vermitteln, ist eine Herausforderung, der sich Stefan Schlicht gerne stellt. „Auch wenn ich manchmal Rückschläge und Hindernisse überwinden muss, ich mache weiter, bis ich am Ziel bin. Aufgeben ist für mich keine Option", so der 47-Jährige.

Früchte für seinen unermüdlichen Einsatz konnte er schon mehrfach ernten. In der Region sind die „Spaden Devils" mittlerweile bekannt. Besonders stolz ist Stefan Schlicht darauf, vom Bürgermeister der Stadt Geestland die Goldene Ehrenamtskarte des Landes Niedersachsen überreicht bekommen zu haben. Wir wünschen ihm weiterhin viel Spaß und Durchhaltevermögen.

Saisonrückblick Baseball 2021

Die Rahmenbedingungen waren herausfordernd. Trotz des Saisonbeginns mitten im Jahr zu einer Zeit, in der auch Urlaube und Familienfeiern wieder stattfinden durften, mussten Termine für die Ligaspiele gefunden werden. Auch das war für uns alle eine große Herausforderung. Darüber hinaus haben immer Spieler mit privaten Herausforderungen wie Nachwuchs oder Hauskauf bzw. -umbau oder mit beruflichen Neuorientierungen zu tun, die die Zeit für liebgewonnene Ballsportaktivitäten weiter reduzieren.

Die Devils haben die Saison nach zehn ausgetragenen Spielen mit vier Siegen und sechs Niederlagen beendet. Als sportliches Ziel haben sich die Devils gleichviel Siege wie Niederlagen vorgenommen. Zwar wurde dieses Ziel knapp verfehlt, doch es überwiegt die Freude, dass man unter schwierigen Bedingungen eine erfreuliche Saison gespielt hat. Hat man sich doch im Saisonverlauf immer mehr gesteigert, so dass am letzten Spieltag gegen den späteren Gewinner der Landesliga aus Dohren beide Spiele nur sehr knapp verloren wurden. „Wir sind als Team über die Saison immer mehr zusammen gewachsen, eine starke Teamleistung gezeigt und haben sehr gute Ergebnisse erzielt. Jeder einzelne hat sich voll eingebracht und hat somit dazu beigetragen, dass das Team insgesamt besser wird“ fasst Trainer Ingo Eichberger die Saison zusammen.

So sorgte Danny Behrends für einen besonderen Moment in der Saison, als er bei ausgeglichenem Spielstand im letzten Inning den Ball zu einem Homerun aus dem Spielfeld schlug und damit den Sieg sicherte. Unter dem großen Jubel seiner Teamkollegen umrundete er die Bases und anschließend feierten die Devils gemeinsam den Sieg.

Markus Behrends unterstützt uns in der Funktion als Scorer (Spielschreiber) und auch Matthias Kück hat als Abteilungsleiter hat in der Funktion des Scorers ausgeholfen.

Jens Eisenbach hat während der Spiele zusätzlich die Trainer bei der Mannschaftsaufstellung unterstützt.

Das Trainergespann verstärkt hat in diesem Jahr Jason von Holten und er hat sich als zuverlässige Stütze eingebracht. Er und sein Bruder Davis von Holten

haben die zweite Baseballsaison absolviert und haben in ihrer Entwicklung einen riesigen Schritt nach vorne gemacht. Sportliche Fähigkeiten und Einsatzwille haben sich toll entwickelt und man hofft auf eine weitere gute Aktionen auf dem Platz.

Auch in der vergangenen Saison sind neue Spieler zu den Devils gestoßen, die sich toll eingefügt haben. Für Sebastian Schnadt, Lennard Strunk, Dennis Rudolph und Julien Rodrigues gilt es, eine Stammposition zu finden und ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Besonders gelobt werden soll auch das herausragende Engagement von Willie Kimbrough, der auf und neben dem Platz eine große Stütze für die Devils ist und auch im fortgeschrittenen Alter mit beispielhaftem Einsatz glänzt – good job, Willie!

Darüber hinaus gilt allen Spielern der Dank für den großartigen Einsatz!

Ausblick 2022: Auch in der kommenden Saison wollen die Devils sich weiterentwickeln. So beginnt die sportliche Vorbereitung mit dem Hallentraining. Es gilt, immer genug Spieler für die Schlüsselpositionen Pitcher (Werfer) und Catcher (Fänger) vorbereitet zu haben. Als Pitcher verfügen die Devils mit Kai Romeike und Ingo Eichberger über zwei erfahrene Spieler. Außerdem können Danny Behrends und Francisco Almonte Luna. In diesem Jahr hat Matthias Kück auch seine ersten Spiele geworfen und hat entsprechende Erfahrungen gesammelt, was dem Trainer weitere Möglichkeiten beschert. Auch als Catcher haben die Devils mit Danny Behrends, Kai Romeike und Matthias Kück drei erfahrene Spieler zur Auswahl. Dazu kommt mit Sebastian Schnadt ein neuer Spieler, der gerade erst mit dem Baseball begonnen hat und in diese wichtige Position hineinwachsen soll.

Ingo Eichberger

Baseball

Nach langer Pause und Verschiebung der Saison durch die Corona-Auflagen im Sommer, konnten die Devils endlich Ende August starten. Durch zwei Spielausfälle verlängerte sich die Saison bis zum 9. August. Bei einer Spielverlegung konnte kein neuer Termin gefunden werden, so dass das Spiel mit 5:0 & 5:0 gegen die Spadener gewertet wurde. Bei den Heimspielen konnten die Baseballer mit einer gut aufgestellten Mannschaft glänzen, auch wenn nicht alle Spiele gewonnen werden konnten, so wurden die Devils Tabellendritter von vier Mannschaften. Den dritten Platz musste man sich mit dem punktgleichen Team der Spielgemeinschaft Wehden/Stade teilen. Die Heimspiele wurden wie im letzten Jahr unter Ausschluss der Öffentlichkeit absolviert, da der Aufwand der Datenerfassung von Zuschauern zu groß gewesen wäre und man keinen für die Kontrolle und Einhaltung der Regel abstellen konnte. Im nächsten Jahr soll alles wieder mit Zuschauern stattfinden.

Trotz Corona konnte die Baseballabteilung einen Zuwachs an neuen Mitgliedern für sich verbuchen. „Wir sind auf einem guten Weg und zu unserem 10-jährigen Bestehen in 2023 wollen wir eine große Mannschaft aufbieten können, evtl. mit einer Jugend- oder Juniorenmannschaft. Das mit dem Nachwuchs wäre ein Traum, aber wir arbeiten darauf hin.“, so der stellvertretende Abteilungsleiter und Presse- und Medienbeauftragter der Baseballabteilung

Stefan Schlicht.

Nach dem Ende der Saison fand erstmal kein Training mehr statt. Aber nichts desto trotz, versuchte sich ein Teammitglied bei einem betrieblichen Seminar in Timmendorfer Strand beim Golfen. „Vielleicht wäre es ein Sport für mich nach meiner Baseball-Karriere.“ , so Stefan Schlicht.

In der Winterpause wird zweimal in der Woche trainiert, um auf die Saison 2022 besser vorbereitet zu sein. „Wir werden leistungsfähigere Spieler nach dem Wintertraining haben.“, so der Co-Trainer Kai Romeike. Gemeint ist damit, die Fähigkeiten und Potenziale der einzelnen Spieler zu fördern und die Erfahrenen zu stärken.

Stefan Schlicht

Freud und Leid

Geburtstage in unserer Vereinsfamilie

Eva-Maria Eul	90 Jahre	Bernd Renken	80 Jahre
Elisabeth Hagelstein	80 Jahre	Margot Schroth	80 Jahre
Günter Mehring	90 Jahre	Monika Stachowitz	70 Jahre
Günter Meyer	80 Jahre	Willy Waackhusen	80 Jahre

Wir wünschen allen Jubilaren für die Zukunft alles Gute und beste Gesundheit.

Hochzeiten

Grüne Hochzeit feierten:

Janine und Reto Meier

Jana Vollers und Kai Wenhold

Goldene Hochzeit feierten:

Marlies und Eilert Janßen

Monika und Klaus Liebert

Wir wünschen alles Gute für den weiteren gemeinsamen Lebensweg.

Freud und Leid

Trauerfälle in unserer Vereinsfamilie

Von uns gingen unsere Turnschwestern

Rita Mehring

Elsa Schaper

Edeltraud Schultze

und unsere Turnbrüder

Siegfried Hupe

Klaus von Twistern

Unser Mitgefühl gilt den Hinterbliebenen.

Vorstand

Geschäftsführender Vorstand:		Telefonnummer
Vorsitzender	Uwe Jobs Hinter der Mühle 15, 27619 Spaden	04 71/8 85 44
stellv. Vorsitzender	Manfred Schmiedel Ostervordels 56, 27619 Spaden	04 71/8 11 58
Sportwart	Jürgen Schmitt Sölzenweg 17, 27619 Spaden	04 71/8 42 74
Kassenwartin	Claudia Gundermann Bruno-H.-Bürgel-Str.8, 27580 Brhv.	01 73/2 02 81 57
Schriftwartin	Kerstin Palme Langenfeldweg 7, 27619 Spaden	04 71/80 43 53
Jugendwart	nicht besetzt	
Erweiterter Vorstand:	**(auszugsweise)**	
stellv. Sportwart	nicht besetzt	
stellv. Kassenwart	Nico Richter	01 76/43 70 62 37
stellv. Schriftwart	nicht besetzt	
Pressewart	Werner Kamjunke	04 71/8 59 55
Gerätewart	Herko Tantzen	04 71/8 66 17
Platzwart	Gerd Voltmer	
Ehrenoberturnwart	Werner Kamjunke	04 71/8 59 55
Sportplatz:		
Geschäftsstelle - Bürozeit: dienstags 16.30-18.30 Uhr	Jahnstraße 26, 27619 Spaden Kerstin Palme	04 71/8 50 15
Haus-/Platzwart Tennis	Ralf Bauer Jahnstraße 26, 27619 Spaden	04 71/95 84 46 29
Platzpfleger	Joachim Kohlberg Brombeerstraße 12, 27619 Spaden	04 71/80 37 12

Liebe Vereinsmitglieder,

ohne die großzügige Unterstützung unserer Werbepartner wäre eine für euch kostenlose Vereinszeitung nicht möglich!
Bitte berücksichtigt bei euren Einkäufen deshalb unsere Inserenten!

Fachliches Angebot

Die Abteilungen, ihre Leiter und Ansprechpartner (Mitglieder des erweiterten Vorstandes):		
Baseball	Matthias Kück	04 71/29 00 60 30
Bogenschießen	Dr. Jutta Pepperl	01 76/61 19 10 25
Boule	Jürgen Jeltsch	04 71/80 25 03 01 51/42 53 27 12
Fitness- und Gesundheitssport		
Badminton	Wolfgang Gräber	04 71/80 11 68
Bodyforming	Martina Treusch	01 62/1 38 84 41
Fitness	Christa Kulik	04 71/8 58 76
Haltungstraining	Anja Kempf	01 57/52 07 60 55
Männerfitness - All in One	Kim Grenzer	01 75/6 89 42 21
Nordic Walking, Fitness, Yoga	Fred Ludwig	01 51/56 94 10 48
Pilates/Yoga	Nadine Eichberger	01 70/4 12 46 60
Sitz-, Wirbelsäulengymnastik, Trittsicher in Spaden	Maren Dahnke	01 60/99 07 72 24
Sitz-, Wirbelsäulengymnastik	Meike Stein	01 74/9 83 64 04
Handball	Thorsten Breninek Christof Köster Kai Wenhold	01 52/59 09 66 32 04 71/4 81 83 40 01 71/1 84 64 30
Leichtathletik	Lothar Heisel	04 71/6 23 24
Lauftreff	Uwe Menge	04 71/80 22 28
Sportabzeichen	Ursula Kamjunke	04 71/8 59 55
Tennis	Thomas Fliegel	01 60/97 20 11 11
Tischtennis	Nico Duden	01 76/64 19 35 46
Turnen	Thorsten Danker	04 71/9 81 36 17
Eltern-Kind-Turnen	Karolina Kowalewski	01 76/64 34 72 84
Baby-Turnen/Tanz-Mäuse	Karolina Kowalewski	01 76/64 34 72 84
Gerätturnen weiblich	Liliane Heinsohn	01 76/66 72 93 30
Gerätturnen männlich	Jan Michaelis	04 71/80 99 87 65
Leistungsturnen weiblich	Werner Kamjunke	04 71/8 59 55
Prellball	Roland Haupt	04 71/8 70 70
Spielmannszug	Andree Rywak	04 71/8 76 44
Wandern weiblich	Brunhilde Töpfer	04 71/9 58 52 32
Wandern männlich	Achim Rywak	04 71/8 77 57

Impressum

Herausgeber: Turnverein Gut Heil Spaden von 1899 e. V.
Jahnstraße 26, 27619 Spaden
Tel. 04 71 / 8 50 15
www.tvspaden.de

Verantwortlich für den Inhalt im Sinne des Pressegesetzes: Redaktion der Viereff des TV Gut Heil Spaden

Auflage dieser Ausgabe: 1.250 Stück

Bezugspreis: im Mitgliedsbeitrag enthalten

Redaktion: viereff@tvspaden.de
Imke Gercken 04 71 / 9 81 23 96
Claudia Gundermann 01 73 / 2 02 81 57

Verteilung im Ort: Männer-Wandergruppe

Berichte: Michael Arendt, Edgar Bethmann, Hans-Dieter (Dillo) Busch, Ingo Eichberger, Nadine Eichberger, Thomas Fliegel, Kim Grenzer, Dagmar de Haas, Lothar Heisel, Jürgen Jeltsch, Uwe Jobs, Werner Kamjunke, Anja Kempf, Karolina Kowalewski, Yvonne Martfeld-Klink, Hans-Werner Nitschke, Dr. Jutta Pepperl, André von Riegen, Marc von Riegen, Stefan Schlicht, Manfred Schmiedel, Jürgen Schmitt, Sarah Seidel, Martin Steencken, Martina Treusch

Druckerei: infotex-digital, KDS-Graphische Betriebe GmbH Bahnhofsweg 2, 82008 Unterhaching

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der gesamten Redaktion wieder! Für überlassene bzw. zugesandte Manuskripte übernehmen wir keine Haftung! Inhalt, Zeichensetzung und Rechtschreibung ohne Gewähr.

Die verwendeten Sportdeutschland-Piktogramme unterliegen dem Copyright und werden mit Erlaubnis ©DOSB/Sportdeutschland veröffentlicht. Jede Vervielfältigung, Verbreitung, Sendung und Wieder- bzw. Weitergabe ist ohne schriftliche Genehmigung der Rechteinhaber ausdrücklich untersagt.

Die nächste Ausgabe erscheint voraussichtlich im April 2022.
Redaktionsschluss ist der 10. März 2022!

André Strelow
Segelmacherei

★ Segel/Sonnensegel
★ PVC-Verarbeitung
★ Zelte
★ Markisen
★ Lkw-Planen
★ Änderungen
★ Beschattungen
★ Sonderanfertigungen
★ Containerplanen
★ Bootspersenninge

Gerhardstraße 7–9 · 27576 Bremerhaven
Telefon 04 71/5 25 70

www.segelmacher-strelow.de
E-Mail: info@segelmacher-strelow.de

In Spaden
und Debstedt!

Stephans
Fahrschule

Schierholzweg 1
27619 Spaden
☎ 0471 / 80 33 11
Di. & Do. 17.00 - 20.30 Uhr

Gartenstraße 2
27607 Debstedt
☎ 04743 / 27 79 99
Mo. & Mi. 18.00 - 20.30 Uhr

Mobil: 0163 / 50 40 300

www.stephans-fahrschule.de

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen. Anpacker und Frühaufsteher, die Familien oder Start-ups gründen, Hausbauer, Pläneschmieder – gemeinsam schauen wir nach vorn und sagen: Morgen kann kommen. Wir machen den Weg frei.

Volksbank Geeste-Nord eG