



Volleyball:
Norddeutsche Meisterschaft

Bericht Seite 28



Fußball:
G-Knaben Turniersieger

Bericht Seite 19



Leichtathletik:
Alsterstaffel erfolgreich

Bericht Seite 16

Deutsche Vize-Meister Basketball (wU 16)

Bericht Seite 11 und 12



Flughafen ganze Seite
in Farbe
liegt nur der Druckerei
vor

Vorstand

Liebe Mitglieder!

Aus dem Protokoll der diesjährigen **Mitgliederversammlung** können Sie entnehmen, dass 69 stimmberechtigte Mitglieder anwesend waren; eine sehr magere Beteiligung, zumal der Vorstand und die Geschäftsstelle mit 12 Personen zugegen waren.

Alte Versammlungshasen sagten daraufhin: „Wenn die Leute nichts zu bemängeln haben, kommen sie auch nicht!“. Die Entlastung des Vorstandes und die Neuwahlen erfolgten sämtlich einstimmig, also gab es offenbar wirklich nichts zu meckern?

Gewiss. Wir haben einiges bewegt in den vergangenen 12 Monaten. Es gibt bei uns jedoch „Altlasten“, die noch abzuarbeiten sind und es gibt auch absehbare, zusätzliche Belastungen für unseren Verein, denen wir uns vorausschauend widmen müssen. Hierüber hat der Vorstand die anwesenden Mitglieder bei der Versammlung informiert und mögliche Lösungswege aufgezeigt.

Der **Kassenvoranschlag** für das neue Geschäftsjahr 2006 wurde von der Versammlung einstimmig bestätigt. Dies freut uns natürlich besonders, weil dieser Kassenvoranschlag die neue Linie unseres Vereins auch auf finanzieller Ebene sehr deutlich macht. Vorstand und Vereinsrat gehen also mit Optimismus und Volldampf in das nächste Jahr.

Zu fragen ist allerdings, ob die Legitimation eines Vorstandes noch als eine solche bezeichnet werden darf, wenn sich gerade einmal 2% der stimmberechtigten Mitglieder des Vereins an der Wahl beteiligt haben. Wir

hätten uns ein wenig mehr Interesse Ihrerseits gewünscht. Es kann Ihnen, liebe Mitglieder, doch nicht egal sein, welche Weichen für die Zukunft gestellt werden, welche Ziele wir uns setzen und wie wir die zur Verfügung stehenden Finanzmittel (Ihre Beiträge) einzusetzen gedenken.

Waren Sie im April/Mai einmal in unserem Vereinshaus an der Lüttkoppel? Haben Sie dort die herrlichen Blumen gesehen? Sie sind das Ergebnis unseres **Pflanztages** im Oktober 2005! Wir werden im Oktober 2006 wieder einen Pflanztag veranstalten. Näheres hierzu in der nächsten Ausgabe.

Herzlichst für den Vorstand
Jeppe Nielsen

Redaktionsschluß
für den nächsten
Sportspiegel (Heft 03 /06):
12. Aug. 2006



SCALA SOMMERFEST
Sonnabend, 24. Juni, 11 - 17 Uhr
Vereinsgelände Lüttkoppel

Viele **AKTIVITÄTEN** für **Große und Kleine**

Essen & Trinken, Kaffee & Kuchen

Stargast:
Zauberclown Salvatore

2 Stunden **Showprogramm** aus unserem Sportangebot

ab 17 Uhr: **WM-Achtelfinals** auf großer Leinwand im Clubheim

www.sportclub1.de



Inhalt

Vorstand	3 - 5
Tennis	6 - 7
Handball	8 - 10
Basketball	11 - 12
Turnen und Freizeit	13 - 15
Leichtathletik	16 - 17
Fußball	18 - 19
Fitness und Gesundheit ...	20 - 23
Bildung und Kultur	24 - 25
Kung Fu	26
Tischtennis	26 - 27
Volleyball	28 - 30
Impressum	30

SCALA – Sommerfest, Samstag, 24. Juni

Der ganze Verein wird auf den Beinen sein, wenn am 24. Juni das SCALA-Sommerfest auf dem Vereinsgelände an der Lüttkoppel steigt!

Tolle **Spielangebote** warten auf die kleinen Besucher, die sich zudem am **Kinderschminktisch** hübsch zurecht machen lassen können. Als besondere Attraktion wird **Zauberclown Salvatore** für ausgelassene Stimmung sorgen!

Besonders hinweisen möchten wir auf die beiden **SCALA-Showblöcke**, in denen die verschiedensten Trainingsgruppen des Vereins einen Ausschnitt aus ihrer Sportart zeigen!

Wichtig: der erste Showblock beginnt um **11:30 Uhr**, der zweite um **15 Uhr**. Beide werden je eine gute Stunde dauern. Zuschauen lohnt unbedingt!

Das den ganzen Tag über für Speis und Trank gesorgt ist, braucht eigentlich nicht extra erwähnt zu werden.

Um 17 Uhr schließt sich nahtlos ans Sommerfest das erste **WM –Achtelfinale** an. Unser Clubwirt präsentiert die Spiele auf **Großbildleinwand!** Lasst uns Stadionatmosphäre zaubern, beim 17 Uhr-Spiel ist **Deutschland** dabei, falls die Mannschaft zuvor Gruppensieger geworden ist! Freuen wir uns auf einen **„Tag des Sports“** im vielfältigsten Sinne! Freunde und Bekannte dürfen gern mitgebracht werden!

Vorstand

Protokoll der Jahreshauptversammlung 2006 des SC Alstertal-Langenhorn e.V.

am Freitag, den 21. April 2006, Beginn:
19 Uhr

Ort: Halle Lüttkoppel 1, 22335 Hamburg

Vorstandsmitglieder (anwesend):

Jeppe Nielsen, Fred Menkhoff, Reiner Soll,
Heiko Seyffarth, Gisela Kortmann, Wolf-
gang Saß, Matthias Seuring

Es sind 69 stimmberechtigte Mitglieder
anwesend.

TOP 1 Begrüßung und Eröffnung

Jeppe Nielsen begrüßt und eröffnet als
1. Vorsitzender die Versammlung.

Er weist darauf hin, dass der TOP 10 e,
wie auf der Einladung aufgeführt, entfällt,
da die Wahl des Ehrenrats gemäß Sat-
zung alle 2 Jahre, somit erst im nächsten
Jahr wieder erforderlich ist .

Als besonderer Teilnehmer der Versamm-
lung werden unser Mitglied Herr Christian
Carstensen MdB begrüßt sowie als Gast
Herr Christian Graaf vom Billard-Club Ham-
burg-Flames und es wird bekannt gege-
ben, dass der Billard Club ab 1.7.2006 dem
SC Alstertal-Langenhorn als weitere Spar-
te beitreten wird.

Es folgt ein Gedenken an die verstorbe-
nen Mitglieder.

TOP 2 Feststellung der ordnungs- gemäßen Einladung

Der Vorsitzende stellt fest, dass zur Ver-
sammlung ordnungs- und satzungsgemäß
eingeladen wurde

TOP 3 Genehmigung des Protokolls der Mitgliederversammlung 2005

Die Versammlung genehmigt einstimmig
das Protokoll vom 22.4.2005.

TOP 4 Ehrungen

Die Zeitehrungen für langjährige Mitglied-
schaften wurden bereits am Nachmittag
vor der Hauptversammlung durchgeführt.
Für außerordentliche Verdienste innerhalb
des Vereins wurden folgende Ehrennadeln
übergeben:

Silber für (namentliche Benennungen, da
nicht anwesend):

Petra Kerl (Volleyball)

Jürgen Mems (Fitness+Gesundheit)

Renate u. Jürgen Brunnckow (Tennis)

Martina Harder (Basketball)

Hans-Georg Karg (Tischtennis)

Silber für (Anwesende):

Ingrid Hansemann (Hockey)

Dawin Kaspar (Badminton)

Dr. Frank Neuland (Fitness und Gesund-
heit, Bildung und Kultur)

Brigitte Mankertz (Basketball)

Thomas Straub (Tennis)

Reiner Soll (Schatzmeister)

Gold für :

Gertrud Biester (Turnabteilung)

Alfred Cohn (Fußball)

TOP 5 Bericht des Vorstandes

Der Jahresbericht wurde bereits im Sports-
piegel Heft 1, März 2006, veröffentlicht.
Jeppe Nielsen ergänzt diesen mit einigen
Punkten wie folgt:

1.) Abbau der negativen Mitglieder-
bewegung seit 2002 durch eine ver-
besserte Außendarstellung, Erweite-
rung und Verbesserung unserer An-
gebote sowie intensivere Schulungen
unserer Trainer und Übungsleiter; Auf-
bau neuer Gruppen und Abteilungen
und Gründung der Abteilung *Bildung
und Kultur*.

2.) Durch die finanzielle Einsparung auf-
grund der geschäftsführenden Funk-
tion des Vorstands wird der alte
Verteilerschlüssel für die Mitgliedsbei-
träge wieder auf 48/52 % für Spar-
ten ab 1.7.06 eingeführt, die Lei-
stungssport-Förderung erhöht, die ge-
stiegenen Energiekosten kompensiert,
der Jugendetat erhöht, Gehalts-
anpassungen für unsere Mitarbeiter
vorgenommen, und 1/3 der Einspa-
rungen werden für besondere Aus-
gaben wie Kosten für Meisterschaften

verwendet.

3.) Der Vorsitzende bedankt sich bei den
Sportlerinnen und Sportlern sowie
ehren- und hauptamtlichen Mitarbei-
tern für ihren Einsatz an öffentlichen
Veranstaltungen und für gute Wer-
bung und Präsenz unseres Vereins. Der
Abwärtstrend unserer Mitgliederzahlen
konnte so bereits gestoppt werden.
Es folgt eine grafische Präsentation der
Mitglieder-Entwicklungskurve.

4.) Abteilung *Bildung und Kultur* trägt sich
selbst, Kosten für die interne Weiter-
bildung werden steigen.

5.) Der Vorsitzende erwähnt noch einmal
die sportlichen Erfolge im vergangen
Jahr (Basketball, Leichtathletik, Tae-
kwondo).

6.) Da in absehbarer Zeit weitere Kosten-
steigerungen für Energie- und Abga-
ben folgen werden, wird es nötig
sein, eine Erhöhung der Mitgliedsbei-
träge ab 1.1.07 um 4 % vorzuneh-
men, also 2 % p. a.

7.) Es folgt eine kurze Erläuterung über
den derzeitigen Stand unserer Sport-
anlage Wittekopsweg.

8.) Folgende Abteilungen wurden bzw.
werden neu gegründet:
Neue Schwimmangebote im Lehr-
schwimmbecken Eberhofweg
Billard
Bildung und Kultur

MALEREIBETRIEB
JÜRGENS



Ausführung sämtlicher Malerarbeiten

Spezialist für

Fassadeninstandsetzung

Fenstersanierung

Betonsanierung

Bodenbeschichtung

Lademannbogen 28
22339 Hamburg

Telefon 040 / 5 39 91-0
Fax 040 / 5 39 91-300

TOP 6 Bericht des Schatzmeisters

Herr Soll erläutert die Bilanz und GuV zum Jahresabschluss 2005. Es gibt hierzu keine Fragen oder Einwände aus der Versammlung.

TOP 7 Bericht der Revisoren

Der Kassenprüfer Wolfgang Burmester verliest den Bericht der 4 Kassenprüfer. Es gab keine negative Feststellung. Buchführung ist vorbildlich, es gab keine Beanstandungen, das Umlaufvermögen ist positiv. Er empfiehlt der Versammlung die Entlastung des Vorstands.

TOP 8 Beschlussfassung über den Jahresabschluss 2005

Der Abschluss des SC Alstertal-Langenhorn zum 31.12.2005 wird einstimmig genehmigt.

TOP 9 Entlastung des Vorstandes

Unser Ehrenvorsitzende, Egon Schedler, wendet sich an die Versammlung zur Entlastung des Vorstands. Der Vorstand wird einstimmig entlastet.

TOP 10 Wahlen

Zu den Wahlen befinden sich 69 stimmberechtigte Mitglieder im Saal.

- a) Fred Menkhoff wendet sich an die Versammlung für die Wahl des 1. Vorsitzenden. Vorgeschlagen wird Herr Jeppe Nielsen. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Durch Handzeichen wird Jeppe Nielsen einstimmig gewählt. Er nimmt die Wahl an.
- b) Jeppe Nielsen wendet sich an die Versammlung für die Wahl des Schatzmeisters:
Vorgeschlagen wird Herr Reiner Soll. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Durch Handzeichen wird Reiner Soll einstimmig gewählt. Er nimmt die Wahl an.
- c) Für die Wahl des Beirats wird Matthias Seuring vorgeschlagen. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Durch Handzei-

chen wird Matthias Seuring einstimmig gewählt. Er nimmt die Wahl an.

- d) Für die Wahl von 2 Revisoren werden Herr Franz Dornieden und Herr Wolfgang Burmeister vorgeschlagen. Es gibt keine weiteren Vorschläge. Durch Handzeichen werden Herr Dornieden und Herr Burmeister einstimmig gewählt. Beide nehmen die Wahl an.

TOP 11 Anträge

Es liegen keine Anträge vor.

TOP 12 Genehmigung des Haushaltsplan 2006

Der Schatzmeister Reiner Soll erläutert den Anwesenden den Entwurf des Haushaltsplans 2006. Es gibt keine Fragen hierzu aus der Versammlung. Der Haushaltsplan wird einstimmig angenommen.

TOP 13 Verschiedenes

Brigitte Schwemmler (Spartenleiterin Basketball) bedankt sich für die gute Zusammenarbeit mit dem Vorstand. Außerdem appelliert sie für eine größere Beteiligung auf den Jahreshauptversammlungen.

Ein Mitglied der Fußballabteilung bittet um eine Neugestaltung des Vereinswimpels, der insbesondere für auswärtige Vereine und Vereinslokale nicht als ein Hamburger Vereinswimpel erkennbar ist. Der Vorstand wird sich über eine Neugestaltung Gedanken machen.

Mit einem kurzen Schlusswort wird die Versammlung um 20.40 Uhr von Jeppe Nielsen beendet.

Jeppe Nielsen (1. Vorsitzender)
Fred Menkhoff (Stellvertretender Vorsitzender)
Birgit van Hettinga (Protokollführung)

Vorankündigung des Langenhorner Oktoberfestes

(von Gisela Kortmann)

Das diesjährige Oktoberfest findet wieder auf dem Langenhorner Markt in der Zeit vom 15.-17.9.06 statt. Drei Tage wird dann in Langenhorn gefeiert, gelacht, getanzt und viel erlebt. Das große Kinderfest, das dort von SCALA ausgerichtet wird, findet am Freitag, den 15.9. statt. Viele Schulen und Kindergärten nehmen auch daran teil. Höhepunkt dieser Veranstaltung wird wieder ein buntes Bühnenprogramm unseres Vereins sein. Verschiedene Kindergruppen wie Jazzdance, Kreativer Kindertanz, Rope Skipping, Ballett und Rhythmische Sportgymnastik werden auftreten und ihr Können zeigen: Auch unser Sport- und Bewegungskindergarten wird sich dort mit tänzerischen Bewegungsspielen präsentieren. Bis 18 Uhr wird viel zu sehen sein. Anschließend beginnt der Abend dann mit einem Festbieranstich beim gemütlichen Beisammensein.

Am Samstag, den 16.9. findet auf dem Oktoberfest ein Wochenmarkt mit bayerischem Angebot und Überraschungen statt. Außerdem gibt es Live-Musik und Tanz sowie am Abend dann ein großes Feuerwerk. Der Sonntag (17.9.) beginnt mit einem ökonomischen Gottesdienst und Gospelchor. Zum gemütlichen Ausklang des 3-Tage-Festes lädt dann ein Jazzfrühschoppen ein.

Sie suchen den für Sie passenden Versicherungsschutz zu günstigen Konditionen?

***Vergleichen
Sie mit
unsere
Hilfe!***



Klaus Dieter Buck

**Unabhängiger Versicherungsmakler in Zusammenarbeit mit zahlreichen namhaften Versicherungsgesellschaften.
Seit mehr als 30 Jahren für Sie tätig.**

service@kdbuck.de
Telefon 64 22 44 55
Telefax 64 22 44 33
Fuhsbüttler Str. 257
22307 Hamburg

huyke
heizung · Lüftung · solar · sanitär

Wartungs-, Not- und Kundendienst
Sonnenlinie 2 • 22417 Hamburg
☎ 520 98 98 • www.huyke-heizung.de

Protokoll der ordentlichen Spartenversammlung am 4. April 2006

Beginn: 19.40 Uhr

Ort: Clubhaus Beckermannweg 25

Top1: Spartenleiter Thomas Straub begrüßt 27 Mitglieder und stellt fest, dass die Sitzung ordnungsgemäß einberufen wurde und beschlussfähig ist.

Thomas Straub stellt den 1. Vorsitzenden des Gesamtvereins Jeppe Nielsen vor.

Die Versammlung gedenkt der verstorbenen Mitglieder Wolfgang Burfeindt, Hans Paland, Wolfgang Klenner und Hans Selck.

Top2:

Das Protokoll der Spartenversammlung 2005 wird einstimmig genehmigt.

Top3: Bericht der Abteilungsleitung Thomas Straub als Spartenleiter berichtet über 7 durchgeführte Sitzungen. Im Mittelpunkt der Arbeit standen erneut die Bemühungen die Mitgliederzahlen (z.Zt. 305) und die Zahl der Hallenbuchungen zu erhöhen. Er berichtete, dass 75% der Mitglieder in Mannschaften fest integriert sind. Zur Verschönerung der Anlage wurden bei begrenzten Geldmitteln drei Bänke (aus Spenden), 2 Wärmepilze, ein neuer Kühlschrank und eine zweite Biersorte mit neuer Zapfanlage angeschafft. Mit großer Eigeninitiative wurden die Duschräume der Damen renoviert.

Frank Michlenz, unser 2. Trainer, wird uns zum 30.4. auf eigenem Wunsch verlassen. Wir wünschen ihm alles Gute für die Zukunft.

Die Platz- und Spielordnung wird dahingehend geändert, dass für Jugendliche die einschränkenden Hinweise entfallen.

Birgit Ohlendorf berichtet über die Jugendarbeit mit z.Zt. 65 Jugendlichen, 15 Probekinder aus der Wintersaison werden zu Beginn der Saison noch in die Sparte eintreten. 2005 waren 9 Mannschaften zu den Medenspielen gemeldet. 2006 werden 6 Mannschaften an den Punktspielen teilnehmen. Sowohl bei den Medenspielen als auch bei den Trainingszeiten treten Probleme auf, weil die in Hamburg eingeführten Ganztagschulen bis in den späten Nachmittag Unterricht abhalten.

An den Clubmeisterschaften 2005 haben 27 Kinder teilgenommen. Es herrschte gute Stimmung, was auch von den Weihnachtsfeiern gesagt werden kann.

Volker Heidmann als Sportwart gibt der Versammlung einen Überblick über die abgelaufenen Medenspiele. (3 Aufstiege, 8 Abstiege). An der Winterrunde nahmen 6 Mannschaften teil, die 1. Herren und die Herren 55 sind aufgestiegen.

Für die kommende Saison wurden 19 Mannschaften gemeldet. Erfreulich ist, dass die Damen im Gegensatz zu 2005 mit einer 6er-Mannschaft antreten werden.

An den Clubmeisterschaften nahmen bei 10 Konkurrenzen 98 Mitglieder teil. Bei den offenen Mixedmeisterschaften waren 72 Teilnehmer am Start.

Jürgen Brunckow als Platzobmann berichtet, dass der Saisonbeginn auf den 23.4. verlegt werden muss, da die Witterungsverhältnisse im März keine Arbeiten zuließen.

Im Sommer sollen die Herrenduschräume renoviert werden. Weiterhin werden im Bereich der Plätze 7 u.8 zwei weitere Bänke angeschafft.

Top4: Renate Brunckow als Kassen- und Hallenwartin berichtet über 43 Ausgänge im Jahr 2005. Dagegen stehen jetzt z.Zt. 9 Eintritte. Den Einnahmen von € 142.418,— (Sommerbetrieb und Halle) stehen Ausgaben von € 133.005,— gegenüber.

Hierin sind Tilgungen in Höhe von € 29.109.- nicht enthalten. Der Haushalt 2006 bewegt sich auf ähnlichem Niveau

wie 2005.

Die Auslastung der Halle lag wie bereits 2004 bei 59%. Wie sich die Preisreduzierungen am Wochenende auswirken, wird man erst in 2006 feststellen können.

Top5: Die Entlastung der Spartenleitung wird einstimmig erteilt.

Top6: Wahlen

Kassen- und Hallenwartin Renate Brunckow, Sportwart Volker Heidmann und Platzobmann Jürgen Brunckow werden einstimmig wiedergewählt.

Top7: Der alte SCL- Zapfhahn wird für € 50,— für die Jugendkasse abgegeben.

Top8: Es liegen keine Anträge vor. Auf Anfrage erläutert Thomas Straub den Einsatz eines in Kürze zu installierenden Defibrillators. Jeppe Nielsen weist darauf hin, dass für Reha-Maßnahmen das SCALA-Fitnesscenter in Anspruch genommen werden kann.

Thomas Straub bedankt sich bei den Mitgliedern und schließt um 21 Uhr die Sitzung

F. d. R. d. P

Birgit Ohlendorf Protokollführerin

Thomas Straub Spartenleiter



Tennis

Sommersaison 2006

Von Volker Heidmann

Der Winter war frostig und schneenass wie schon lange nicht mehr und auch die letzten Wochen vor Saisonbeginn waren kalt und regnerisch. Um so erstaunlicher, dass der Saisonstart nur um wenige Tage von Ostermontag auf den folgenden Sonntag verschoben werden musste und die Plätze sich zu diesem Zeitpunkt – allen Widrigkeiten zum Trotz - in einem hervorragenden Zustand befanden. Da mussten besondere Kräfte am Werk gewesen sein. Und so war es auch. Platzwart Axel Stanscheck und hochmotivierte Arbeitsdienste hatten dieses bewerkstelligt! Darüber hinaus hat Jürgen Brunnckow, als Platzobmann zuständig für die gesamte Anlage, noch etliche Verbesserungen veranlasst. Zum Beispiel kann man künftig das Tennistreiben auf den Plätzen 7 + 8 ohne Sichtbehinderung verfolgen. Dazu wurden auf Platz 7 die Abziehnetze an die Stirnseiten des Platzes umgehängt und die das Blickfeld einengenden Büsche umgepflanzt.



Unsere Tennisanlage, eine Oase im Grünen

Seit Sonntag, den 24.04.2006, läuft sie nun, die Sommersaison 2006. Sie beginnt mit den „**Kleinen Medenspielen**“ des Hamburger Tennis-Verbandes. Beim Erscheinen dieses Heftes werden die ersten Punktspiele bereits absolviert sein und Spieler und Mannschaften denken bereits über Strategie und Taktik für die noch ausstehenden Spiele nach, damit der am Ende sich ergebende Tabellenstand möglichst günstig ausfällt.

Aber die Sommersaison 2006 bietet neben den Punktspielen noch eine ganze Reihe anderer interessanter und ge-

selliger Veranstaltungen. Hier nun die einzelnen Veranstaltungen.

Zunächst das „**Kuddelmuddel-Turnier**“. Es findet am Pfingstsonntag, den 04.06.06, statt. Zwar ist es ein vereinsinternes Turnier, aber auch nicht zum Verein gehörende Gäste und Mitglieder anderer Sparten und Abteilungen des Vereins sind herzlich willkommen und können gern an diesem Turnier teilnehmen.

Es folgen „**Ladies-Cup**“ und „**Hausfrauenturnier mit Hausmänner-Beteiligung**“. Termine und nähere Einzelheiten werden durch Aushang bekannt gemacht.



Teilnehmende Hausfrauen und Hausmänner aus 2005

Die „**Mixed-Treffs für Erwachsene**“ finden in den Sommerferien freitags ab 17.00 Uhr an folgenden Terminen statt: 21.07.06, 28.07.06, 04.08.06 und 11.08.06.

Die „**Jugendmeisterschaften des Vereins**“ werden vom 14.08.06 bis 19.08.06 durchgeführt.

Ab 16.08.06 beginnen die „**Vereinsmeisterschaften in den Einzel- und Doppelkonkurrenzen**“. Sie enden am

26.08.06 mit den Finalspielen und münden ein in das am gleichen Tag stattfindende „**Sommerfest der Tennis-sparte**“.

Letzter Höhepunkt der Sommersaison 2006 sind dann die offenen „**Mixedmeisterschaften um den Künzel-Cup**“ vom 05.09.06 bis 10.09.06.



Match-Pause

Damit Tennis- und Urlaubsplanung nicht miteinander kollidieren, empfiehlt es sich, schon jetzt die genannten Termine zu notieren und miteinander in Einklang zu bringen. (Übrigens: Beginn der Hallensaison 2006/2007 ist der 11.09.06)

Ich wünsche allen Tennis-Spielerinnen und Tennis-Spielern einen guten Start in die Sommersaison 2006 mit spannenden und erfolgreichen Spielen und vielen schönen und geselligen Stunden auf unserer Tennisanlage.

P.S.: Mitglieder aus anderer Sparten und Abteilungen unseres Vereines möchte ich ermuntern, uns auf unserer wunderschönen Anlage vielleicht an einem lauen Sommerabend einmal zu besuchen. Sie können uns dann von der Terrasse unseres Clubhauses aus bei unserem Treiben zuschauen. Unsere Gastronomie wird Sie gerne bewirten.



Bericht der männlichen F-Jugend

Von Gerda Seyffarth

F-Jugend - männlich - ein Jahr lang trainieren 15 Jungs des Jahrgangs 97 nun schon gemeinsam. Dem **Mini-Handball** entwachsen, haben sie in Punktspielen gelernt, über das große Feld schon mannschaftsdienlich zu spielen.

Fangen, Passen, Dribblings, Wackeln, Durchgehen, Decken, Fallwurf, Schlagwurf, manche sogar Sprungwurf, ganz schnell Laufen, viele Spiele und auch gemeinsam Eislaufen und Turniere besuchen standen auf dem Programm.

Wir haben miteinander viel Erfolg in der Gruppe „schwach“ gehabt. „Schwach“ weil wir ja als ganz junger Jahrgang auch gegen die 96-iger spielen mussten. Am F-Jugend **Verbandsturnier** haben wir teilgenommen und in der Gruppierung „schwach“ den 2. Platz gemacht. In der Gruppierung „stark bis mittel“ konnten wir denn auch nur gegen AMTV 2 einen Punkt machen. Aber die Spiele gegen die 96iger verloren wir nicht sehr hoch, gut nicht?

Wir sind also glücklich mit dem Fortschritt, den die Jungs im Laufe des Jahres machten. Auf dem **Lübeck-Turnier** waren wir bei den jüngeren Teams sogar Erster und gewannen jeder einen Handball. (leider eine Nummer zu groß)

Die Jungs sind zuverlässiger und selbständiger geworden, sie können die



Torabhängung allein anbringen, verlieren ihre Socken und Pullover nicht mehr, sie machen sich vor dem Spiel selbst warm und lernen, nicht im Spiel alles allein machen zu wollen. Allerdings müssen wir noch sehr daran arbeiten, dass es wichtiger ist, miteinander zu spielen als kleine Egoisten zu sein.

Die Eltern sind eine große Hilfe und unsere treuesten Fans. Und so möchten wir auch im Oktober getrost mit allen ins Trainingslager an die Schlei fahren.

Wir nehmen jetzt vier Minispieler aus dem Jahrgang 98 auf, bilden zwei Teams, die nach Spielerfahrung, Körperkraft, Zuverlässigkeit und Lernwilligkeit geordnet sein werden. Wir sind zwei Trainer und zwei Helfer. Gern würden wir noch Jungs aus diesen beiden Jahrgängen 97 und 98 aufnehmen. Mit 18-19 Jungs müssten zu oft Jungs doppelt, d.h. in beiden Mannschaften spielen. Also kommt, es macht Spaß und es ist für jeden etwas dabei. Ich freue mich auf euch für die Saison 06/07.

Haspa

D-Jugend

Von Gerda Seyffarth

Nun ist die Zeit der D-Jugend für diese Jungs beendet und sie gehen gemeinsam in eine C 2. Für die C 1 werden wohl ab und zu der eine oder andere eingeladen, um auszuhelfen und zu unterstützen.



Es war eine sehr gute Zeit. Ein Jahr lang waren die Jungs regelmäßig bei ihrem Training am Mittwoch in der Halle. Sie haben sich gegenseitig unterstützt, sich angenommen und auch ihre schwachen Spieler konnten sich wohlfühlen. Eine Ausnahme gab es: **Fernzubleiben** ohne sich abzumelden, fanden alle, gehört sich nicht.

Der Erfolg der Gruppe basierte auf Gemeinschaftssinn und große Freude, im Vergleich zur vorigen Saison, auch siegen zu können. Und das so häufig, dass der Abschluss in der Tabelle zeigt: Wir sind mit 28:8 Punkten

Vize-Gruppenmeister

Mir hat es gut getan, eine so freundliche und lernwillige Gruppe zusammen mit Marcus Reuter trainiert zu haben.

Hier nochmals die Namen der Spieler: Nico Baake, Bastian Gräven, Jan Kaehren, Sascha Raschidi, Dennis Schmidt, Dominik Timm, Samuel Zeuse, Fabian Wildebrand, Marcel Zummach und als Gast für die nächste D Tilo Siemers

Saisonrückblick mE - ... oder den Mutigen gehört die Welt!

Von Martina Kadenbach

Mit **Tim Cramer und Inken Bahr** waren zu Saisonbeginn zwei junge Trainer angetreten, die SCALA-Tradition von hervorragender Jugendarbeit fortzuführen. Die Konkurrenz naher Vereine war und ist groß, die teilweise in dieser Altersklasse (Jahrgänge '95 und '96) schon hochklassig spielen und damit natürlich auch die Versuchung, es mit diesen Jungs, die schon in der mF ihr Potential gezeigt hatten, auch zu probieren. Die Entscheidung Geduld zu zeigen und den Jungs Gelegenheit zu geben, sich langsam zu entwickeln war also eine mutige, denn oft gehen dabei auch Spieler verloren, die nicht so lange warten wollen.

Aber die Voraussetzungen es trotz 2-3 jüngerer Spieler zu versuchen, waren einfach zu riskant. Die Mannschaft wurde **unterklassig** gemeldet und im Rückblick erwies sich diese Entscheidung als goldrichtig.

Schon auf den Turnieren zeigte sich, dass diese Mannschaft trotz ihres jungen Alters schon prima mithalten kann. Tolle Erlebnisse mit Turnieren in Lübeck, bei HGN und auf dem eigenen Turnier gingen der Saison voraus.

Die Punktspielsaison wurde dann doch so überlegen gespielt, wie keiner gedacht hatte. Nur ein Spiel wurde gegen den einzigen gleichwertigen Gegner knapp verloren, bei allen anderen Spielen zeigte sich trotz Überlegenheit eine stetige Steigerung. Und man lernte, dass man auch in dieser Liga ohne **Konzentration** nicht gewinnen kann – das waren dann die

zweiten 2 Minuspunkte. Beim Abschluss-Spiel gegen die SG Harburg konnten die Zuschauer hautnah erleben, was die Jungs über die Saison gelernt haben, zeigten sie doch eine mannschaftliche „Glanzleistung“. In allen Bereichen wurden enorme Fortschritte gemacht, es gelang den einzelnen Jungs entsprechend die Stärken zu fördern und so mancher merkte überhaupt erst wo diese wohl geschlummert haben. Sehenswerte erste Spielzüge, schöne Würfe, konsequente offene Deckung und teilweise echte „**Hennig Fritz**“-Paraden im Tor waren das Ergebnis.

Den Trainern gelang es auch, eine kameradschaftliche Truppe zu formen, in der jeder mit jedem spielt und neue Spieler problemlos integriert werden. Berührungsängste oder Überheblichkeit („mit dem Spiel ich nicht!“) gab es nicht. Man lobte sich gegenseitig, tröstete oder fluchte zusammen.

Eine tolle Grundlage also um es auf Basis dieses Selbstbewusstseins in der nächsten Saison höherklassig zu versuchen und sich größeren Herausforderungen zu stellen. Auch wenn die '95 er mit einem weinenden Auge im Mai in die D-Jugend verabschiedet werden müssen, ist das Potential enorm. Das es allen viel Spaß macht, zeigt die Tatsache, dass aus knapp über **12 Jungs** inzwischen fast **20** geworden sind.

Hier könnte doch tatsächlich, wenn

man auch auf die mF blickt, die eine ähnliche Entwicklung zeigen, mal wieder eine breite Alstertaler Jungenbasis heranwachsen, die noch für so manche erfreuliche Überraschung sorgen könnte. Ich würde jedenfalls darauf wetten...

Dank an die Trainer Tim und Inken und für alle anderen Jungs dieser Jahrgänge gilt: Denkt nicht lange nach. Kommt mal vorbei, es lohnt sich. ... das können wir versprechen! (Trainingszeiten: Montag 15.30 – 17.00 Uhr und Freitag 16.00 – 17.30 in der Lüttkoppel-Halle).

mE 2005/2006:

Damian „Sprungwurfking“ – der schönste Sprungwurf der Liga, **Justus** „Roadrunner“ – Flügelflitzer mit Torgarantie, **Jesper** „Dribbelkönig“ – der „schwindlig“ Preller, **Niklas** „Hightower“ – den hält keiner auf, **Carsten** „Spider“ – der nächste Henning Fritz im Tor, **Jeffi** „die Klammer“ – der stahlharte Festmacher, **Julius** „der Stratege“ – sieht jede Lücke in Angriff und Deckung und ist zur Stelle, **Mojtab** „Black eye“ – behält den Überblick (meistens), **Mats** „the easy“ – der lebende Beweis: Quatsch machen und treffen geht zusammen, **Pascal** „the red“ – der ruhende Pohl, „Flying“ **Florian** – komm zurück zu uns, Fußball ist Mist + unser Tor lockt, **Marwin** „the pacemaker“ – ihm entkommt keiner, **Alexander** „der Täuscher“ – seine Wurf-täuschungen sind schon echt „echt“, **Fabian** „the clown“ – stille Wasser sind tief, **Arne** „newcomer“ – unsere Hoffnung auf linksaußen; und unsere Neuen **Jan**, **Tjerk**, **Camillo** und **Jacob**. (eure Spitznamen gibt's im nächsten Jahr).



Bitte beachten Sie bei Ihrer Kaufentscheidung auch unsere

Inserenten.

Ohne diese würde die Zeitung nicht in diesem Umfang erscheinen.

„Kleine“ ganz „groß“ – weiblich F

Von Tina und Mia

Gerade mal 10 Mädchen sammelten sich im Mai 2005 um die Miniwelt des Handballs zu verlassen und das große Handballfeld zu erobern. Mehr als die Hälfte der Mädchen waren zudem „jüngerer“ Jahrgang, d.h. eigentlich hätten sie noch weiter in den Minis spielen können. Nur dann hätten die Älteren keine volle Mannschaft bilden können

Von **Bossi und Heike** gut aufs richtige „Handballleben“ vorbereitet, merkten wir als Trainer schnell, dass wir es hier mit einer außergewöhnlichen Mädchen-Mischung zu tun haben: motiviert, mutig und lernfreudig schreckten sie vor keiner Herausforderung zurück, vielmehr noch. Sie erwiesen sich geradezu als begierig auf Neues. Schon auf dem ersten Turnier in **Tungendorf** zeigte sich, dass mit dieser Truppe zu rechnen ist. Unerschrocken kämpfte man sich ins Halbfinale und das trotz unglaublicher Hitze (eigentlich ja toll, so viel Sonne), wesentlich älteren Gegnern UND gemischten Mannschaften. (Gemischt hieß meistens, dass die Gegner mit max. zwei Mädchen spielten ... und diese meist draußen ließen oder sie auf außen stellten) Aber bei Alstertal-Langenhorn gehen die Uhren eben anders.

Das galt auch für das herrliche Turnier in Lübeck. Bei schönstem Sommerwetter spielten dort über zwei Tage fast alle Jugendmannschaften und am Sonntag durften wir auch ins Geschehen eingreifen. Es war einfach sensationell, dass ein dritter Platz erreicht wurde und wir NUR gegen unsere eigenen Jungs knapp verloren. Auch unser Gegner im Spiel um Platz 3 (die Jungs von AMTV!) stellten fest, dass der Eindruck „oh Gott, dass sind ja nur Mädchen“ ein ganz falscher war und sie gegen diese „**Kampfbienen**“ nur den Kürzeren ziehen konnten. Das war wohl eine Lektion die länger nachhielt... Insgesamt machte es riesig Spaß, denn es konnte bei all den anderen „großen“ Alstertal-Langenhornern zugesehen werden und diese feuerten uns dann natürlich auch an. Baden im nahen See, rundeten dieses großartige Erlebnis ab.

Zu Beginn der Punktspielsaison muss-

ten wir dann feststellen, dass in Hamburg leider wenig Mädchen in diesem Jahrgang Handball spielen, so dass nur kleine Gruppen mit wenig Spielen zustande kommen. Trotz Meldung in „mittel“ wurden wir kurzer Hand mit der starken Gruppe zusammengelegt und trafen nun auf sehr starke Gegnerinnen. Unter diesen Voraussetzungen kann das ausgeglichene Verhältnis aus Sieg und Niederlagen nicht hoch genug bewertet werden, denn es gehört schon eine tolle Moral dazu ein Spiel 19:2 zu verlieren und am nächsten Wochenende das nächste Spiel mit 9:7 zu gewinnen.

Zur Saisonmitte konnten wir in einer „jüngeren“ Gruppe noch eine Mannschaft nachmelden und konnten so die Spielanteile auch für die jüngeren Spielerinnen ausweiten. So hatte jeder Spaß und Gelegenheit möglichst viel Spielpraxis zu sammeln. Das dabei in der jungen Gruppe alle Gegner geschlagen wurden, war ein super Erfolg. Auch im Verbandsabschluss Turnier mussten wir uns nur den ausgezeichneten **Buxtehuderinnen** geschlagen geben, alle anderen 7 (!) Spiele wurden gewonnen. Und damit nicht genug: Auch in dieser Altersklasse wurde schon „richtiger“ Handball gezeigt – ein echter Geheimtipp für Zuschauer. Und ihr könnt sicher sein: Keine andere Altersklasse freut sich so über das



Anfeuern, denn hier stehen Emotionen noch ganz hoch im Kurs!

Natürlich war dies alles nur möglich, weil 7 Mädchen sich bereit erklärten doppelt zu spielen und uns auch die Eltern super unterstützten (dreimal auswärts Buxtehude – das ist schon wirklich hart!) Und wenn ihr jetzt immer noch nicht wisst, dass mit diesen Mädchen auch in Zukunft gerechnet werden muss, dann stellen wir sie euch noch einmal vor: Jenne, Marion, Laura, Anna-Katharina, Aramia, Sarah, Lea, Mobina, Janine, Marleen, Maren, Lena, Johanna, Eyleen, Isabel und Harriet.

Mädels, es hat irre viel Spaß mit euch gemacht. Wir freuen uns schon auf die nächste Saison! Und für alle, die auch noch Mädchen der Jahrgänge 1997, 1996 oder 1995 haben und ihren Töchtern solche Erlebnisse nicht vorenthalten wollen – kommt doch mal zum Training vorbei. Mittwoch 16.00 – 17.30. Wir freuen uns auf euch.


MARTENS


Sanitär und Heizung

Tangstedter
Landstraße 232
22417 Hamburg-
Langenhorn

Telefon: 040/520 24 92
520 90 97

Fax: 040/520 94 83

Funk: 0178/520 24 92

Gas, Ölheizungs- und Sanitärtechnik - Solar-Anlagen

Unsere erfolgreiche U 16 Hamburger Meister - Norddeutscher Meister - Nordwestdeutscher Meister - Deutscher Vizemeister

Von Sylvia Ramcke

Wie kommt man von Hamburg nach Oberhausen? Über Bramfeld, Graal Müritz und Rothenburg, natürlich!

Seit Sonntag steht es fest, unser u16w Team ist die **Nr. 1 im Norden**. Durch den 71-55 Sieg gegen Osnabrück SC haben wir die Qualifikation für die Zwischenrunde zur Deutschen Meisterschaft 2006 geschafft. Am 13. und 14. Mai spielen wir gegen New Baskets Oberhausen (Nr. 1 im Westen), TSV Hagen (Nr. 2 im Westen) und Osnabrück SC. Die ersten beiden Teams dürfen um die Deutschen Meisterschaft spielen, die beste Mannschaft darf sogar die Endrunde ausrichten.

Nach unserem Turniersieg in Ludwigsburg (Wir berichteten im Januar.) gewann unsere Mädchen der Jahrgänge 90 - 92 die Hamburger Meisterschaft. Leider hatten wir nur zwei Spiele zu absolvieren. Früh morgens traten wir gegen STG an. Das Team kam kurz vor dem Spielbeginn in die Halle. Das tat unsere Konzentration keinen Abbruch. Auch ohne Pia und Sammy (nur eine Halbzeit), die für die 1. Damen geschont wurden, haben wir mit 109:24 überzeugt. Das darauf folgende Spiel gegen Pinneberg, die überrascht gegen Hittfeld gewann, fiel aus, da die Pinneberger nicht genügend Spielerinnen aufbieten konnten. Im Traumfinale trafen wir auf SC Rist Wedel. Vor unserem Spiel war die Halle voll und laut. Da viele Bramfelder nach dem u14m Spiel abgereist waren blieb es unsere Eltern übrig für Stimmung zu sorgen. Wie immer haben sie uns zu einem 91:39 Sieg angefeuert. Teilweise haben wir wie die Lakers der Showtime Ära mit Magic und Kareem gezaubert. Unsere Urkunde und T-Shirts haben wir aus den Händen des Landestrainers Dieter Brill entgegennehmen dürfen.

Anschließend richteten wir unseren Blick Richtung Osten. Am 1. (kein Witz) und 2. April wurden die Qualifikationsspiele für die Norddeutsche Meisterschaft in Graal Müritz stattfinden. Der Ort liegt direkt an der Ostsee. Deshalb waren wir wenig überrascht als wir ein blaues Spielfeld vorgefunden haben. In **40 Jahren Basketball** hatte ich so was noch nie gesehen. Das Spielfeld war aber nichts im Vergleich zu

der Trennwand - eine riesige bunte Malerei. Wer es nicht glaubt kann Fotos bei mir bestellen:-). Die Ausrichter waren sehr freundlich und haben uns im ersten Spiel den Vorschritt gelassen. „**Birdy**“ und „**Martha**“ haben sich sehr schnell integriert und kombinierten sehr gut mit den anderen Spielerinnen. Leider musste Pia in Göttingen lernen“how to be a good exchange student“ und Svenja ihre gerissenen Bänder schonen. Trotzdem wurde



das zweite Spiel gegen SC Rist Wedel gewonnen. Die Wedelerinnen haben sich ein Eis verdient weil sie uns unter 100 Punkte gehalten haben. Im „Endspiel“ wurde Jahn Kiel verdient besiegt und somit die Tickets für Rothenburg eingelöst. Da warteten die besten Teams aus Berlin und Niedersachsen auf uns.

Am letzten Samstag war es endlich so weit. Wie vor zwei Jahren bei den u14w Norddeutschen Meisterschaften machten wir uns auf den Weg nach Scheeßel (wer in Rothenburg nach einer Halle in Scheeßel sucht wird sehr viel Benzin verbrauchen ;-)). In unserer Gruppe spielten Rothenburg (Nr. 1 in Niedersachsen) und USV Halle - zwei sehr ernst zu nehmenden Gegnerinnen. Unser Ziel war es, in beiden Spielen zu überzeugen, um eine gute Ausgangsposition für die Überkreuzspiele zu erreichen. **Mission accomplished** - beide Spiele wurden gewonnen (78-68 bzw. 78-67). Obwohl wir viele 100% Chancen daneben gelegt haben (beim gemeinsamen Geburtstagslied für Phyllis habe ich noch mehr daneben gelegen - muss unbedingt zum Gesangsunterricht), haben wir viele Punkte erzielt. In der Verteidigung haben wir weniger gezeigt wozu wir in der Lage sind. Wenn wir am Sonntag das Halbfinale gegen Berlin gewinnen wollten, dann müssten wir zu unserem schnellen und aggressiven Spiel zurückfinden.

Ich merkte wie alle Spielerinnen am Sonntagmorgen voll konzentriert waren. Wir haben uns vorgenommen unseren Fokus auf „doing our best“ zu legen. Von der ersten Minute an haben wir das Spiel kontrolliert. Wie die Bienen um ein Glas Honig klebten wir in der Verteidigung auf den Berlinerinnen. Wir kämpften um jeden Rebound und sprinteten nach vorne im Angriff (**Pitbull Offense**). Am Ende stand es 68-49 für uns. Die Berliner hatten im ersten Viertel nicht mal zweistellig gepunktet - Defense Wins **CHAMPIONSHIPS!** Die Quali für die Zwischenrunde war geschafft! Wir hatten uns aber noch ein Ziel für den Tag gesetzt - Norddeutscher Meister 2006. Zwischen uns und dem Ziel standen 40 Minuten Basketball gegen Osnabrück SC, die ebenfalls gegen Rothenburg und Berlin gewonnen hatten.

Nach nur einer Stunde Pause legten wir wieder los. Die Osnabrückerinnen spielen einen sehr guten Ball. Ihre u18 Frauen hatten unsere am Vormittag aus dem Rennen um den NDM Titel geworfen. 71-55 stand auf dem „Scoreboard“ um 16:15 Uhr. Oh wie ist es schön! Bei unserer mitgereisten und lautstarken **Fangemeinde** haben wir uns bedankt. Woher sie die Sektflasche so schnell her hatten, weiß ich immer noch nicht. War aber einen schönen Anblick. Auf die Medaille waren meine Söhne Louis und Jason ganz heiß („Ist das echtes Gold, Papa?“).

In 10 Tagen fahren wir nach Oberhausen nach Abstecher in Bramfeld, Graal Müritz und Rothenburg. Was erwartet uns dort? Gute Spiele und viel Freude am Bball. Wir konzentrieren uns auf uns und spielen „hard, smart, together and have fun.“ Ich frage die Müttern und Omis von Astrid, Birthe, Charly, Katrin, Marie, Marieme, Ophélié, Phyllis, Pia, Ruth, Sammy und Svenja? Was wäre das schönste Muttertagsgeschenk in diesem Jahr? Vielleicht ein Wochenende in Oberhausen mit einer Übernachtung, 6 bis 12 Stunden Basketball und die Quali für die Deutsche Meisterschaft. Das gibt's bestimmt nicht bei Obi ;-)

Bericht über die DM siehe nächste Seite!

Deutsche Vizemeisterschaft der wU16!

Von *Brigitte Schwemmler und Markus Studer*

Die Lüttkoppel-Halle war gut gefüllt wie noch nie beim Basketball. Über **250 Fans**, Eltern, Geschwister und Basketball-interessierte tummelten sich am Sonntag um 12 Uhr am Spielfeldrand oder auf der Empore. Was sie zu sehen bekamen, war mit Sicherheit ein Basketballleckerbissen, und vor allen Dingen ein Spiel, das an Spannung kaum zu übertreffen war.

Beide Mannschaften spielten ein sehr hohes Tempo und konzentrierten sich eher auf Angriff als auf Verteidigung. 29:29 hieß es nach dem ersten Spielabschnitt. Auf SCALA-Seite stammten 20 davon von **Pia Mankertz**, die jeden Korb von Speyer im Gegenzug mit einem Wurf aus der Mitteldistanz oder einem ihrer gekonnten Dribblings zum Korb beantwortete.

Im zweiten Viertel zeigte sich dann aber bereits, dass das Spiel gegen Wasserburg an den SCALA-Mädels nicht spurlos vorbeigegangen war. Die Beine wurden schwerer und die Konzentration ließ nach. Besonders beim Kampf um die Rebounds hatte das Team oft das Nachsehen gegen die Gäste, die immer einen Schritt schneller zu sein schienen. Zur Halbzeit stand es 42:51 - eine lösbare Aufgabe.

Aber auch im 3. Viertel behielt **Speyer** die Nase vorn. Der Vorsprung vergrößerte sich sogar noch, so dass die Hamburger teilweise mit bis zu 14 Punkten zurücklagen. Auch von der Freiwurflinie klappte es, wie bereits am Samstag gegen Wasserburg, nicht so richtig. Am Ende des Viertels hatte man aber den 9

Punkte Abstand halten können und somit dieses Viertel wieder ausgeglichen gestaltet.

Im letzten Spielabschnitt machte SCALA dann allerdings noch einmal ordentlich Druck. Doppelte die gegnerische Aufbauspielerin und kam so zu Ballgewinnen und Fastbreak Punkten. Langsam und verbissen arbeitete sich das Team häppchenweise an Speyer heran. Diese wussten aber fast auf alles eine Antwort, spielten die Zeit herunter und machten die wichtigen Punkte von der Freiwurflinie. Endergebnis: 80:85.

Speyer wird verdient Deutscher Meister!

Auf SCALA Seite war die Enttäuschung natürlich erst mal groß. Aber mit dem zweiten Platz hat man etwas Großartiges erreicht. Ausschlaggebend war letztendlich sicher auch die Verlängerung vom

Vortag, die Kraft gekostet hat. Pia Mankertz erzielte zwar überragende 45 Punkte, zeigte aber von der Freiwurflinie Nerven. Zudem konnten Ruth Thänert und Astrid Ramcke, am Samstag noch mit 27 bzw. 12 Punkten die Säulen des Alstertal Angriffs, nicht ins Spiel gebracht werden. Sie erzielten zusammen gerade einmal 6 Punkte. Für sie sprangen zwar Sammy Ochs (10 Punkte) und Birthe Meyer (Wedel, 15 Punkte) in die Bresche. Insgesamt reichte es aber nicht zum Dagegenhalten. Bei Speyer punkteten hingegen vier Spielerinnen zweistellig (Herold 11, Schwaab 33, Köble 13, Seemann 17).

Vielen Dank an alle Zuschauer (die Stimmung war erstklassig!), die Helfer, das Kampfgericht und die Cafeteria-Crew! Ein Dank geht auch an die Gastmannschaften und deren Fans. Die Spiele waren zu jeder Zeit fair - sowohl auf dem Feld als auch daneben!

Mit uns sind Sie immer gut beraten!



**Diekmoor
Apotheke**

Stefan Bröge

Fachapotheker für
Offizinpharmazie

**Diekmoorweg 16
Tel. 520 73 83**



**22419 Hamburg
Fax 520 95 53**



Unbeschwert feiern!

Wir unterstützen Sie mit:

Partyservice • Ausstattung • Künstlern

Alles aus einer Hand.



Geburtstage • Hochzeiten • Jubiläen • Betriebsfeiern

pb Konzept
Hamburg
Veranstaltungsservice
www.pbkonzepthamburg.de
(040) 53 16 92 07

1. Hamburg-Cup im Einradfahren voller Erfolg

Von Maren Schindeler-Grove

Mit 150 TeilnehmerInnen hatte der erste Hamburg-Cup im Einradfahren ein tolles Meldeergebnis. 150 Kinder und Jugendliche im Alter von 7 – 20 Jahren trafen sich am 6.+7. Mai Wochenende in Hamburg-Langenhorn um in verschiedenen Disziplinen um die Meistertitel zu ringen. Die Einradkids Hamburg vom SC Astertal-Langenhorn waren die Gastgeber dieser wunderschönen Veranstaltung.

Am Samstag standen zunächst die **Technik-Prüfungen** (Skill-Level) auf dem Programm. Anschließend wurden die SiegerInnen in den Disziplinen langsam vorwärts und rückwärts fahren, sowie im Hütchen-Parcours gesucht. Höhepunkt am Samstag war das anschließende **Einrad-Rennen** über 1 und 3 Kilometer in nahe gelegenen Kiwittsmoor-Park.

Am Sonntag fanden 2 Wettbewerbe in der großen Sporthalle statt. Einbein Rennen und Radlauf, hierbei wird der Reifen nur mit den Füßen angetrieben und nicht über die Pedale.

Krönender Abschluss dieser Meister-

schaft waren die Kürwettbewerbe. 9 Paare der Einradkids-Hamburg vom SC Alstertal Langenhorn zeigten die einstudierten Übungen zur Musik. Anschließend präsentierten 4 Gruppen ihre Gruppenküren, die schön anzusehen waren.

Bei dieser ersten Meisterschaft waren 8 Vereine am Start. In diesem Jahr dominierten die Einradkids Hamburg vom **SiB-Club** der Gesamtschule am Heidberg und vom SC Alstertal-Langenhorn die Meisterschaft. Im gesamten Teilnehmerfeld belegten sie die ersten Plätze. Über alle Disziplinen gesehen belegten folgende Kinder die ersten Plätze:

1. Annika Göhrmann Jg. 95
2. Cathleen Lühmann Jg. 95
3. Anne Pötschokat Jg. 93
4. Annika Lisa Trechter Jg. 93
5. Melina Bernbom Jg. 91

Alle Mädchen vom SiB Club der Gesamtschule Am Heidberg und SCALA

Nachdem die Vereine auf dieser Meisterschaft viele neue Dinge erlebt haben, hoffen wir im kommenden Jahr auf noch mehr Kinder, die auch im **Kürbereich** starten wollen.

Sport und Spiel in den Sommer-Ferien

Liebe Kinder, liebe Eltern

es ist wieder soweit...! Die Sommerferien stehen vor der Tür und nicht jedes Kind fährt in den Urlaub. Damit in dieser Zeit keine Langeweile aufkommt, können alle Kinder an unserer Ferien-Spiel-und-Sport-Aktion teilnehmen.

KINDERTURNEN für Kinder ab 5 Jahren findet in der **Halle Neubergerweg** in Langenhorn unter fachkundiger Anleitung vom **10.7. bis 26.7.06** jeweils montags, dienstags und mittwochs von 10 – 12.30 Uhr für Kinder statt. Wir bieten hier ein offenes Bewegungsangebot sowohl für Mitglieder also auch für Kinder, die noch kein Mitglied unseres Vereins sind, an. Die Kinder können an den spannenden und abwechslungsreichen Gerätelandschaften turnen und gemeinsame Spiele spielen, wobei die Spiel- und Sportwünsche der Kinder auch mit eingebunden werden.

Ebenso wird es in unserer **Halle Lüttkoppel 1** in Fuhsbüttel - jedoch während der gesamten Ferienzeit! - jeweils montags von 15 – 16 Uhr ebenfalls ein offenes Bewegungsangebot für Kinder ab 5 Jahren geben. Auch hier darf nach Herzenslust geturnt, geklettert, gespielt und getobt werden.

ELTERN-KIND-TURNEN für Kinder von 1 bis ca. 3 Jahren mit Mami oder Papi (oder Oma oder Opa) findet während der gesamten Ferienzeit jeweils donnerstags von 9.15 – 10.15 Uhr in der Halle Lüttkoppel statt. Auch hier sind alle Mitglieder und auch Nichtmitglieder herzlich eingeladen.

TISCHTENNIS für Schulkinder/Jugendliche findet vom **28.7. bis 11.8.06** jeweils freitags von 16.30 – 18.30 Uhr in der **Sporthalle Timmerloh** in Langenhorn statt. Hier dürfen auch Nichtmitglieder gerne mitmachen und ausprobieren.

Schaut doch einfach mal rein und bringt Eure Freunde gleich mit...! Wir freuen uns auf Euch!

Susann Schönemann (Turnen und Freizeit) und Hans-Georg Karg (Tischtennis)

Sportplatz Beckermannweg 23 (Langenhorn) **Nordic Walking** donnerstags, 10.00 – 11.30 Uhr



Sportangebot für Erwachsene in den Sommerferien *von Petra Brannasch*

Sporthalle Lüttkoppel 1 (Fuhsbüttel)
Gymnastik: montags, 10.30 – 11.30 und 11.30 – 12.30 Uhr,
donnerstags, 10.30 – 11.30 Uhr

Konditionsgymnastik
montags, 09.30 – 10.30 Uhr
donnerstags, 20.00 – 21.30 Uhr

Fitness- und Gesundheitszentrum Schlehdornweg 10 (Fuhsbüttel)
Power-Gymnastik

dienstags, 20.15 – 21.15
freitags, 18.45 – 20.15 Uhr

Gemeinderaum St. Lukas-Kirche (Fuhsbüttel) **Gymnastik**
dienstags, 11.00 – 12.00 und 12.00 – 13.00 Uhr

Gemeinderaum St. Ansgar-Kirche (Langenhorn) **Senioren-Gymnastik**
montags, 09.00 – 10.15 und 10.30 – 11.45 Uhr

Ski-Ferien in Livigno

Von Leonie, Julius und Karsten Hansen

Neuschnee, Tiefschnee, Sonne, Bombardino – alles super. Wir sind zum zweiten Mal mitgefahren – bei der legendären Familien-Ski-Reise nach Livigno/Italien. Unsere Frühjahrsferien mit SCALA waren ein voller Erfolg.

Hier nun die Einzelheiten, step-by-step: Vom 5. bis 18. März fahren 38 Ski-Hungrige SCALA-Mitglieder von Hamburg nach Livigno. An- und Abfahrt erfolgen bequem per Bahn und Bus. Während der Anreise durch das verschneite Deutschland und die Schweiz wächst die Spannung bei Groß und Klein. Die Gruppe ist sehr gemischt, von Enkel bis Großvater, von Anfänger bis Ski-Profi, von Livigno-Wiederholer bis Neuling, vom Ehepaar bis zum allein reisendem Elternteil mit Kindern.

Das Tal von Livigno ist im Winter nur durch einen Straßentunnel von der Schweiz aus zu erreichen. 33 Lifte sind auf 115 km Skipisten verteilt. Das Skigebiet liegt auf 1900 bis 3000 Meter Seehöhe. Hinter den Bergen liegt auf der Schweizer Seite St. Moritz. Vor Ort finden wir optimale Ski- und Winterbedingungen vor. Es hat gerade geschneit und ist sehr kalt.

Untergebracht und gepflegt werden wir im Hotel Astoria bei Familie Longa. Alles ist durch unsere Reiseleiter, Ski-Lehrer und Ski-Guides Petra und Andreas Brannasch sowie Wolfgang Böse optimal vorbereitet.



Ski sind am ersten Tag schnell geliehen und es geht bereits gegen Mittag in Gruppen auf den Berg. Eine Anfängerguppe mit den ganz Kleinen bei Petra. Die fortgeschrittenen Kinder bei Wolfgang und Andreas. So findet es dann jeden Vormittag ab 10:00 Uhr statt. Zu dieser Zeit haben die Eltern kinderfrei bis wir uns alle dann um 13:00 Uhr auf der Hütte treffen. Für den Nachmittag bilden sich wieder neue Gruppen mit verschiedenen Ski-Guides. Danach Abfahrt bis in den Ski-Keller des Hotels.

Unvergesslich für wenige Frühaufsteher die Fahrt am Morgen mit der ersten Gondel und die Abfahrt auf frisch präparierten, noch unberührten Pisten bei Sonne und blauem Himmel – manchmal war nachts sogar Neuschnee gefallen – einfach traumhaft.

Sportlich haben wir alle dazugelernt. Die einen wurden immer schneller, die anderen versuchten sich im Snowboarden. Die größten Fortschritte machten aber unsere Kleinsten. Den Schneepflug erlernten sie bei 49 Meter Höhenunterschied am „San Rocco“-Lift. Zuletzt schafften sie sogar fast 1000 Meter Höhenunterschied von der höchsten Bergstation bis ins Tal.

Uns und auch den anderen Teilnehmern hat es sehr viel Spaß gemacht und wir können die Reise jedem, von jung bis alt, nur weiter empfehlen!

Wintersportreise Kanada 2007

Nach der tollen Ski- und Snowboardreise im Jahr 2005 hat uns wieder der Kanada-Virus gepackt: Auch im nächsten Jahr wollen wir SCALA-Mitgliedern in den Frühjahrsferien das Erlebnis „Winterwunderland Kanada“ anbieten. Wintersport in Kanada ist der Traum vieler Wintersportler, die von überlaufenen Skigebieten in den Alpen und der dort meist üblichen Servicewüste die Nase voll haben.

Wohnen werden wir wieder im Ort Banff in Alberta/Kanada, auf die Piste gehen wir in den Super-Skigebieten Lake Louise und Sunshine Village, traumhaft gelegen im ältesten Nationalpark Kanadas.

Zeit:
05.03.-16.03.2007, 12 Reisetage/9 Skitage

Leistungen:
Linienflug Air Canada (Frankfurt-Calgary-Frankfurt), Transfer-Flug HH-Frankfurt-HH inklusive; Übernachtung im Komfort-Hotel (Sauna, Whirlpool, Restaurant), Großraum-Skipass (für die Skigebiete Mount Norquay, Sunshine Village, Lake Louise), Skibetreuung/Skiguiding (nicht für Totalanfänger)

Extras:
wenn gewünscht Hundeschlittentour, Heliskiing (beides nicht im Preis enthalten)

Kosten:
Höherer Hotelstandard, steigende Flug- und Liftpreise und der gestiegene Can \$-Kurs machen die Reise teurer als vor zwei Jahren: Erwachsene zahlen rund 1550 Euro im Doppelzimmer, Kinder je nach Alter ca. 200 - 300 Euro weniger

Wichtig:
Diese Reise findet zu diesem Preis nur bei einer Mindestteilnehmerzahl von 20 Personen statt! Ab 25 Teilnehmern wird es für alle etwas günstiger

Infos:
Petra Brannasch, Tel. 59 92 85, E-mail abrannasch@web.de



Turnen und Freizeit

Orientalischer Tanz bei SCALA

Von Susann Schönemann

Orientalischer Tanz macht nicht nur Spaß, sondern **trainiert auf sanfte Weise den ganzen Körper**. Er ist ein ebenso wirksames wie **umfassendes Fitnessstraining** für Frauen **aller Altersklassen**. Die unterschiedlichen Bewegungen stellen einen hervorragenden **Ausgleich zu den meist einseitig belastenden Tätigkeiten** des Alltags dar. Kaum genutzte **Muskeln werden allmählich wieder mobilisiert** und das **Gefühl und die Wahrnehmung für den eigenen Körper** verbessern sich nachhaltig.

Viele Frauen berichten von **positiven Auswirkungen** des Tanzes auf ihren **Körper und ihre Psyche**.

In unseren Bauchtanzgruppen wird dieses Training ergänzt durch Elemente aus dem Hathayoga und Pilatesübungen im Aufwärmprogramm. Infos und Termine gibt es in der Geschäftsstelle. (50 5718)



Ballett... Ballett.. Ballett..

Von Susann Schönemann



Solange gibt es unsere neuen Ballettgruppen noch gar nicht und schon proben sie für ihren ersten großen Auftritt. Auf unserem diesjährigen Sommerfest sind sie mit einem Tanz zu der Ballettmusik „die Puppenfee“ von Josef Bayer zu sehen. Die Mädchen stellen Puppen dar, die im Verlauf des Tanzes immer beweglicher werden.

Die Trainerin **Nike Frisch** hat sichtlich Spaß daran mit den Kinder zu üben und sie auf diesen Auftritt vorzubereiten. Tja

und den Kindern macht es natürlich erst recht Spaß, wie man auf den Fotos unschwer sehen kann. Noch sind ein paar Plätze frei, wer also noch Lust hat mit zu machen sollte sich schnell entscheiden... Infos in der Geschäftsstelle. (505718).



So schön kann Tanzen sein.....

Von Susann Schönemann

Jeden Mittwoch treffen sich die kleinen Tänzerinnen mit Ihrer Trainerin **Ann-Katrin Schmidt** im Eberhofweg um spielerisch zu erfahren, wie man zu Hexen, Trollen oder Elfen werden kann.

Der kreative Kindertanz dient der Entwicklung des körperlichen Ausdrucks auf spielerischer und tänzerischer Basis. Durch Freude an der Bewegung zu Musik, tänzerische Improvisation und Rhythmusschulung werden tänzerische Grundlagen gelegt. Dabei entstehen kleine Tänze und Improvisationen, die regelmäßig aufgeführt werden. So entführen die Kinder sich und Ihre Eltern auf dem diesjährigen Sommerfest zu den Hexen, Trollen und Elfen, oder tauchen ab in das Reich der Fische.

Wer Lust bekommen hat auch mal mit zu tanzen ist herzlich eingeladen im Eberhofweg vorbeizuschauen. Infos in der Geschäftsstelle unter: Tel. 50 57 18.

Unsere Mannschaft freut sich auf Leistung für Sie!



Nutzfahrzeuge



Stockflethweg 30

U-Ochsenzoll

22417 Hamburg

Tel.: (0 40) 527 22 7-0

Fax: 527 22 7-70

Ulzburger Str. 167

U-Richtweg

22850 Norderstedt

Tel.: (0 40) 521 70 7-0

Fax: 521 70 7-30

Segeberger Chaussee 181

ZOB-Glashütte

22851 Norderstedt

Tel.: (0 40) 529 90 7-0

Fax: 529 90 7-70

Ohechaussee 194

22848 Norderstedt

Tel.: (0 40) 523 30 01

Fax: 528 23 59

Service-line: www.auto-wichert.de

LG Alsternord-Athleten in Finnland

Von Annika und Anabelle

Wie kam es dazu? Beim Sportfest „Fest der 1000 Zwerge“ im Herbst hörte unsere Trainerin Melle, deren Mutter Finnin ist, jemanden neben sich finnisch sprechen. Direkt neben uns saß eine Gruppe finnischer Leichtathleten, die gekommen waren um auch am Wettkampf teilzunehmen. **Melle** kam mit der finnischen Trainerin ins Gespräch und es kam zu einer Einladung nach Tampere in diesem Frühjahr.

Am Donnerstag, den 9. März trafen sich 45 Aktive vom HSV und der LG nebst Trainern früh morgens am Flughafen um unsere Reise zu beginnen. Alle waren in heller Aufregung, da viele noch nie an einer solchen Reise teilgenommen hatten und manche auch noch nie geflogen waren. Hinzu kam, dass wir uns in unseren **Gastfamilien** auch nur auf Englisch unterhalten konnten. Am Flughafen und später im Flugzeug herrschte gute Stimmung und alle waren begeistert vom Fliegen. Die Aussicht aus den Fenstern war einmalig. Die Eisschollen der Ostsee und das zugeschnittene Finnland zu sehen war außergewöhnlich.

Angekommen in **Helsinki** holten wir unsere Koffer und stiegen in den Bus nach Tampere. Zwischendurch besichtigten wir noch eine Burg. Nach kurzer Weiterfahrt mit dem Bus kamen wir an der riesigen Sporthalle an. Unsere ersten Eindrücke waren das kalte Klima und die große Leichtathletikhalle. Ein Traum für Hamburger Leichtathleten! Wir versammelten uns in einem Konferenzraum, wo uns das Programm der nächsten Tage vorgestellt wurde. Danach wurden wir in unsere Familien, meist 3 pro Familie eingeteilt und wir konnten uns bei einem

gemeinsamen Abendessen mit unseren Gastfamilien bekannt machen. Danach gingen mit ihnen nach Hause.

Am Freitagmorgen sind wir mit unseren jeweiligen Gastkindern in die Schule gegangen. Wir haben festgestellt, dass den finnischen Schülern mehr erlaubt wird als den deutschen. Den Nachmittag verbrachten wir zusammen mit den Gastfamilien. Abends stand ein gemeinsames Training in der großen **Pirkahalli** an. Zuerst trainierten wir eine Disziplin nach Wahl, danach dachte sich Melle ein paar witzige Spiele aus.

Samstagmorgen war unser erster Wettkampftag. Wir waren erstaunt, dass so viele internationale Athleten teilnahmen und auch viele aus ganz Finnland gekommen waren. Es ist das größte Schülersportfest Finnlands. Leider verletzte sich **Yannick** beim Hochsprung so schwer, dass er im Krankenhaus operiert werden musste. Der Wettkampf dauerte den ganzen Tag. Den Sonntag verbrachten wir ebenfalls in der Sporthalle. Erfolgreichste Teilnehmerin unserer LG war Victoria Eggers (12) mit Platz 3 im Hochsprung.

Am Montagmorgen trafen wir uns zu einem Stadtbummel in Tampere. Abends war für uns eine Abschiedsparty organisiert. Wir liehen uns von einer Schule Langlaufski und trafen uns an einem zugefrorenen See, auf dem wir einen Crashkurs im Skilanglaufen bekamen. Anschließend gingen wir Rodeln. Den Abschluss bildete ein Saunagang mit dem traditionellen Schwimmen im 1° C kalten Eisloch!

Am frühen Dienstagmorgen fuhren wir mit

LG Alsternord Frauen Alsterstaffelsieger

Von Bärbel Woltmann

Die Freiluftsaison hat mit dem Alsterstaffelsieg der Frauen, B-Schülerinnen und Senioren schon zufriedenstellend begonnen. Das Trainingslager über Ostern in der Sportschule Sachsenwald, die vermutlich leider geschlossen werden soll, hat die Jugend und Erwachsenen fit für die Saison gemacht. Beim nationalen **Sportfest** des HSV gab es schon einige gute Leistungen. Ebenfalls bei hervorragendem Wetter fand das traditionelle Sportfest des „Jüngsten Nachwuchses“ mit 160 Teilnehmern in Norderstedt statt. Ganz oben auf dem Podest standen Jale Öztunali (8), Anna-Lena Schröder (11) und Victoria Eggers (12).
Foto dazu unten rechts.

Die beiden Älteren glänzten im Hochsprung mit Bestleistungen von 1,26 m und 1,44 m. Ebenfalls Bestleistung mit 1.72 m sprang **Jesko Baguhl** (15). 2 Athletinnen aus Schleswig-Holstein schafften die Quali für die Deutschen Schüler Meisterschaften.

dem Bus nach Helsinki, machten einen Stadtbummel und dann ging es zum Flughafen. Nach einem lustigen Flug wurden wir am Flughafen herzlich von unseren Eltern empfangen. Die Finnen haben uns hervorragend betreut – auch **Yannick** im **Krankenhaus**, den wir sogar wieder mitnehmen konnten. Wir werden uns sehr anstrengen müssen, wenn die Finnen im Herbst wieder nach Hamburg kommen um sie genauso gut zu betreuen.



Hamburg-Schleswig-Holstein-Meisterschaften

Von Wolfgang Saß

24 Teilnehmer, allein 7 in der M 65, trafen sich bei sonnigen 20° C, um die besten Werfer im Fünf-Kampf in Neumünster zu ermitteln. Unser Verein wurde nur von Wolfgang Saß vertreten, da Jens Lauck auf einer Dienstreise nach China unterwegs war.

Der Wettkampf mit dem amtierenden Weltmeister Johann Hansen war für Wolfgang besonders reizvoll und bis zum letzten Wurf ausgeglichen. Dann hatte sich Wolfgang durchgesetzt und den Titel aus dem Vorjahr verteidigt. Besonders zufrieden war Wolfgang mit 45.64 m im Hammerwerfen - z. Zt. die drittbeste Weite in Deutschland - sowie mit den 41.09 m im Diskuswerfen und den 15.50 m im Gewichtwerfen.

Von dem angekündigten „Kürzertreten“ im Leistungssport ist bei diesen Ergebnissen nichts zu sehen.

Mit der Staffel am Deutschen Rekord vorbei

Von Wolfgang Saß

Am 6.5. wollte die 4x400 m-Staffel der M 65 den von ihr selbst gehaltenen Rekord verbessern. Im Rahmen unseres Schülersportfestes war dazu die Gelegenheit gegeben. In der Besetzung Peter Suppa, Axel Wendt, Hans-Joachim Lange und Paul Busse lief die Staffel mit 4.25.3 Min. um 2,8 sek. an ihrem Rekord vorbei. Die zweite Mannschaft mit Klaus Heske, Kurt Higelke, Klaus Landeck und Thomas Bartling lief 5.12.1 Min., und als Zugmaschine für die M 65 lief in der M 60 mit Christian Boysen, Klaus Gailus, Horst Hufnagel und Hans-Jürgen Wolff eine Staffel mit 4.23.4 Min. vorneweg.

Bei den Deutschen Meisterschaften werden sie ernst machen und den Titel verteidigen wollen.

Schöner Erfolg bei der WMA 2006 in Linz/Österreich!

Von Georg Behringer

In Anbetracht möglicher Austragungsorte und -länder, die eine Weltmeisterschaft nun mal so mit sich bringt, war es dieses Mal mit der oberösterreichischen Landeshauptstadt Linz fast schon ein Heimspiel!

Für die 2. Auflage der „Hallenweltmeisterschaft der Leichtathletiksenioren“ vom 15.-20.03.2006 hatte sich Linz erfolgreich beworben und konnte im Vergleich zur Erstauflage 2004 in Sindelfingen gleich mit einem neuen Teilnehmerrekord aufwarten! Fast viertausend Athletinnen und Athleten aus über 60 (!) Nationen fanden auf höchst unterschiedliche Art den Weg in das „Barockjuwel“ an der Donau und machten aus der Veranstaltung ein fröhliches Happening der Nationen! Unsere kleine Delegation von der LG Alster-Nord bestand aus zwei Begleitern und den sechs Aktiven Ingeborg Thoma, Herbert Buchwald, Dr. Horst Hufnagel, Hans-Joachim Lange, Hans-Jürgen Wolff und Klaus Gailus.

In Anbetracht des langen Winters und der damit gerade in Hamburg(!) verbundenen äußerst schlechten Trainingsbedingungen für Leichtathleten, waren die Erwartungen eher bescheiden, zumal eigentlich keiner so richtig behaupten konnte, körperlich völlig fit zu sein!

Umso größer war am Ende dann der Jubel, als wir mit **2 Gold-, 3 Silber-, 1 Bronzemedaille/n** und diversen weiteren guten Platzierungen nach Hause fahren konnten!

Teilnehmer, Altersklasse, Wettbewerbe, Platzierung/en:

Ingeborg Thoma W 50
Weitsprung / 60 m
8. Platz / 12. Platz

Herbert Buchwald M 80
3000 m / 3000 m Cross
2. Platz / 3. Platz

Dr. Horst Hufnagel M 70
400 m / 4 x 200 m
2. Platz / 1. Platz

Hans-Joachim Lange M 65
200 m / 60 m / 4 x 200 m
8. Platz / 8. Platz / 1. Platz

Hans-Jürgen Wolff M 60
200 m / 400 m / 4 x 200 m
6. Platz / 6. Platz / 2. Platz

Klaus Gailus M 60
200 m / 60 m
13. Platz / 12. Platz

Herzlichen Glückwunsch und „Chapeau!“ noch einmal nachträglich unseren erfolgreichen Athleten!

Berichtigung des Berichtes in Ausgabe 1/2006

Von Wolfgang Saß

Hans-Jürgen Wolff lief bei den Deutschen Hallenmeisterschaften natürlich nicht die 60 m in 60,61 sek., sondern

400 m (!) und wurde damit Vizemeister.

Die 200 m lief Hans-Jürgen (noch) nicht in 25,55 sek., sondern in 26,55 sek. und wurde damit Deutscher Meister!

FRIEDRICH MAACK

LAMY
Kugelschreiber
Füllfederhalter
Feststift
Männchen

Lotto + Toto
Zeitungen - Zeitschriften - Tabakwaren
- Papier und Schreibwaren -
Foorthkamp 61 - 22419 Hamburg
Telefonnr.: 040 - 520 74 12 

F u ß b a l l

Tag der Jugend am 01. Mai 2006

Von Rainer Wagner

Und wieder haben wir es geschafft....

Aufgrund der Wetterlage konnten die Organisatoren Tage vorher kaum schlafen, aber wie bestellt, war am 1. Mai das schönste Wetter.

Knapp 140 Mädchen und Jungen aus 12 E-Jugend Mannschaften hatten sich zum Tag der Jugend 2006 angemeldet. Was für eine Anzahl, viele Vereine haben nicht einmal insgesamt so viele Jugendliche. Schon am Vorabend wurden die ersten Platzaufbauten vorgenommen, der Rest am Morgen des 1. Mai. Bedanken möchten wir uns hier u.a. bei **Fred Menkhoff**, der innerhalb weniger Tage noch 2 neue Kleinfeldtore mit Netzen besorgt hatte.

Da sich diesmal über 40 Kinder mehr



als im letzten Jahr anmeldeten, mussten wir das Turnier vergrößern. Es wurde auf beiden Plätzen der Siemershöh (Rasen und Grand) auf je 2 Kleinfeldern in 4 Gruppen à 4 Mannschaften gespielt. Alle Kinder wurden in 16 Mannschaften mit den so wohlklingenden Namen wie AC Mailand, Arsenal London, Bayern München u.s.w. eingeteilt. Die Spieler der 1. + 2. Herren fungierten als Betreuer, so dass die eigentlichen Trainer und Betreuer sich einmal völlig gelassen zurücklehnen konnten. Der Spaßfaktor stand natürlich im Vordergrund, es sollte keine Meisterschaft ausgespielt werden und viel Spaß hatten wir auf jeden Fall. Nach der Vorrunde hatte unser Betreuer, **Michael Lipkow**, für alle Kinder ein Mittagessen incl. Nachtisch gezaubert; hierfür noch einmal vielen Dank! Auch für die Eltern war gesorgt, hier vielen Dank an unser Grillteam. Im Anschluss an das Essen gab es dann die Platzierungsspiele, in denen noch einmal toller Fußball gezeigt wurde. Das Finale, als Höhepunkt des Turniers mit Einlaufen und Musik, war Ajax Amsterdam gegen den Hamburger SV, das Ajax mit 2:1 gewinnen konnte.

Natürlich gab es, wie jedes Jahr, nur Gewinner, bei der anschließenden Siegerehrung gab es für jedes Kind ein von **Künzels Sportwear** und der Liga gesponsertes T-

Shirt als Erinnerung.

Ein Dank geht an alle Helferinnen und Helfer, ohne die ein solcher Tag gar nicht möglich wäre. Auf jeden Fall freuen sich die Organisatoren schon auf den 1. Mai 2007.



APOTHEKE
AM LANGENHORNER MARKT

MARK HEUDORFER
LANGENHORNER MARKT 9 / EKZ
22415 HAMBURG, TEL.: 532 83 890

Ihr Partner für Gesundheit

- Intensive Arzneimittel-Beratung
- Kompressionsstrümpfe
- Kosmetik und Wellness-Behandlungen
- Impfplan bei Fernreisen
- Blutuntersuchungen
Blutzucker, Cholesterin
- Pariboy/Inhalationsgeräte
- Verleih von Babywaagen und elektrischen Milchpumpen
- Botendienst für dringende Fälle

NUR HIER BEI UNS!

Das Original... Spinnrad®

Bei uns 1 Std. kostenlos parken
www.apotheke-hh.de



Turniersieger ohne Gegentor

Von Eva Drechsler-Györkös

Gleich bei ihrem ersten Auftritt auf dem hartumkämpften Hamburger Fußballparkett gelang der dritten G-Jugend (Jahrgang 2000) ein Turniersieg. Beim Einladungswettkampf des HEBC aus Eimsbüttel legten die Fünfjährigen durch ein überlegenes 5:0 gegen die Gastgeber gleich zu Beginn den Grundstein für den Erfolg. Es folgten ein 2:0 gegen den Niendorfer TSV und zwei torlose Remis gegen den SC Egenbüttel und den Turnierzweiten SV Lurup. Stolz wurden nach der abschließenden Siegerehrung die Medaillen präsentiert. **Trainerin Anke Kammrath** und **Co-Trainer Florian Sinn**



waren begeistert von der tollen Mannschaftsleistung und hoffen auf eine strahlende Zukunft des SCALA-Nachwuchses. Anders als oft im Training klappte das

Positionsspiel hervorragend. In der Verteidigung stand Moritz Schenk wie ein Fels in der Brandung und brachte die gegnerischen Stürmer ein ums andere Mal zur Verzweiflung. Das Mittelfeld war variabel besetzt. Janusch Graeff und Tom Drechsler wechselten sich auf der linken Seite ab, David Hass und Felix Petersen übernahmen den rechten Flügel. Bester Spieler war Offensivkraft Jesper Schefel, von dessen Dribblings sich auch die gegnerischen Trainer beeindruckt zeigten. Erfolgreichster Torschütze mit insgesamt vier Treffern war Jonah Sinn. Als sicherer Rückhalt seines Teams erwies sich in den ersten drei Spielen Linus Gerds, im letzten Spiel streifte dann Jonah Sinn die **Torwartkluft** über und hielt den Kasten sauber. Eine blitzsaubere Bilanz unserer Nachwuchskicker! Anke Kammrath muss nun dafür sorgen, dass die Jungs auf dem Boden bleiben und diese Leistung auch in den Ligaspielen bei den G-Junioren abrufen können.

Courtyard Marriot
Neu in 2/2006
liegt nur
der Druckerei vor

Maue & Becker GmbH

Heizung-, Sanitär-, Energietechnik

Wilhelm-Stein-Weg 19

22339 Hamburg

Telefon 538 00 87 Telefax 538 00 887

Neue Nordic Walking Kurse ab Juni

Von Jürgen Mems

Die Boom-Sportart Nordic Walking richtig erlernen:

Die neuen Kurse starten ab Ende Juni. Unsere Trainer/innen Carola, Matthias und Jürgen freuen sich auf viele Interessierte, die sich für die gelenkfreundliche, sanfte und doch äußerst effektive Ausdauersportart begeistern lassen wollen. Wir trainieren wieder im traumhaften Kleingartenrevier zwischen Fuhlsbüttel und Langenhorn. Treffpunkt ist wie immer unser Sportzentrum Schlehdornweg 10.

Alle Kurse sind mit dem **Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“** ausgezeichnet. Alle **Krankenkassen** (außer Private) **erstattet** deshalb **80% der Kursgebühr!**

Leihstöcke werden für die Dauer des Kurses gestellt, bitte keine Stöcke vorher kaufen!

Die **Kursgebühr** beträgt € 50.- für Vereinsmitglieder, € 75.- für Gäste und ist bitte in bar am ersten Kurstag zu entrichten. Ein Kurs beinhaltet 6 Termine à 90 Min.

Anmeldungen möglichst umgehend unter **Tel. 59 06 85**.

Kurs 1: **Di., 20. Juni** bis Di., 25. Juli, jeweils 10:00 – 11:30 Uhr

Leitung: Jürgen Mems

Kurs 2: **Mi., 21. Juni** bis Mi., 26. Juli, jeweils 18:00 – 19:30 Uhr

Leitung: Matthias Seuring

Kurs 3: **Do., 22. Juni** bis Do., 27. Juli, jeweils 10:00 – 11:30 Uhr

Leitung: Carola Mißfeldt

Kurs 4: **Do., 22. Juni** bis Do., 27. Juli, jeweils 18:00 – 19:30 Uhr

„Letzter Aufruf“: Dresden und Umgebung, 07. – 14. Okt 2006

Von Jürgen Mems

„Kultur, Bewegung, Begegnung“: **Das ist das dreigeteilte Motto einer Busreise nach Dresden und in die Sächsische Schweiz.**

Für diese Reise gab es bei Redaktionsschluss noch 4 freie Doppelzimmer (**30 Anmeldungen liegen bereits vor**) Die möglichen Programmpunkte der Woche sind wegen der Fülle an geplanten Aktivitäten hier nur stichwortartig wiedergegeben:

- Stadtführung, Frauenkirche, Schloß Pillnitz, Schloß Moritzburg, Grünes Gewölbe, Zwinger, Semperoper, Porzellanmanufaktur Meißen, Festung Königstein, Bastei, Besichtigung der Radeberger Brauerei, Watzkes Ball-

haus,...

- Dampferfahrt auf der Elbe, Wanderung durchs Osterzgebirge
- Treffen und gemeinsames Abendessen mit Mitgliedern des befreundeten Sportvereins Motor Mickten Dresden

Wir fahren im modernen Reisebus, der uns während der Woche auch zu allen Ausflügen zur Verfügung steht!

Da die Möglichkeiten der Programmgestaltung außerordentlich vielfältig sind, auf der anderen Seite die Interessen unterschiedlich, werden wir auf einem Vorbereitungstreffen im Juli nach den Wünschen der Teilnehmer/innen fragen, um so das Programm der Woche für alle optimal gestalten zu können!

Der Preis für die Woche wird pro Person im Doppelzimmer bei ca. € 340.- liegen (richtet sich nach der endgültigen Teilnehmerzahl).

Darin enthalten: Hin- und Rückreise im modernen Fernreisebus, 7 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet im Hotel Windsor, Stadtführung, alle Busausfuge während der Woche. Zuschlag für Einzelzimmer: ca. € 100.-

Nicht enthalten: Eintrittsgelder, Schiffsfahrt.

Weitere Informationen und Anmeldungen bei Jürgen Mems im Sportzentrum Schlehdornweg 10 oder unter Tel. 59 06 85.

KÖNIG GmbH
Gravuren+Schildertechnik

Langenhorner Chaussee 360 | 22419 Hamburg | Telefon 040.531 21 77 | Fax 040.531 44 64
www.schilderkoenig.de | info@schilderkoenig.de



Pokale | Laser-Gravuren | Schilder | Fahrzeugbeschriftungen | Stempel | Beschriftungen

Montags plätschert´s kräftig

Wassergymnastik im Lehrschwimmbekken
Eberhofweg 63 hat begonnen!

Von Jürgen Mems

Endlich wieder Wassergymnastik!
Nachdem vor vielen Jahren Wassergymnastik-Kurse wegen zu hoher Mietkosten aufgegeben werden mussten, geht es jetzt wieder los:

Immer montags (Kurs 1 18:30 – 19:15 Uhr, Kurs 2 19:15 – 20:00) erwartet Trainerin und „Aqua-Spezialistin“ Lola Beckmann ihre Teilnehmer/innen.

Lola bietet eine äußerst breit gestreute Palette an Übungen zu Beweglichkeit, Kräftigung, Koordination und Entspannung. Kleine „Wasserspiele“ runden das Programm ab. Neue Interessenten werden gebeten, den Kurs um 19:15 Uhr

zu besuchen, da der erste Kurs bereits voll belegt ist!

Die vorrangig angesprochene Altersklasse ist „40+“. Das heißt natürlich nicht, dass ein/e 30jährige/r draußen bleiben muß! Also: Badesachen einpacken, und dann montags auf- und anschließend eintauchen!

Ein erstes „Schnuppern“ ist kostenfrei. Dann zahlen SCALA-Mitglieder zusätzlich € 15.- / mtl., Gäste zahlen € 59.- für jeweils 8 Wochen.

Der Fußweg von der U-Bahnstation Langenhorn Markt zum Schwimmbekken dauert max. 5 Minuten!

M.O.B.I.L.I.S. – Start ist erfolgt

Von Jürgen Mems

Als erster Hamburger Verein führt SCALA ein Jahresprogramm für Übergewichtige Menschen durch. Das Programm wurde entwickelt von der Deutschen Sporthochschule Köln und dem Universitätsklinikum Freiburg.

M.O.B.I.L.I.S. steht für „Multizentrisch organisierte bewegungsorientierte Initiative zur Lebensstiländerung in Selbstverantwortung“.

Das Programm läuft seit zwei Jahren deutschlandweit und ist in diesem Jahr auch in Hamburg „angekommen“.

Ein Team, bestehend aus Internistin, Sportlehrer, Psychologin und Ernährungswissenschaftlerin betreut die Teilnehmer (der Kurs ist mit 18 Personen ausgebucht) ein Jahr lang. Ziel ist es, sowohl Ernährungs- als auch Bewegungsgewohnheiten dauerhaft so umzustellen, dass ein langfristiger Erfolg gewährleistet wird. Dazu trifft sich die Gruppe zu Theorie- und Praxiseinheiten 55 mal im Jahr. Das Ganze wird wissenschaftlich begleitet und ausgewertet, die Krankenkassen beteiligen sich in erheblichem Umfang an den Teilnehmergebühren in Höhe von € 685.- für den Jahreskurs.

Wir haben den Kurs mit viel Spaß am 6. Mai in unserem Sportzentrum Schlehdornweg begonnen.

In einer der nächsten Sportspiegel-Ausgaben werden wir sicher schon von ersten Erfolgen berichten können!

Wer Interesse an einer Teilnahme am Mobilis-Projekt hat, kann sich gern weitere Informationen holen von Jürgen Mems, Tel. 59 06 85 oder direkt bei der Freiburger Mobilis-Zentrale anrufen, Tel. 0761 – 50 39 10.

Das Mobilis-Team: Isabel Gentzsch, Psychologin - Dr. Ursula Bonacker, Internistin - Jürgen Mems, Sportlehrer - Katja Sallinger, Dipl. Oecotrophologin

Firma K. H. Schulz Hoch-, Tief- u. Stahlbetonbau

**Alsterkrugchaussee 482
22335 Hamburg
Telefon und Fax: 040/ 595065**



Neu im Schlehdornweg: FUN DANCE für Kinder

Von Dr. Frank Neuland

Jeden Mittwoch, 16.00 - 17.00 (7 - 9 Jahre) und 17.00 - 18.00 (10 - 12 Jahre) - Saal 1 und Kursraum (1. Stock).

„Beim FUN DANCE steht der Spaß an der Bewegung und die Freude, dies in der Gruppe zu erleben im Vordergrund! Zu aktueller Musik werden Choreographien in verschiedenen Tanzstilen erlernt und dabei die Grundtechniken des Tanzens vermittelt.“ (Jeanine Kortny, Tanzpädagogin) Probestunden sind jederzeit möglich.

Tai Chi unter der Lupe

Von Dr. Frank Neuland

Tai Chi, das sogenannte chinesische Schattenboxen, ist für seine entspannende und gesundheitsfördernde Wirkung bekannt. Die positiven Effekte regelmäßigen Übens stehen daher in den wöchentlichen Kursen auch Mittelpunkt des Trainings. Doch Tai Chi bietet noch mehr: In den verschiedenen Figuren des Tai Chi ist viel Wissen über körpergerechte, effektive und ökonomische Bewegung überliefert. Doch diese Überlieferung muss erst wieder mit Leben erfüllt und aufgeschlüsselt werden.

Dazu findet unter dem Motto „**Tai Chi unter der Lupe**“ im SCALA einmal im Quartal ein **Workshop** statt, der sich intensiver mit den Bewegungsprinzipien des Tai Chi beschäftigt. Er richtet sich an Fortgeschrittene ebenso wie an interessierte Anfänger dieser asiatischen Bewegungskunst. Am Beispiel ausgewählter Figuren steht das eigene Entdecken und Erforschen der „Geheimnisse harmonischer Bewegung“ im Zentrum dieser Extra-Termine. An ihnen werden Themen behandelt und vertieft, für die in den wöchentlichen Kursen zu wenig Zeit bleibt.

Christoph Blumberg ist Diplom-Sportwissenschaftler und unterrichtet seit vielen Jahren Tai Chi und Aikido. Er

ist Lehrbeauftragter für „MuDo – Achtsames Bewegen“ am Fachbereich Sportwissenschaft der Universität Hamburg und beendet zur Zeit seine Dissertation zum Thema „Innensicht der Bewegung“.

Termin I: Samstag, den 1. Juli von 14.00 – 17.00 Uhr

Termin II: Samstag, den 26. August von 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: Sportzentrum Schlehdornweg 10, Seminarraum

Kosten: Vereinsmitglieder: 15 €, Nichtmitglieder: 25 €

Anmeldung: Dr. Frank Neuland, Tel. : 50 06 85



seit 1909
In puncto
Inneneinrichtung
immer am Ball
Tapeten • Bodenbeläge
Vorhänge • Gardinen
Dekorationen
und Neubeziehen
Ihrer Polstermöbel
Beratung in Ihrem Hause

Ostendorf's
dekostuben

Langenhorner Markt 1A
22415 Hamburg

Telefon: 532 8686 Telefax: 532 86 819



AUGUST SANDER

SANITÄRTECHNIK • BAUKLEMPNEREI

HUMMELSBÜTTELER LANDSTR. 82 • 22339 HAMBURG • TEL. 59 64 98

DRUCKSACHEN FÜR
HANDEL, INDUSTRIE,
GEWERBE UND PRIVAT

D & K
D R U C K

D & K DRUCK GMBH
G. DUMMANN - J. KRAUS
POPPENBÜTTLER HAUPTSTR. 7
22399 HAMBURG
TELEFON 040/602 24 67
TELEFAX 040/606 45 42

Inner Walking

Von Dr. Frank Neuland

Wer heute mit Stöcken „walken“ geht, ist damit längst nicht mehr allein. Immer mehr Menschen sieht man inzwischen etwa beim *Nordic Walking*. Und mit den „neuen Sportgeräten“ lässt sich noch mehr machen: Wer Stöcke beim Gehen einsetzt, wird wieder zum Vierbeiner. Der „Gang auf allen Vieren“ aber hat viele Vorteile wie die Entlastung der Gelenke und die Bewegung des ganzen Körpers. Doch während beim *Nordic Walking* der Schwerpunkt auf der körperlichen Fitness liegt, erschließt *Inner Walking* eine ganz andere Dimension des Gehens: Die Wahrnehmung und das **Erleben der eigenen Bewegung**.

Inner Walking richtet die Aufmerksamkeit beim Gehen nach innen. Die Konzentration auf die Bewegung und unterschiedliche Variationen ist der Schlüssel für ihre intensive Wahrnehmung bis hin zum FLOW-Erlebnis: Hellwach und zu-

gleich entspannt lässt sich erfahren, wie die Bewegung durch den ganzen Körper fließt.

Christoph Blumberg ist Diplom-Sportwissenschaftler und Experte für die Vermittlung der Innensicht beim Bewegen. Er unterrichtet mit diesem Schwerpunkt seit vielen Jahren verschiedene Sportarten: Inline-Skaten, Ski und Snowboard genauso wie Tai Chi und Aikido.

Termin I: Samstag, den 19. August von 18.00 – 19.30 Uhr

Termin II: Samstag, den 26. August von 10.00 – 11.30 Uhr
Ort: Treffpunkt am Schlehdornweg 10

Kosten:

15,- € für Vereinsmitglieder

25,- € für Nichtmitglieder

Anmeldung: Dr. Frank Neuland,
Tel.: 59 06 85.

Bitte eigene Stöcke mitbringen!



Optik Lühr
Neu in 2/2006
liegt nur der
Druckerei vor

Bildungsangebote finden gute Resonanz

Von Dr. Frank Neuland

Das neue Bildungswerk wird von unseren Mitgliedern gut angenommen. Neben gesunder Bewegung und spannendem Wettkampf kann man bei uns nun auch Sprachen lernen, malen, Gitarre und Theater spielen und vieles mehr. Nach den Sommer-, bzw. Herbstferien geht's in nächste Runde. Um das Angebot nach Ihren Bedürfnissen ausrichten zu können, bitten wir jetzt schon um Voranmeldung zu folgenden Veranstaltungen:

Ab 29. 10. : Englisch, Italienisch, Spanisch, Französisch für Anfänger. Englisch, Italienisch und Spanisch für Fortgeschrittene.

Workshops Kreatives Schreiben, Rhetorik, Theater, Literatur

Infos und Anmeldung unter Tel. : 50 57 18 und 59 06 85 (Dr. Frank Neuland)

Sommerferienkurse für Daheimgebliebene: Kleine Grund- oder Wiedereinsteigerkurse Aquarell

Die verschiedenen Aquarelltechniken: Nass in Nass, Lasur, Direktaquarell, Experiment können in attraktiven Übungen erkundet werden.

Phantasie und Naturbeobachtung werden auf spielerische Art und Weise angeregt. Bei schönem Wetter findet der Kurs unter freiem Himmel statt.

Gestaltungslust und Freude am eigenen Ausdruck stehen im Vordergrund. Auch Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen können hier neue Impulse erhalten. Material kann zu Kursbeginn bei der Kursleitung erworben werden.

Start : Vormittagskurs, Mittwoch, 05. 07. 06, 10.00 – 12.00, Nachmittagskurs, Montag, 3. 7. 06, 15.00 – 17.00
Jugendraum Lüttkoppel 1, 4 Termine,

Kosten: Vereinsmitglieder 25 €, Nichtmitglieder 35 €. Infos und Anmeldung: Tel. : 50 57 18.



Unser Malkurs in Aktion

Malen und Zeichnen

Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich mit den Grundlagen des Malens und Zeichnens beschäftigen möchten.

Verschiedene Mal- und Zeichentechniken kommen hier zum Einsatz. In anregenden Aufgaben werden räumliche und figürliche Darstellungen, Bildaufbau, Farbe und Form sowie Experimente thematisiert. Gestaltungslust und Freude am eigenen Ausdruck stehen im Vordergrund. Auch Teilnehmer/innen mit Vorkenntnissen können hier neue Einsichten gewinnen.

Kursleitung Gabriele Kruk, geb. 1963
€ Dipl. Graphik-Designerin, Malerin
€ Mitglied des Berufsverbandes bildender Künstler
€ langjährige künstlerische Lehrtätigkeit an der Hamburger Volkshochschule und im eigenen Atelier
€ Leitung von Malexkursionen (Österreich, Griechenland, Italien)

Vormittagskurs: Mittwoch, 04.10.2006, 10.00 – 12.00,

Jugendraum Lüttkoppel 1, 12 Termine, Kosten: Vereinsmitglieder 90 €, Nichtmitglieder 100 €. Infos und Anmeldung: Tel. : 50 57 18.

Vielleicht nur Wenigen mag aufgefallen sein, dass dieser Sportspiegel relativ spät erscheint. Auch hier muss - wie für so vieles zurzeit - die Fußball-WM als Rechtfertigung herhalten. Ein wegen der WM vorgezogener Urlaub verhinderte das fristgerechte Erscheinen dieser Ausgabe. Uns allen eine schöne WM und tolle (deutsche) Spiele.

Gitarren Crash Kurs am Wochenende

Gitarre spielen kann in jedem Alter erlernt werden. Man braucht dazu lediglich Spaß an der Musik und eine Gitarre.

Wir beginnen nicht umständlich mit Notenspiel, sondern fangen gleich mit Songs aus dem Rock- und Pop Bereich an. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich und die ersten Akkorde, Anschlags- und Zupftechniken werden an diesem Wochenende gelehrt. Nach diesen zwei Tagen mit jeweils 3 Stunden haben sie die Grundkenntnisse der Liedbegleitung kennen gelernt. Mit diesem Wissen sind sie in der Lage, einfache Lieder selbstständig auf der Gitarre zu begleiten. Das können sowohl Kinderlieder, als auch Volkslieder oder Rock Songs sein. Je nachdem, was sie gerade spielen möchten.

Kursleitung: Olaf Schultz (Musikpädagoge)

26. 8 (14.00 – 17.00) und 27. 8. (11.00 – 14.00), Sportzentrum Schlehdornweg 10, Seminarraum. Kosten: 30 € Vereinsmitglieder, 40 € Nichtmitglieder. Anmeldung: Tel. : 50 57 18.

Neues vom SCALA - Chor!

Ein Projekt, von dem wir noch viel hören werden:

Unser neuer SCALA Chor traf sich am 20. April zum ersten mal. Viele Interessenten fanden sich unter der Leitung von Olaf Schultz (Musikpädagoge) zum gemeinsamen Singen. Bereits zu unserem **Sommerfest am 24. Juni** ist der erste kleine Auftritt geplant. **Mitsängerinnen und Mitsänger sind jederzeit willkommen!**

Der Chor trifft sich jeden Donnerstag um 19.00 im Gemeindesaal St. Lukas, Hummelsbütteler Kirchenweg 3.

Einzelheiten bitte in der Geschäftsstelle (Tel.: 50 57 18) oder bei Dr. Frank Neuland (Tel.: 59 06 85) erfragen.

Modern (Contemporary) Dance Workshop

mit Victoria Hauke (Hamburg)

15. - 17. September 2006, Sportzentrum
Schlehdornweg 10

Anfänger mit guten Vorkenntnissen/ Mittelstufe

Freitag, 15. 9.: 19 - 21 (Kursraum, 1. Stock)

Samstag, 16. 9. : 10 - 15 (Saal 1)

Sonntag, 17. 9. : 10 - 15 (Saal1)

Kosten: 70 € (Vereinsmitglieder), 80 € Nichtmitglieder)

Den wesentlichen Kern für die Körperarbeit bildet das Nutzen der Schwerkraft als Energiequelle für die Bewegung. Wechselnder Einsatz von sinkender und hochfedernder Energie, wie im Tai Chi sowie Visualisation helfen uns, das Bewegungspotential des Körpers in Raum und Zeit zu entdecken. Beobachtung und Wahrnehmung der Abläufe im Körper spielen hierbei eine große Rolle.

Wir setzen unser Gewicht bewusst durch ein inneres „Fallenlassen“ ein, um im Auffangen und Umlenken des Fallens und im Hochfedern, Koordination, Bewegungsfluss, Leichtigkeit und Vielfältigkeit zu fördern.

Der Workshop wird einen technischen Teil haben, in dem wir das Bewusstsein für eine anatomisch günstige Organisation des Körpers entwickeln und den Einsatz der Schwerkraft üben, um Elastizität, Schwungkraft und Tempo zu erzeugen.

Im zweiten Teil werden choreografierte Bewegungsfolgen getanzt, bei denen es mir u.a. wichtig ist, ein Gefühl für unterschiedlichen Bewegungsausdruck in Verbindung mit bestimmten Körperzuständen (wie luftig, elastisch, flüssig etc.) zu wecken.

In einem weiteren Teil des Workshops werden die TeilnehmerInnen auf Grundlage von Bewegungs - „Spielregeln“ eigenes Bewegungsmaterial erforschen. In beiden Teilen des Kurses arbeiten wir bei bestimmten Übungen zu zweit oder zu dritt, um besondere Vorgänge im Körper besser spüren zu können.

Victoria Hauke

Ausbildung u.a. an der Martha Graham School of Contemporary Dance in New York, und in diversen zeitgenössischen Tanztechniken, arbeitet international als Tänzerin und Choreografin. Zusammenarbeit mit verschiedenen Choreografen und Regisseuren in Tanz, Theater und Film auf internationaler Ebene.

Seit 1993 choreografiert sie eigene Arbeiten, oft in Zusammenarbeit mit bildenden Künstlern.



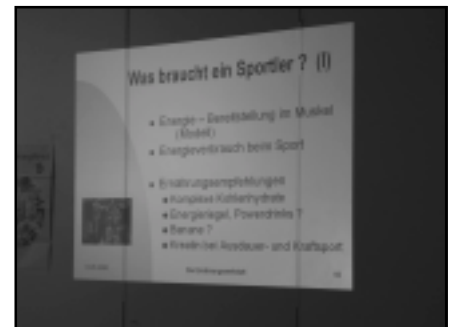
Victoria Hauke

Sie trainiert professionelle Tänzer und verschiedene Tanzkompanien, unterrichtet seit vielen Jahren Laien und semi-professionelle Tänzer in Hamburg und Deutschland und gibt Unterricht in Yoga.

Ernährungsseminar für Übungsleiter und Trainer

Im Rahmen unserer internen Übungsleiterfortbildung referierten am 13. Mai Dr. Hans-Joachim Deike und Heidrun Jenkner von der Ernährungswerkstatt Hamburg.

Die anwesenden Trainer können unsere Mitglieder nun über Themen wie Ernährung, Training und Leistungs-optimierung umfassend und kompetent informieren.



Ernährungsseminar im Schlehdornweg

Gebrüder Behrmann GmbH & Co KG **Automobile**

Vertragswerkstatt der Mercedes-Benz AG



Mercedes-Benz

Ihr guter Partner für Neuwagen und Gebrauchtwagen

Kundendienst · Reparatur · Ersatzteile · Lackiererei
Ständiges Gesamtangebot von 200 Gebrauchtwagen

Mercedes-Benz-Jahreswagen · T-Modelle · Geländewagen

Außerdem haben wir VW - Audi - Opel - Ford - BMW und andere Fabrikate in verschiedenen Farben und Ausstattungen im Angebot.

Abschleppdienst Tag und Nacht

040 / 5 24 40 11 (Verkauf)

040 / 5 24 40 01 (Kundendienst)

040 / 5 29 30 13 (Telefax)



Segeberger Chaussee 53-67, 22850 Hamburg-Norderstedt

Verkauf: Montag - Donnerstag 8 - 18 Uhr, Freitag 8 - 17 Uhr, Sonnabend 10 - 13 Uhr
Besichtigung jederzeit.

Außerhalb der gesetzlichen Ladenschlußzeiten keine Beratung und kein Verkauf

Das Kung-Fu Alphabet

Von Marvin Sadrinna

Z wie Zen

„Wenn Du in die Hände klatscht, lausche auf das Geräusch der einen Hand“

Anmerkung der Redaktion

Es gab bestimmt den einen oder anderen, der nicht daran geglaubt hat, dass Marvin es tatsächlich schafft, in 26 Ausgaben des Sportspiegel einen Kung-Fu-Buchstaben füllen zu können - ehrlich gesagt, habe ich auch nicht so recht daran glauben können. Doch die Beständigkeit des Marvin „aus dem sonnigen Altona“ und hartnäckige Erinnerungsmails haben die Vollendung vorangetrieben.

Vorankündigung:

Ab der nächsten Ausgabe jeweils pro Zeitschrift gibt es je einen Bericht über die dreizehn Basisstände.



„Uns Uwe“ – der Trainingsweltmeister

Kaum sind die letzten Ballwechsel der Saison 2005/06 vorüber, stehen die Planungen für die neue Serie im Vordergrund. Für die Verantwortlichen ist dies keine einfache Zeit, da sie bei der Zusammenstellung der Mannschaften auf viele Wünsche ihrer schlägerschwingenden Akteure eingehen müssen. Ein fast unmögliches Unterfangen. So kommt es vor, dass bei manchem Zelluloid-artisten die Motivation rapide abnimmt, wenn es einmal nicht wunschgemäß läuft. Deshalb ist es an der Zeit einen Sportskameraden hervorzuheben für den der Begriff „**Motivationsproblem**“ nicht zum Wortschatz gehört – Uwe Käbisch.



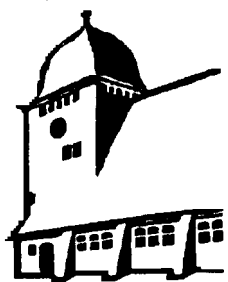
Die Saison 2005/06 verlief für ihn nicht gerade optimal. Seine **10. Mannschaft**, die eigentlich die 3. Kreisliga aufmischen sollte, war nach drei Spielen bereits Geschichte. Nachdem man es nicht geschafft hatte, sechs Spieler aufzubieten, wurde das Team aus dem Ligabetrieb herausgenommen. Der Rückzug der „Zehnten“ wurde zur Geduldprobe für Uwe, der nunmehr lediglich auf Einsätze als Ersatzspieler hoffen konnte. Manch ande-

rer hätte den Schläger aus der Hand gelegt; Uwe Käbisch läßt sich von diesem Rückschlag nicht beeindrucken. Egal ob Dienstag, Donnerstag oder Freitag, ob Stockflethweg, Timmerloh oder Foorthkamp - Uwe gehört beim Training eigentlich zum Inventar. Mit dieser Trainingseifer hat er als Ersatzspieler den ein oder anderen Punkt zum Aufstieg der neunten Mannschaft in die 1. Kreisliga beitragen können.

Uwe Käbisch ist ein **Spätberufener**.

Erst mit Mitte 40 entschied er sich, seine gefürchtete Rückhand im Punktspielbetrieb zu präsentieren – zunächst in Diensten des SC Langenhorn, danach im SCALADress. Das ist jetzt mehr als 25 Jahre

her und Uwe stellt zufrieden fest, dass er „von Jahr zu Jahr besser geworden“ sei. Dies stellt er auch regelmäßig bei den Turnieren des Vereins unter Beweis, bei denen er keiner Herausforderung aus dem Weg geht. Es ist davon auszugehen, dass er mit seinen mittlerweile **70 Lenzen** so manchen jungen Gegner – egal ob im Training, im Turnier oder im Punktspiel – auch in Zukunft vor unlösbare Probleme stellen wird.



Mitmachen – und Gemeinde wird lebendiger! **ST. LUKAS LÄDT EIN**

- 6.-23.6. **Ausstellung im Gemeindehaus: Friedensprojekt in Israel**
- 10.6. **Trödeflohmarkt (13-16 Uhr) bei der Kirche; Info: 5200 199, Frau Dehn**
- 23.6. **mini-gute-nacht-kirche für Familien mit Kleinkindern 18 Uhr**
- 20.8. **Gottesdienst mit Segnung der Schulanfänger 11 Uhr**
- 9.9. **Treff am Turm – das Stadtteilstfest auf dem Kirchplatz von 12 bis 12 abends Weinfest**

St. Lukas-Gemeinde Hummelsb. Kirchenweg 3, Tel. 59 64 00

Modernste Anlage

Doppelbahn = 12 Euro/Std.



Kegelbahnen im SCALA

Info: 59 36 08 47
Herr Hübner
(ab 16 Uhr)

Saisonales der Herren- und Schülermannschaften

Von Udo Dümmer

1. Abschied aus Hamburgs Elite-Klasse

Nach dem Weggang von Ott und Seelemann war die Hamburg-Liga nicht mehr zu halten. Nun sind auch Wiggenhorn (Wechsel) und Janitz (Karriereende) sowie Dorfs (beruflich bedingt) fort und so bleiben nur A. Born, Kamischke und Frickmann. Hinzu kommen Rückkehrer Carstensen und aus der 2. die Brüder Höse und Deppe für einen Neuanfang in der 1. Landesliga.

2. Wiederaufstieg im 2. Jahr

Die 2. hat im zweiten Anlauf den Wiederaufstieg in die 2. Landesliga geschafft. Ergänzt wird die Mannschaft durch Dümmer (aus der 3.) und Kröger (neu von Rahlstedt). Sie werden es schwer haben ohne die o. g. Brüder.

3. Verstärkt in die 1. Bezirksliga

Diese Mannschaft wird durch die Spieler Bohm und Jablonski (aus der 4.) und Rückkehrer Zuch sicherlich nicht schwächer. Tragisch die Rückserie nach der Herbstmeisterschaft mit 6 Niederlagen und der Rutsch auf Platz 5.

4. Abgestiegen und aufgelöst

Das hört sich nicht nett an, ist aber so. Mit dem drittletzten Platz kann die 1. Bezirksliga vielleicht nur durch Glück (per Antrag) gehalten werden. Die ehemalige 5. nimmt den Platz der 4. ein - verstärkt durch Rückkehrer C. Born und Janssen aus der 3. Damit Aufstiegs kandidat!

5. Aufsteiger und doch nicht

Die ehemalige 6. nimmt den Platz der 5. in der 2. Bezirksliga und wäre sowieso aufgestiegen. Verstärkung kommt durch Sievert aus der ehemaligen 5. und Urgestein Goldhammer.

6. Nicht aufgestiegen und doch höher

Nun wird es kompliziert oder auch nicht. Die ehemalige 8. mit unseren Youngstern hatte kurzzeitig Aufstiegschancen in die 2. Bezirksliga, dann aber doch einen zu großen Abstand. Nun nehmen sie den Aufstiegsplatz der 6. ein und steigen somit quasi doch auf. Verstärkt werden sie mit Kausch, Grabsch und Kreuz aus

der ehemaligen 4.

7. Alles neu in der 1. Kreis

Watt is nu die 8. eigentlich. Ein Sammelsurium aus allen möglichen Mannschaften; von der 3. bis zur 9. alles vertreten. Die zähl ich nicht alle auf, bis auf „Mr. Zuverlässig“ Steinmeyer. Neuzugang hier ist Jan Schüttler von Rissen.

8. ???

War letztes Jahr noch die 7. Tja. unterer Mittelplatz in der 1. Kreisliga. Keine Abgänge. Keine Zugänge. Solide. Konstant. Alles bleibt wie es war, siehe **Foto unten**.

9. Aufgestiegen oder doch nicht?

Sportlich aufgestiegen ist die 9. in die 1. Kreisliga. Aber durch Abgang einiger Leistungsträger in die 8. macht der Aufstieg keinen Sinn. Man verbleibt also wohl in der 2. Kreis. Bewährte Mannen werden hier wieder wirken, keine Neuzugänge.

10. Nun doch wieder

Nach einem Jahr Pause (siehe Bericht rechte Seite) wird es wieder eine 10. geben. Das ist sehr schön. Uwe Käbisch ist auch dabei. Neuzugänge sind Fritz Röder, Hamid Heidari und Kevin Meyer von Oberalster. Die Spielklasse wird wohl 3. oder 4. Kreisliga sein.

1. Schüler Platz 4 der Nord 6-B

Sie kämpfen und sie geben alles, unsere „neuen“ Schüler, die in ihrer Spielklasse Vierter wurden. Das ist schön zu erwähnen, weil wir uns freuen, dass sich diese Kinder für Tischtennis entschieden haben. Sie werden bei uns bestmögliche Trainingsbedingungen und gute Betreuung erfahren.

Wenn Sie glauben, dass Werbung niemand liest, haben wir Sie gerade vom Gegenteil überzeugt!

Anzeigenannahme Sportspiegel

Tel.

Fax

593 50 882

593 50 884



Die „konstante“ 7. Herren, bald 8.

Kirchner

Norddeutsche D-Jugend Meisterschaft der Mädchen in Schwerin

Von Michelle Pierau

Wir sind am Freitag, 24.03.06, in Schwerin angekommen und haben im Hotel „nh-Hotel“ unser Quartier bezogen. Den Abend haben wir mit Bowling und einem netten Abendessen ausklingen lassen, bevor wir dann am 25.03.06 mit der Meisterschaft gestartet sind.

25.03.06: Wir waren alle sehr aufgeregt, weil wir nicht wussten, was uns erwartet. Aber bei einem waren wir uns alle sicher; wir wollten siegen! **Der große Favorit hieß Schweriner SC.**

Vor dem ersten Spiel gab Petra uns noch ein paar Anweisungen und nach einer guten Erwärmung fing das erste Spiel an. Im ersten Satz gegen den **1. VC Stralsund** lief alles gut und wir haben erfolgreich gewonnen. Im zweiten Satz hatten wir unser typisches Tief, aber nach einer anspruchsvollen Auszeit von Petra ging es wieder bergauf und wir haben das Spiel dann 2:0 gewonnen. Das zweite Spiel gegen den **Wiker SC** gewannen wir mit viel Ehrgeiz und somit gingen wir als Gruppenerster ins Bett und freuten uns wahnsinnig auf das Halbfinale gegen **TuS Felde**.

26.03.2006. Mit einem leckeren Frühstück im Bauch und Kampfgeist in der Tasche ging es dann ab zur Halle, um TuS Felde unsicher zu machen. wir hat-

ten alle ein sehr gutes Gefühl und das bestätigte sich nach einem 2:0 gegen TuS Felde. wir hatten auch dieses Spiel gewonnen und zogen nun in das Endspiel gegen den Riesen Schweriner SC ein.

Nach Ende des ersten Satzes des Jungen-Finales ging es dann los mit dem Aufwärmen. Wir waren alle sehr nervös, aber waren heiß, dem Schweriner SC zu zeigen, was wir können. Der Schiri piff an, es ging los. Wir stellten uns auf unsere Positionen und waren bereit. Der Spielzug begann. Trotz der megalauten Trommeln, die für den Schweriner SC trommelten, ließen wir uns nicht aus der Bahn werfen. Wir machten unser Ding. Der erste Punkt ging an SCALA und alle jubelten und freuten sich. Die Eltern hüpfen auf den Bänken rum vor Jubel und Aufregung bis es 24:19 für SCALA. Nur noch einen Punkt bis zum Sieg des ersten Satzes. Die Spannung stieg und stieg. Der Schiri piff, der Ball kam ins Spiel. Die Schweriner Mädchen ließen nicht locker und machten den Punkt. Sie holten noch bis 23 Punkte auf, bis **Cindy** am Block vorbei schlug und genau in eine Schweriner Lücke traf. Der Satz gehörte uns, damit hätte wohl keiner gerechnet. Alle sprangen auf und jubelten, so doll sie nur konnten, denn SCALA hatte den ersten Satz verdient gewonnen.

Im zweiten Satz übertrumpften wir

unsere Erwartungen selbst. **Petra** und all die anderen Fans waren außer sich vor Begeisterung und Freude. Die Schweriner Mädchen haben uns eindeutig unterschätzt und fingen auf dem Feld an zu weinen. Wir ließen uns davon nicht abhalten und spielten „UNSER SPIEL“. Wir näherten uns Punkt für Punkt dem Sieg.

Nach einer Auszeit zum kurzen Verschnaufen spielten wir weiter, denn wir wollten jetzt den **SIEG!**, das war klar. Der Sieg war zum Greifen nah und wir konzentrierten uns noch ein letztes Mal. Es stand 24:15 für SCALA. Alles war still, totenstill in der Halle. Der Schiedsrichter piff den Aufschlag von den Schweriner Mädchen an und es dauerte nicht lang und sie verschlugen den Ball, der uns zum Sieger machte.

Ja, wir hatten es geschafft! Gewonnen! Es war ein unbeschreibliches Gefühl, die „großen Schweriner“ besiegt zu haben. Alle haben gejubelt und sich für uns gefreut. Nun sind wir natürlich noch gespannter, wie es auf der Deutschen Meisterschaft D-Jugend ausgeht. wir werden berichten.

Der Bericht von Lisa Marie Papenthin zu diesem Thema war auch sehr gut, aber leider kann nur EIN Bericht zur Meisterschaft erscheinen, sorry.



SPIELZEUG PUTZ 

*Ihr etwas anderes
Fachgeschäft im
EKZ Langenhorner Markt*

*Wir sind anders: Wir suchen sie,
die plattgedrückten Stupsnasen
der Kinder an unseren Schau-
fenstern, das Strahlen in den
Kinderaugen. Unser Ziel ist es,
immer wieder tolle neue Artikel zu
finden, die Kindern Spaß machen,
ihre Fähigkeiten fördern und die
Phantasie anregen.*

*Wir sind anders, bei uns darf auch
angefasst und nicht nur
angesehen werden. Bei uns sind
Kinder erwünscht.*

*Neben dem Spielwarensortiment
führen wir unter anderem noch
Outdoor-Artikel, Schulbedarf
und neuerdings haben wir auch
eine Maus im Laden: Diddl.
Wir haben Themenbereiche für
die kleinen Ritter, Polizisten,
Piraten usw. Wir erstellen auch
Geburtstagskörbe.*

**Langenhorner Markt 4
Tel. :040 / 50 79 71 75
www.spielzeug-putz.de**

Bibertown

Das ultimative Trainingslager der Volleyballer

Nach langer Vorfreude begann am Samstag, den 04.03.06 wieder einmal das Volleyballtrainingslager im **Gymnasium Heidberg**, unser Bibertown. Schon am ersten Tag, nach dem Trouble der Anreise, absolvierten wir unser erstes Training. Die drei Mädchenmannschaften hießen Bären, Tiger und Löwen. Die starke Minderheit bildete unser einziges Jungsteam, die Wölfe. Von nun an wurde jeden Morgen im Raakmoor gejoggt, trotz des Schnees bissen sich die meisten durch die Joggingstrecke. Natürlich blieb der Muskelkater und das damit verbundene Gejammer nicht aus, und fast keiner konnte die schöne, verschneite Landschaft genießen. Um das Training etwas vielseitiger zu gestalten, wurden zwischen den Trainingseinheiten noch Trampolin und Konditionsgymnastik eingebaut. Ein großer Motivationsschub für alle war der Besuch der **1. Liga Damen vom TV Fischbek**. Die ganze Bundesligamannschaft besuchte uns (inklusive Olympiateilnehmer und Nationalmannschaftsspielerinnen) mit ihren Trainern. Erst gaben die Fischbeker uns Training, dann spielte ein Team der Löwen gegen Fischbek und erreichte legendäre 15 (!) Punkte.

Danach gaben die Fischbeker noch geduldig Autogramme. Weitere Höhepunkte des Trainingslager waren die zwei besuchten Musicals. Am Dienstagabend besuchten wir das **Musical „Sternenhimmel“** im Delphi Show Palace. Bei der Musik der Neuen Deutschen Welle tanzten und sangen alle kräftig mit. Am nächsten Abend fuhren wir mit dem Schiff rüber zum Musicalzelt von „König der Löwen“. Ein tolles Erlebnis! Ziemlich übermüdet wurde am nächsten Morgen wieder gejoggt. Um unsere müden Knochen und Muskeln etwas zu entspannen machten wir an zwei Abenden Massage, einmal mit Kirstin und einmal mit Jessica (Vielen Dank!!!).

Dieses Trainingslager war eine sehr gute Vorbereitung für die drei noch anstehenden **Norddeutschen Meisterschaften**. Wir lernten nicht nur jede Menge Volleyball, sondern auch, wie wir gut miteinander umgehen können. Pe-

tra und das Trainerteam achteten sehr auf das gegenseitige Respektieren und auf Teamgeist. Dem am letzten Abend stattfindenden **Karaoke-Wettbewerb** zitterten alle voll Vorfreude und Lampenfieber entgegen.

Während des Trainingslagers waren noch viele Shows entstanden. Die sehr gelungene Präsentation war vielfältig: Es wurde gesungen, getanzt, geschauspielert, Werbespots aufgeführt und manche musikalische „Kampfbiber“ spielten sogar auf Instrumenten etwas vor. Spät nach Mitternacht fanden dann auch die letzten noch in die Betten. Am 12.03.06 räumten wir erst die Halle und das Oberstufenhaus gründlich auf und erhielten unsere Kampfbiberdiplome und T-Shirts. Als tollen Abschluss besuchten wir ein **Volleyballbundesligaspiel**, zu dem die Fischbekerinnen uns eingeladen hatten.



Wir hatten dort sehr viel Spaß und Fischbek siegte 3:1. Hiermit möchten wir uns nochmal bei Pedi, Tobi, Aaron, Oli, Sven und Philipp sowie den Köchinnen bedanken.

Stellenangebote

Wir suchen eine flexible **Tresenkraft** für die Abendstunden und einen Wochenendtag auf Stundenbasis (400-€-Basis) für unser Vereinhaus Siemershöh in Langenhorn.
Bei Interesse bitte melden unter
Tel. 527 80 92

Wir suchen für Urlaubs- und Krankheitsvertretungen eine flexible und freundliche **Bürokräft** für unsere Mitgliederverwaltung auf 400 €-Basis. Bitte senden Sie bei Interesse Ihre Kurzbewerbung an unsere Geschäftsstelle, Lüttkoppel 1, 22335 Hamburg

KRÖGER
Fuhlsbüttel



BESTATTUNGS-INSTITUT „ST. ANSCHAR“ SEIT 1891

Inh. Claus-Dieter Wulf und Mathias Wulf

Unsere Trauerhalle ermöglicht Ihnen einen Abschied in würdevoller Atmosphäre. Gerne schicken wir Ihnen unsere Hausbroschüre zu. Sie erreichen uns jederzeit unter der Telefonnummer:

Tel.: 040 / 59 18 88

e-mail: kroeger-fu@t-online.de

Fax: 040 / 59 93 59

homepage: www.kroeger-fuhlsbuettel.de

Fuhlsbütteler Damm 118 (am Marktplatz) / 22335 Hamburg

Bericht der U 13

Mannschaft: Insa, Svenja, Kim, Farina, Virginia, Lillemor und Christina

Es war für manche das erste Spiel, aber für Kim und Svenja. Wir trafen uns um 8.00 Uhr vor Pedis Haus. Wir waren ziemlich aufgeregt aber trotzdem freuten wir uns auch. Die Autofahrt kam uns lang vor, wir sind nach **Ahrensburg** gefahren. Als wir ankamen, mussten wir noch lange auf den Hausmeister warten. Alle waren ziemlich aufgeregt. Kaum hatten wir uns umgezogen, haben wir uns warm machen und uns einspielen

müssen und schon ging es los. Es konnten immer nur 3 Spieler im Feld zusammen spielen, als erstes haben wir gegen **Rissen** gespielt. Den ersten Satz gewannen wir. Nun wurde es noch aufregender, denn auch den zweiten Satz gewannen wir. Das Spiel war toll. Dann begann das zweite Spiel, wo wir auch beide Sätze gewannen. Wir haben alle zwei Spiele gewonnen. Es hat richtig Spaß gemacht. Pedi hat uns ordentlich gelobt, sie meinte nur „dass wir das Aneuern noch üben müssen“.

Kampf dem Müll

Von Luisa Braunschweig

Am Sonntag, den 02. April '06 beteiligten wir Volleyballer von SCALA uns an der diesjährigen Aktion „**Hamburg räumt auf**“.

Nach einleitenden und aufmunternden Worten eines politischen Abgeord-

neten wurden wir mit Arbeitshandschuhen und Müllsäcken ausgerüstet. Trotz **Niesel-Piesel-Wetter** starteten wir unsere Mission rund um das Gebäude eines großen Einkaufsgeschäftes. Nach ca. 1,5 Stunden war dieser lohnende Einsatz beendet. Kaum zu glauben, was alles und welche Mengen eingesammelt wurden!

ELEKTRO-		BELEUCHTUNG
INSTALLATION LICHT KRAFT	 5 31 88 88	PLANUNG BERATUNG KABELFERNSEHEN
22415 Hamburg · Langenhorner Chaussee 103 · Fax 5 31 99 64		
internet: www.elektro-beetz.de · e.mail: info@elektro-beetz.de		

	Während Sie die Rolle des Gastgebers genießen, kümmern wir uns um die die Ausrichtung und Organisation Ihrer Veranstaltung.
	Wir bieten 8 Veranstaltungsräume, klimatisiert und mit Tageslicht sowie 146 klimatisierte Hotelzimmer.
	Für Ihre Hochzeitsfeiern bieten wir ein spezielles Hochzeitsarrangement inkl. Empfang und Limousinenservice.
	Für Buchungen und Beratungen steht Ihnen unsere Bankettabteilung gerne zur Verfügung.
Mercure Accor hotels HAMBURG AIRPORT NORD ★★★★	Mercure Hotel Hamburg Airport Nord Langenhorner Chaussee 183 D-22415 Hamburg Telefon +49 (0) 5 32 09-0 Telefax +49 (0) 5 32 09-600 www.mercure.com

Sportspiegel

Herausgeber: Sportclub Alstertal-Langenhorn, Lüttkoppel 1
22335 Hamburg, Tel. 50 57 18
Redaktion: Udo Dümmer, Hanssensweg 5,
22303 Hamburg Tel. 27 42 05
E-Mail: sportspiegel@sportclub1.de
Druck: D&K DRUCK GMBH, Hamburg
Anzeigenannahme und Vertrieb Geschäftsstelle
Erscheinungsweise 4 x im Jahr
Redaktionschluss: 12.02., 12.05., 12.08., 12.11.
Bezugspreis: im Mitgliedsbeitrag enthalten

Die namentlich oder mit Initialen gezeichneten Beiträge geben die Meinung des Autors und nicht unbedingt die Ansicht der Schriftleitung wieder. Hierfür wird auch nur die presserechtliche Verantwortung übernommen.

Sportclub Alstertal-Langenhorn e. V.

Mitglied im Hamb. Sportbund und im Freiburger Kreis

Ehrevorsitzender: Egon Schedler 523 80 12
Internet: <http://www.sportclub1.de>
E-Mail: sportclub@t-online.de

Geschäftsstelle und Sporthalle: Lüttkoppel 1, 22335 Hamburg
Mitgliederverwaltung 50 57 18
Fax 59 35 08 84
Buchhaltung 59 35 08 83
Sekretariat 59 35 08 82

Geschäftszeiten: Mo., Mi.+ Do. 9-16, Di. 9-18 Uhr,
in d. Ferien -16 Uhr, Fr. 9-12 Uhr

Hausmeister: Mehaly u. Evelyn Nothof 500 15 65
Gaststätte, Kegelbahn, Clubheim: Niedernstegen 21, 22335 Hamburg, Tel.: 59 36 08 47
Sportzentrum Schlehornweg 10/Erdkampsw. 97, 22335 Hamburg, 59 06 85

Sportkindergarten und Clubraum: 50 29 52
Tennisanlage: Beckermannweg 25, 22419 HH
Fußball: Sportanlage Siemershöh Langenhorner Chaussee 118a 22415 Hamburg

Bankkonto: Haspa BLZ 200 505 50
Konto.Nr.: 1215/122 795
Spendenkonto: Haspa BLZ 200 505 50
Konto.Nr.: 1215/121 201

Vorstand

1. Vorsitzender: Jeppe Nielsen 539 19 33
Stv. Vorsitzender: Fred Menkhoff 520 62 12
Schatzmeister: Reiner Soll 538 38 02
Jugendwart: Heiko Seyffarth 51 66 40
Vorstandsmitglied: Gisela Kortmann 520 55 09
Vorstandsmitglied: Wolfgang Saß 602 91 11
Vorstandsmitglied: Matthias Seuring 0179-2021715

Spartenleiter

Basketball Brigitte Schwemmler 50 49 94
Fußball Helmut Kammerdt 527 80 92
Handball Mathias Schümann 3203 96 55
Hockey Ingrid Hansemann 531 82 64
Leichtathletik Klaus Schmidt 602 48 25
Schwimmen Gretel Chrambach 525 15 11
Tennis Thomas Straub 520 88 86
Tischtennis Hans-Georg Karg 531 19 61
Volleyball Petra Kerl 520 86 07

Abteilungsleiter

Badminton Dawin Kaspar 0163 - 3599 413
Fitneß und Gesundheit Jürgen Mems 59 06 85
Dr. Frank Neuland 59 06 85
Judo/Ju Jutsu/Aikido Arnd Gläser 520 31 67
Kung Fu Hubert Wolf 31 21 30
Prellball/Faustball Kay Künzel 59 78 42
Rock 'n' Roll Dr. Dirk Jacobi 644 04 79
Turnen u. Freizeit Kinder Susann Schönemann 51321009
Turnen u. Freizeit Erwachsene Petra Brannasch 59 92 85

Edeka

Arriba