

1. Ausgabe 2019 53. Jahrgang

BLICK•PUNKT

Vereinsnachrichten



tus BERNE. Sport für alle!

Aikido Ballett
Badminton Bogensport
Basketball Folklore
Fitness
Fußball Inline Skating
Judo Ju-Jutsu
Kanu Kegelsport
Kickbox Workout Leichtathletik
Line Dance Parkour
Poker
Pilates Reha-Sport
Power Yoga Ski und Wandern
Skat Tanzsport
Taekwon Do Tischtennis
Tennis Vereinsorchester
Turnen Zumba®
Volleyball

Neue Angebote:

Qi Gong

Drums Alive®

Gesuche:

Trainer

Übungsleiter

Betreuer

TERMINE • TERMINE • TERMINE • TERMINE

20.12.2018 – 04.01.2019

01.02.2019

03.03.2019 – 15.03.2019

Hamburger Schulferien

Abteilungsversammlungen

20.03. 19:30 Uhr Ski und Wandern

22.03. 19:00 Uhr Tennis

08.04. 19:00 Uhr Inline Skating

AKTIV IM NORDEN

Ein Ausflugsprogramm der Reha-Abteilung

09.01. Besuch des Schulmuseums

05.02. Besuch des Hamburger Genossenschafts-Museums

06.03. Besuch der Kriminalpolizeilichen
Beratungsstelle Hamburg

VOLKSHAUS BERNE

02.02. Maskerade der Freiwilligen Feuerwehr

Jugendausschuss

24.02. 14:00-16:00 Uhr Jugendversammlung und Fasching

24.03. JA räumt auf!

30.05.-02.06. Wochenende I

30.08.-01.09. Wochenende II

Mündliche Kündigungen und Wechsel der Sportarten

bei den Abteilungsleitern, Trainern etc. sind rechtsunwirksam.
Änderungen der Sportart müssen der Geschäftsstelle schriftlich
angezeigt werden. Auf Wunsch sind Änderungsformulare in den
Sportgruppen erhältlich.

Jedes Mitglied kann seinen Austritt nur schriftlich
mit einer Frist von 6 Wochen
zum 31. März, 30. Juni, 30. September oder 31. Dezember
(Tennis nur zum 31. Dezember) erklären.

Die Kündigung wird von der Geschäftsstelle schriftlich bestätigt.

Info SEPA-Verfahren

Unsere Gläubiger ID: DE02ZZZ00000548856

Ihre Mandatsreferenz: Ihre Mitgliedsnummer

Unsere Einzugstermine: jeweils am 1. Februar, 1. Mai, 1. August
und 1. November bzw. am darauffolgen-
den Werktag.

Einzugsbetrag: Quartalsweise Mitgliedsbeiträge gemäß der
aktuellen Beitragsübersicht (immer aktuell unter
www.tusberne.de/beitraege oder als pdf unter
www.tusberne.de/beitraege.pdf).

BLICK•PUNKT

Vereinsnachrichten

Inhaltsverzeichnis

Vorstand	2
Wir gratulieren	4
Inline-Skating	5
Reha-Sport	6
Tennis	8
Fußball	9
Volleyball	9
Badminton	10
Folklore	10
Blaue Seiten	11
Turnen, Fitness und Prävention	14
Ski und Wandern	20
Unser Sportangebot	24

Bevorzugt bitte

unsere Inserenten:

A. Gehrman – Baugeschäft

André Maiwald – Ihr Hamburger Tischler

Berner Schloss

Fahrschule Angerer

Fresemann – Multimedia

Gartenstadt Hamburg eG –
Wohnungsgenossenschaft

Hermann Töpfer – Bautischlerei

Horst Söhl oHG – Ihr Partner am Bau

Kfz.-Werkstatt Michael Janssen
– Leistung rund ums Auto

Michael Rieß – Malerbetrieb

Sport & Spa Bramfeld

UTU Glaserei – Torsten Uckermark

IMPRESSUM

Herausgeber: Turn- und Sportverein Berne e.V.
E-Mail: blickpunkt@tusberne.de

Redaktion: Gabi Schlösser (verantwortlich)
Dietbert Pfullmann
Denis Janssen
Pascal Dorn

Anzeigen: Gabi Schlösser
Tel.: 60 44 28 80

Herstellung: Druckerei Nienstedt GmbH
Bargkoppelweg 49
22145 Hamburg
Tel. 679 44 90

Eingesandte Berichte werden nur namentlich veröffentlicht und geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Kürzungen und orthografische Angleichung vorbehalten. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Auflage 3.000 Stück (erscheint viermal jährlich, jeweils im Januar, März, Juni und Oktober)

Es gilt die Anzeigenpreisliste vom 01.04.2010

**Nächster Redaktionsschluss:
04. Februar 2019**

Später eingehende Berichte können frühestens für den darauf folgenden Blickpunkt berücksichtigt werden.

Unterstützt den tus BERNE e.V. !

amazon smile

Wahre beim Einkaufen
shop
Alle Mitgliedschaften

ShopPlusPlus

- Beim Einkaufen über smile.amazon.de den tus BERNE auswählen
- Normal einkaufen, gleiche Preise wie sonst auch
- Keine Zusatzkosten
- 1-3% des Umsatzes kommen dem Verein zugute.

Smoost.de

- App auf dem Smartphone installieren
- Registrieren
- Suche nach „berne e. V.“ oder Standortsuche
- Werbebanner klicken / durchblättern.
- 75% der Einnahmen gehen an den Verein.

UNTERSTÜTZE UNS
PER SMARTPHONE
www.tusberne.de

Liebe Mitglieder,

Fachkräftemangel im Sportverein? Sie meinen, das gibt es doch nicht? Tatsächlich schwinden dem organisierten Vereinssport seine wichtigsten Ressourcen: Nachwuchs und Ehrenamtliche.

Auf den ersten Blick ist das kaum nachvollziehbar, sind doch die Sportvereine nach wie vor von immenser Bedeutung, gerade für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Ihnen vermittelt der Sport wichtige gesellschaftliche Werte, wie zum Beispiel Toleranz und Teamfähigkeit, Disziplin und Respekt vor anderen. Sind die Kinder- und Jugendgruppen meist noch gut besucht, ändert sich die Situation, sobald die zeitliche Belastung durch die weiterführenden Schulen zu groß wird. Kinder- und Jugendliche bewegen sich dann immer weniger und verlieren zunehmend ihre motorischen Fähigkeiten. Seit Einführung der Ganztagschule ist es zudem eine riesige Herausforderung für die Sportvereine, Angebote zu altersgerechten Zeiten, also am Nachmittag, machen zu können. Folglich geht der Nachwuchs dem Sport häufig auch für die Zukunft verloren und es wird immer schwieriger, ehrenamtliche Unterstützer zu finden, wenn diese nicht von klein auf in die Vereinsfamilie hineingewachsen sind. Der demografische Wandel, das insgesamt geänderte Freizeitverhalten der Menschen, die Konkurrenz kommerzieller Angebote sowie der Hang zur Individualisierung tragen ebenso zu dieser Entwicklung bei.

Um diesem Trend entgegenzuwirken brauchen wir Sportangebote, die die Menschen ansprechen, die in ihren Alltag passen und ihren gesundheitlichen sowie sozialen Erfordernissen entsprechen. Gleichzeitig müssen sie die Freiheit haben, immer wieder neue Formen des Sporttreibens wählen zu können, dabei neue Kontakte aufbauen und sich entscheiden zu können, sich zu engagieren oder eben nicht zu engagieren. Das Umsetzen dieser Ziele steht und fällt mit einer ausreichenden Zahl qualifizierter und motivierter Trainer, Übungsleiter und Betreuer, die auch wir dringend benötigen.

Durch sie wird ein Sportangebot erst ermöglicht und sie sind diejenigen, die als direkte Kontaktpersonen die Sportler an den Verein binden. Doch vielen Menschen fällt es immer schwerer, sich zusätzlich zu ihrem Beruf auch in ihrer Freizeit auf solche Verpflichtungen einzulassen und Verantwortung zu übernehmen. Nach Feierabend mehrmals in der Woche in der Sporthalle zu stehen, an den Wochenenden mit dem privaten Auto zu Auswärtsspielen zu fahren, um auf dem Sportplatz zu stehen, wollen viele nicht mehr. Lieber möchten sie flexibel und zeitlich ungebunden bleiben.

Befragungen zufolge halten die meisten Menschen freiwilliges Engagement und soziales Miteinander für eine funktionierende Gesellschaft für unabdingbar und auch sie möchten etwas für die Allgemeinheit tun. Langjährige Mitglieder, die sich im Verein engagieren, möchten häufig dem Verein zurückgeben, wovon sie viele Jahre profitiert haben, und damit

zu einem attraktiven Sportangebot beitragen. Andere möchten eigene Interessen verwirklichen und die soziale Anerkennung genießen. Sich im tus BERNE zu engagieren heißt auch, gute Beziehungen zu anderen Vereinsmitgliedern und Beschäftigten pflegen und deren Unterstützung erfahren zu können. Die sozialen Kontakte und das Netzwerk eines Sportvereins sind von unschätzbarem Wert, teilweise weit über den Sport hinaus. Zudem können eigene Kompetenzen eingebracht und erweitert werden.

Umso dramatischer ist es, dass sich viele Menschen ein Engagement im Ehrenamt schlichtweg nicht leisten können. Wenn sie Zeit für eine Tätigkeit aufbringen, muss diese dem Lebensunterhalt dienen. Auch hier werden die Sportvereine zum Umdenken gezwungen. Es finden sich heute kaum noch Menschen, die sich unentgeltlich im Sport engagieren. Für viele ist die Übungsleiter-/Trainertätigkeit der Hauptberuf oder bestenfalls ein Nebenjob. Das bedeutet für die Vereine immer höhere Kosten. Denn für jeden, der mehr als die Ehrenamtszuschale von zzt. 200€/Monat erhält, muss der Verein zusätzlich zum Gehalt, wie bei jedem Arbeitnehmer, Lohnnebenkosten abführen. Was sich in der Folge in den Vereinsbeiträgen niederschlägt. Um auch in Zukunft bestehen zu können, wollen wir attraktive Angebote machen und freuen uns über engagierte Mitstreiter.

Sie sind Übungsleiter und möchten eine neue Sportart im tus BERNE etablieren? Sie haben noch keine Lizenz, möchten sich aber gerne im Sport engagieren? Sie kennen jemanden, der für eine Sportart brennt, aber noch nicht weiß, wie er seine Leidenschaft weitergeben kann? Wenden Sie sich mit Ihren Ideen jederzeit an uns. Der tus BERNE ist offen für neue Angebote und prüft, inwieweit diese umgesetzt werden können und unterstützt Sie gerne dabei. In vielen Fällen fördern wir auch potentielle Übungsleiter und Trainer bei ihrer Aus-, Fort- und Weiterbildung. Sie möchten sich (noch) nicht langfristig festlegen? Macht nichts, gerne sprechen wir erst einmal über zeitlich begrenzte Kursangebote und sehen, wie sich das Angebot entwickelt. Es gibt viele Möglichkeiten – lassen Sie es uns ausprobieren!

Neues Mitglied in der Geschäftsstelle

Mit Finn-Ole Cornils begrüßt das Team der Geschäftsstelle seit dem 01. Oktober 2018 ein neues Mitglied in seinen Reihen. Der 19-Jährige wird in den kommenden drei Jahren die Praxisphasen seines dualen Studiums in unserer Geschäftsstelle absolvieren. Hierbei liegt der Fokus auf den Themen Marketing, Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsmanagement. Finn kommt selbst aus dem Fußballsport, ist aber im Allgemeinen sehr sportbegeistert. Er wird immer von Montag bis Mittwoch in der Geschäftsstelle anzutreffen sein. Gemeinsam mit ihm wollen wir das Sportangebot erweitern und die Mitgliederzahl erhöhen. Wir wünschen Finn viel Spaß und Erfolg!

Mitgliederwerbung

Nach wie vor aktuell sind unsere Aktionen *Schnuppermitgliedschaft* und *Mitglieder werben Mitglieder*.

➤ Schnuppermitgliedschaft

Für den Schnupperbeitrag von nur Euro 50,- (Kinder und Jugendliche bis 20 Jahre ermäßigt: Euro 35,-) kann man im tus BERNE alle Sportgruppen besuchen. Meldet Euch einfach an und schaut, was Euch am meisten Spaß macht.

Die Teilnehmerkarte bekommt Ihr in der tus BERNE-Geschäftsstelle (nur Barzahlung!) und sie berechtigt zur Teilnahme an den Übungseinheiten.

Wenn Ihr Euch nach drei Monaten noch nicht entschieden habt, gibt es die Option, noch einmal weitere drei Monate zu schnuppern, dann für einmalig Euro 60,- (ermäßigt Euro 40,-).

Damit es, wie immer im Sport, fair zugeht, gibt es natürlich auch ein paar Bedingungen. Zunächst bitte immer die Teilnehmerkarte mit zu jeder Einheit nehmen, es ist Euer Mitgliedsausweis. Auch ist es in der Schnupperzeit nicht möglich, Wettkämpfe zu bestreiten. Gruppen mit Aufnahmestopp bzw. Warteliste sind von dem Schnupperangebot ausgenommen. Welche das sind, erfahrt Ihr tagesaktuell unter www.tusberne.de. Genauso sind die Angebote im Rehabilitationssportbereich und zeitlich begrenzte Kurse ausgeschlossen.

Auch wenn das Jahr gerade erst beginnt, möchten wir Euch auf die Tennis-Sommeraktion sowie die Schnuppermitgliedschaft in unserer Tennisabteilung hinweisen, die immer gleich für ein ganzes Jahr gilt. Daher gilt das neue Angebot nicht für die Tennisabteilung.

➤ Mitglieder werben Mitglieder

Allen Vereinsmitgliedern, die ein neues Vereinsmitglied werben (Neuantrag auf Mitgliedschaft), wird ein Monats-Mitgliedsbeitrag gutgeschrieben. Gleiches gilt für das angeworbene Mitglied. Also der perfekte Zeitpunkt, sich gemeinsam zum Sport zu verabreden!

Sport- und Kulturzentrum Volkshaus Berne

Vor mehr als 15 Jahren wurde dem tus BERNE das Volkshaus Berne zur Nutzung überlassen. Finden dort überwiegend Sportstunden statt – eigene und die externer Anbieter – so können wir durch die Zusammenarbeit mit dem Kulturkreis Berner Schloss vermehrt kulturelle Angebote machen.

Im letzten Jahr hatten wir Christian Ehring zu Gast; der einzige Termin war binnen drei Tagen restlos ausverkauft.

Im November präsentierten Wide Range Irish Folk, ebenfalls ein ausverkauftes Konzert.

Die Resonanz auf die wohnortnahen Veranstaltungen ist so positiv, dass wir die Zusammenarbeit mit dem Kulturkreis weiter intensivieren werden und wir freuen uns, Euch für dieses Jahr wieder zwei hochkarätige Künstler ankündigen zu können: am 24. Mai wird Bidla Buh im Volkshaus auftreten und Wigald Boning wird gleich an zwei Tagen auf der Bühne zu sehen sein – am 13. und 14. September. Merkt euch die Termine bereits vor.

Alle weiteren Infos zu den Veranstaltungen und zum Vorverkauf folgen in den kommenden Blickpunkten, in unseren Schaukästen und auf unserer Internetseite.

Der Vorstand

BLICKPUNKT ONLINE

Der tus BERNE begrüßt den Onlineversand des Blickpunktes. Das spart Papier und Porto. Einfach eine kurze E-Mail an service@tusberne.de schicken.

Der Umwelt zuliebe!

GLASEREI & FENSTERBAU UTU

Verglasungen aller Art · Spiegel- und Bleiverglasungen
Ausführung von Silicon- und Bauanschlussfugen · Terrassenwände und
Fenstermontage

Torsten Uckermark Glasermeister

Uhlenbusch 19 · 22962 Siek/Meilsdorf

Tel. 04107/85 02 81 · Fax 04107/85 02 82 · Mobil: 0177-214 83 29

info@glaserei-utu.de · www.glaserei-utu.de

Hermann Töpper GmbH

**Bautischlerei · Fenster · Türen
Reparaturen · Einbruchssicherung**

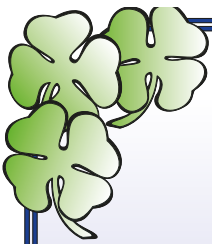
Am Stadtrand 94 – 98

22047 Hamburg / Wandsbek

Telefon: 040 – 688 79 54 0

Fax: 040 – 688 79 54 20

Email: info@toepper-gmbh.de



Wir gratulieren ...

... unseren Geburtstagskindern, die im Jahre 2018 **80 Jahre und älter** wurden und noch immer aktiv am Sportgeschehen teilnehmen bzw. die Geschehnisse des Vereins mit Interesse verfolgen:

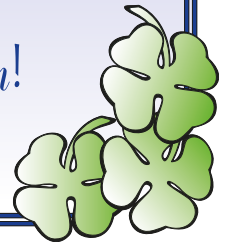
81 Jahre

Elfriede Hinsch

90 Jahre

Friedel Wigger

Herzlichen Glückwunsch!



Liebe Vereinsmitglieder,

die seit Mai 2018 geltende EU-Datenschutz-Grundverordnung ist auch für den tus BERNE die Rechtsgrundlage u.a. für Veröffentlichungen personenbezogener Daten. Wer ab dem nächsten Jahr in unseren Vereinsnachrichten genannt und beglückwünscht werden möchte, muss der Geschäftsstelle bitte bis zum 25. November 2019 sein schriftliches Einverständnis auf dem dafür erforderlichen Formular erteilen. Dieses ist erhältlich in der Geschäftsstelle oder auf unserer Internetseite www.tusberne.de unter dem Menüpunkt „Verein“.

Die Blickpunkt-Redaktion bedankt sich für das Verständnis und freut sich auf viele weitere Zuschriften!

BERNER



SCHLOSS

*feiern
tagen
heiraten*

Berner Allee 31a
22159 Hamburg,
Telefon: 644 106-0
Telefax: 644 106-66

www.berner-schloss.de



SHOP

Hier gibt es alles für die Sportler im tus BERNE
und Ihre Fans!

Auf viele Produkte können Logos, Namen oder
Nummern aufgedruckt werden.

tusberne.shoptextilien.de

**JETZT ANMELDEN UND
5€ GUTSCHEIN ERHALTEN!**





Elbadler in Freiheit

Voller Vorfreude packte ich zu Hause, eine Stunde bevor wir uns trafen, meine Tasche für das Wochenende in Schönhagen. Ein ganzes Wochenende hieß es Ausfahrt mit der Inline-Hockeytruppe. Nachdem das erste Auto schon unterwegs war, begab ich mich langsam zu unserem Treffpunkt. Zwei Stunden Autofahrt vergingen schneller als gedacht. Kurz nach sechs Uhr am Abend traf meine kleine Fahrgemeinschaft ein. Schnell brachten wir nur die Sachen auf die Zimmer und liefen hungrig zum üppigen Jugendherbergs-Abendessen.

Es war OK. Genau das, was wir erwartet hatten. Bis die letzte Fahrgemeinschaft ankam, hieß es Taschen auspacken und Betten beziehen. Das, was die meisten lästig fanden, war das Aus- und wieder Zusammenpacken. Aber ans Zusammenpacken mussten wir ja zum Glück erst mal noch nicht denken.

Wir hatten einen wirklich großen Gemeinschaftsraum ganz für uns alleine. Es lief Musik, alle quatschten fröhlich durcheinander und wir spielten Tischkicker, Tischtennis und Kartenspiele. Als endlich auch das letzte Auto ankam, ging der Coach zum offiziellen Teil unserer Reise über: Teambuilding.

Wir teilten uns in kleine Gruppen auf und jede Gruppe durfte am Wochenende eine Aktivität für die Anderen planen. Samstagmorgen sollte es losgehen. Leider war das Wetter auch nicht auf unserer Seite. Also hieß es, Regenjacke an und ab an den Strand. Wir spielten auf einer Wiese, die eher den Namen Acker verdiente, Fußball, bis alle bis auf die Knochen nass waren. Es ging zurück zur Herberge und trockene Kleidung musste her und etwas in den Magen. Beim Mittagessen schlossen wir Wetten ab. Nudeln mit Tomatensoße hat am Ende gewonnen, einfach und immer lecker. Alle bedienten sich reichlich, um bereit für die nächste Planungsgruppe zu sein. Nach einer kleinen Mittagspause trafen wir uns im Gemeinschaftsraum. Abgesprochen wurde das, was als Nächstes anstand. Das Wetter war wieder besser, also Volleyball im Sand.

Am Abend haben wir gegrillt, es wurde so reichlich auf den Grill geworfen, dass wir irgendwann alle komplett bewegungsunfähig waren. Der Gemeinschaftsraum war am Abend wieder gut geheizt für uns und die Musik lief schon. Wieder wurde Tischtennis und Karten gespielt. Wieder zu spät im Bett waren absolut alle von uns.

Am nächsten Morgen, dem letzten Tag, mussten wir aufräumen. Den ganzen Gemeinschaftsraum von absolut viel Sand befreien, die Betten abziehen, Taschen packen und Zimmer fegen. Als wir soweit alles fertig hatten, wurde der Coach nochmal hoch offiziell und hielt seine Abschiedsansprache. Es ging um die Heimfahrt und einen kleinen Rückblick des Wochenendes. Bevor die Ersten sich dann auf den Weg machten, spielten wir noch alle gemeinsamen etwas Fußball in der kleinen Sporthalle. Zum Mittag gab es Geschnetzeltes mit Reis. Die Ersten machten sich auf den Weg und langsam machte sich die bisher versteckte Erschöpfung breit. Alle kamen gut zu Hause an und schon heute wird die nächste Ausfahrt geplant.

EINLADUNG

Liebe Abteilungsmitglieder der Sparte **Inline Skating**, wir laden euch herzlich zu unserer Abteilungsversammlung ein. Diese findet statt
am **08. April 2019**, um **19:00 Uhr**,
im **Vereinszentrum** des tus BERNE
(Berner Allee 64a, 22159 Hamburg).

Hierzu könnt Ihr gerne Eure Eltern mitbringen!

Tagesordnung

- TOP 1** Begrüßung
- TOP 2** Rückblick auf 2018
- TOP 3** Kassenbericht
- TOP 4** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 5** Wahlen
- TOP 6** Termine 2019
- TOP 7** Sonstiges

Falls Ihr noch weitere Anliegen habt oder Euch zur Wahl aufstellen lassen wollt, könnt Ihr uns dies bis zum **30. März 2019** unter **v-foerster@web.de** zukommen lassen. Wir freuen uns auf viele Mitglieder, also kommt vorbei, schließlich geht es um Euch und nicht um uns.

Das schönste Spiel? Teamply!

LOTTO Hamburg fördert die TopSportVereine.



Mehr Informationen erhalten Sie unter: www.lotto-hh.de/sportfoerderung



Diabetes – Nordic-Walking-Gruppe

Laut Medienberichten ist Diabetes nach wie vor auf dem Vormarsch. In den Sportvereinen, zumindest in unserem, dem tus BERNE, schlägt sich das in keiner Weise nieder. Umso erfreulicher ist, dass wir im März 2018 einen Neuzugang verzeichnen konnten, der

- a) männlich
- b) schon 80 Jahre alt und
- c) auch regelmäßig dabei ist.

Dies zeigt doch, dass es keine Altersbegrenzung gibt, um etwas anzufangen, das der Gesundheit zugutekommt. Wir sind eine gute Truppe, die sich im Großen und Ganzen auch nicht vom Wetter beeinflussen lässt. Immer, na ja zu 98%, laufen wir draußen, haben wir doch gute Möglichkeiten mit Wald und Wasser, die Natur zu genießen. Dies baut auf und beeinflusst auch die Gesundheit positiv. Nur im Zimmer hocken bringt es wirklich nicht. Und auch, wenn man viel im Garten oder im Haus arbeitet und hin- und herhastet, ist es doch nicht die gezielte Bewegung, die beim Nordic-Walking



(oder strammes Gehen ohne Stöcke) erzielt wird. Diese Sportart setzt alle Muskeln und Gelenke gezielt in Bewegung und das tut dem Körper, dem Geist und

der Seele gut. Vor allem die Gemeinschaft der Gruppe mit Gesprächen und gemeinsamem Lachen ist sehr wichtig. Allein kann man sich nicht austauschen, über was auch immer, vor allem nicht über die eigene Krankheit, die man dann mit anderen teilt. Und gerade dies ist so wichtig!

Fazit: Denkt mal darüber nach, ob Ihr einen Hba1 Wert von 8 Komma irgendwas oder einen von 6,7 oder besser haben möchtet. Ihr werdet Euch mit einem geringeren Wert weit besser fühlen.

Wir treffen uns jeden Donnerstag um kurz vor 15:00 Uhr im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg, Seiteneingang.

Nach einigen Vorbereitungen, wie Blutzuckermessen und Vorgesprächen, laufen wir dann ca. eine Stunde. Danach wird wieder gemessen und gesprochen, somit sind wir dann so ca. 1 1/2 Stunden beisammen.

Kommt doch mal zum Schnuppern, das ist jederzeit möglich und wir freuen uns auf Euch.

Weitere Information könnt Ihr auch in der Geschäftsstelle des tus BERNE, Berner Allee 64a, 22159 Hamburg, Telefon (040) 60442880, bekommen.

Marlis aus der Diabetes Gruppe

ALBERT GEHRMANN BAUUNTERNEHMUNG GMBH

Maurermeisterbetrieb seit 1966

**Maurer-, Putz-, Beton- und
Reparaturarbeiten**

**Saseler Str. 51
22145 Hamburg**

**Telefon 040 / 679 91 02
Mobil 0172 / 408 75 04**

M·M·R·

Handwerksarbeit ist Vertrauenssache!

Malereibetrieb Michael Rieß

führt für Sie sämtliche Maler- u. Bodenbelagsarbeiten aus.

Brunnenkoppel 22 • 22041 Hamburg • Tel: 040 - 23 99 42 18



Aktiv im Norden

Mit dem tus BERNE im Norden unterwegs

„Aktiv im Norden“ heißt das Angebot des tus BERNE, das sich an unternehmungslustige Menschen richtet, egal ob Vereinsmitglied oder nicht. Vorherige Anmeldung in unserer Geschäftsstelle erforderlich.

Mittwoch, 09. Januar

Besuch des Schulmuseums

„Weißt du noch?“ So beginnen oft gemeinsame Erinnerungen an die eigene Schulzeit. Schule hat sich im Laufe der Jahre geändert. Wie sah es früher dort aus, etwa im Kaiserreich? Das Hamburger Schulmuseum bietet eine eindrucksvolle Darstellung dieser Epoche. Die Teilnehmer/-innen erleben anschaulich eine Schulstunde auf damalige Art.

Treffpunkt: um 8:30 Uhr U-Bhf. Berne (Haupteingang)

Kosten: tus BERNE-Mitglieder 12,- €
Nichtmitglieder 14,- €

Dienstag, 05. Februar

Besuch des Hamburger Genossenschafts-Museum

Die Geschichte der Genossenschaften wird hier in all ihrer

Vielfältigkeit dem Besucher/der Besucherin aufgezeigt. Der Schwerpunkt liegt jedoch bei den Konsumgenossenschaften. „PRO“ – früher in fast allen Hamburger Stadtteilen vertreten. Das Museum bietet Alltagsgeschichte unter verschiedenen Blickwinkeln. Es geht nicht nur um Lebensmittel, sondern auch um Wohnprojekte, Versicherungen, Bestattungsvereine.

Treffpunkt: um 13:00 Uhr U-Bhf. Berne (Haupteingang)

Kosten: tus BERNE-Mitglieder 6,- €
Nichtmitglieder 8,- €

Mittwoch, 06. März

Besuch der Kriminalpolizeilichen Beratungsstelle Hamburg

Die Zahl der Einbrüche in Hamburg bleibt bedauerlicherweise hoch – trotz verstärkter Bemühungen der Polizei. Den besten Schutz bietet immer noch die Vorbeugung. Die Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle berät umfassend, um Einbrüche abzuwehren und Schäden zu vermeiden.

Treffpunkt: um 10:00 Uhr U-Bhf. Berne (Haupteingang)

Kosten: tus BERNE-Mitglieder 6,- €
Nichtmitglieder 8,- €

Aufgaben Gedächtnistraining 2019

1. Quizfragen

- a. Ein Polier ist als Vorarbeiter tätig auf dem
Schiff
Bau
Rathaus
Gericht
- b. Früher war die Brieftaube ein schneller Postbote, heute ist sie sportliche Wettkämpferin. Häufig nennt man sie auch „... des kleinen Mannes“.
Flitzmaus
Vogeltorpedo
Flugkamel
Rennpferd
- c. Ein Kahlschlag ist
– ein kahl geschorener Kopf
– eine Finte im Boxsport
– eine abgeholzte Waldfläche
– ein abgeräumtes Buffet
- d. Welchen Ortsnamen gibt es in Deutschland nicht?
Linsengericht
Pausenhof
Lederhose
Winterberg

- e. Welche Tiere produzieren Honigtau?
Blattläuse Kakerlaken
Ameisen Bienen

2. Anagramm

Bilden Sie aus den Buchstaben des Wortes **-KALENDERBLÄTTER-** 25 neue Wörter. Sie dürfen die vorhandenen Buchstaben beliebig oft verwenden. Allerdings ist es nicht erlaubt, andere Buchstaben zu nehmen, also z. B. von den Vokalen nur A und E, kein I oder O oder U. Das gleiche gilt für die Konsonanten, also z.B. kein F, M, P usw.

3. Wortfindungen

Finden Sie für die am Anfang und Ende genannten Buchstaben jeweils ein Wort. Beispiel: ein Wort, das mit G beginnt und mit N endet: Gewinn

G	N
L	I
U	E
E	W
H	H
W	E
E	U
I	L
N	G

4. Wortfindungen

Finden Sie 10 Wörter, die mit „zwischen“ beginnen.

5. Kopfrechnen

Rechnen Sie im Kopf:
580 + 45
26.000 + 14.000
6.300 x 4
8.530 – 1.690
3.600 : 30
580 - 45
26.000 – 14.000
6.300 : 4
8.530 + 1.690
3.600 x 30

6. Scherzfragen

- a. Was läuft im Kreis und ist nicht rund?
b. Wer fliegt ohne Flügel?
c. Was wird nass beim Trocknen?
d. Welches Wasser kann nie gefrieren?
e. Was ist das: wenn man's braucht und hat es nicht sofort, braucht man's nie mehr?

Lösungen auf Seite 23



Liebe Tennisfreunde,

wesentlicher Charakterpunkt unseres Clubs ist ja nicht nur die toll gepflegte Anlage (Plätze und Clubhaus), sondern insbesondere die angenehme Clubatmosphäre und der sportlich-familiäre Umgang. Der Tennissport und unsere Mannschaften stehen dabei im Zentrum des gemeinsamen Miteinanders. In unregelmäßigen Abständen wollen wir an dieser Stelle einmal Mannschaften vorstellen, die den Club mit tollem Sport, Sympathie und Teamgeist ganz intensiv nach innen und außen repräsentieren.

Heute: „Damen 40“



Hintere Reihe: Sabrina Steppack, Maja Karsten, Katrin Wagner, Jeni Schlattermund, Petra Gebhart

Vordere Reihe: Anke Blesinger, Martina Wenning, Tina Streitberg (MF), Gertje Dixius-Klack

Eine der spielstärksten Damentteams im Club sind die Damen 40 um Spielführerin Kristina Streitberg. Erst 2016 fanden sieben Basisspielerinnen aus unterschiedlichen Top-Vereinen aus dem Alstertal den Weg zum tus BERNE. Und danach ging es – mit Spielerverstärkungen - bis in die Oberliga 2017/2018. Die Basis ist nicht nur die sportliche Klasse, sondern insbesondere die Chemie im Team, mit dem schon angesprochenen familiären Umgang im Club und untereinander. 2019 wird weiter um den Klassenerhalt gekämpft.

Wir drücken die Daumen und senden einen ‚Weiter so‘-Gruß des Vereins für einen in jeder Hinsicht gelungenen Auftritt für den tus BERNE!!!

30 Jahre Mannschaftsführerin mit Bravour!

Ein persönliches Dankeschön der Mannschaft an Ingeborg Wagner

Sich 30 Jahre als Mannschaftsführerin zur Verfügung gestellt zu haben, ist zu ehren, zu danken, zu bewundern. Es ist ihrem Charakter gemäß, Freundlichkeit und Gelassenheit auszustrahlen. Auch versäumte sie nicht, Vergessliche an Termine zu erinnern, und Zögernde forderte sie auf, die eigenen Stärken zu bedenken. Das „bürokratische Nebenher“ war mühelos für sie. Ausflüge, Weihnachtsessen waren für sie „Pflicht“.



Wegen der Freundschaft. Ausarbeitung: Ingeborg.

Es war für Dich selbstverständlich, dass dazu alle ehemaligen Mannschaftsspielerinnen angesprochen wurden, unsere „Ehrenmitglieder“. Du warst unsere „Anlaufstelle“, die regeln sollte...

Nicht immer einfach für Dich...

Liebe Ingeborg, wir alle müssen akzeptieren, dass Du nun abdanke als Führende. Jedoch bleibst Du als Spielerin und „guter Geist“ in unserer Mitte.

Wir freuen uns, Dich zu haben.

Deine dankbare Mannschaft.

fitxpress

Dein Sportclub für kurzes, effektives & persönliches Training

EMS-Training & Functional Fitness

Wir suchen ab jetzt wieder Studienteilnehmer

www.fitxpress.eu

MELANO MULTIFUNKTIONELLE FALTMARKISE – AUCH FÜR GROSSE FLÄCHEN

Autorisierter Premium-Partner

HORST SÖHL

ROLLADEN • MARKISEN • TERRASSENDÄCHER • FENSTER • TÜREN • ROLLTORE

Wir verwirklichen Ihre Träume ...

Wohldorfer Damm 12
22395 Hamburg

Tel.: 040 / 643 10 01
Fax: 040 / 645 23 31
info@soehl.net
www.soehl.net

KLAIBER MARKISEN

www.klaiber.de



EINLADUNG

zur Jahresmitgliederversammlung der Abteilung tus BERNE-Tennis 2019
am 22. März 2019, um 19:00 Uhr, im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64a

Tagesordnung

TOP 1 Bericht der Abteilungsleitung

- Mitgliederentwicklung
- Dachsanierung
- Wohnungsrenovierung/neue Tür
- Zugang Besprechungsraum
- Gastronomievertrag
- bisherige Erfahrungen/Kritik/Ausblick im Gastronomiebetrieb
- neues Gartenhaus für Eckbert
- Zaunbegradigung
- Asphaltentfernung/Aufwärmrasenplatz
- Gastspielerregelung
- Sommerferienaktion

- Finanzen
- Sportliche Highlights 2018/2019
- Jugendarbeit 2018/2019

TOP 2 Bericht der Kassenprüfer

TOP 3 Entlastung der Mitglieder der Abteilungsleitung

TOP 4 Wahl der Kassenprüfer

TOP 5 Wahl 1. Vorsitzender/ Protokollführer

TOP 6 Diskussion/Beschlussfassung über vorliegende Anträge

TOP 7 Sonstiges

Anträge zur HV sind schriftlich spätestens drei Wochen vor HV-Termin bei der Abteilungsleitung einzureichen.

Abteilungsleitung Uwe Zierau



Fußball



Volleyball

Flaschendeckel für neue Stützen

Als bester Verein aus dem Hamburger Fußball-Verband gewann unsere Fußballabteilung bei einem Gewinnspiel der Coca-Cola Company. Einen entscheidenden Anteil hatte vor allem der Spieler Nils Jostarndt, der für die 2008er aktiv ist. Der E-Jugendliche sammelte hierbei besonders viele Flaschendeckel und trug somit entscheidend zum Erfolg des Vereins bei.

Für das Gewinnspiel waren in den Deckeln von Cola-Flaschen Zahlencodes platziert worden. Diese konnten Online eingegeben und einem bestimmten Verein zugeordnet werden. Je mehr Codes eingegeben wurden, desto besser. Hierbei belegte der tus BERNE mit ca. 8.500 Deckeln deutschlandweit den 131. und in Hamburg den 1. Platz bei insgesamt 16.391 angemeldeten Vereinen.

Genauso wie auf dem Feld, wo er, nach Aussage seines Trainers, keinen Zweikampf scheut und stets alles gibt, hatte Nils zielstrebig zahlreiche Flaschendeckel untersucht und sein Team somit zum Sieg innerhalb des Landesverbandes geführt.

Als Preis bekam der tus BERNE einen Gutschein von „eleven teamsports“ im Wert von 400 €. Hiervon durften Nils' Mannschaften, die in der Herbstrunde den zweiten (1.E) und den dritten (2.E) Platz erreichen konnten, 200 € selber verwenden, weshalb sich die Nachwuchskicker nun über neue Stützen freuen durften. Den Rest des Geldes nutzte die Fußballabteilung, um ihren Trainingsmaterialbestand zu erweitern.

NEUES DAMENTEAM



Bist Du über 16 Jahre alt und hast mega LUST auf Volleyball? Dann bist Du genau richtig hier. Wir wollen ein weiteres Damenteam eröffnen und suchen hierfür Spielerinnen mit oder ohne Erfahrung.



Bist Du ein erfahrener Trainer, bzw. eine erfahrene Trainerin oder Volleyballer/-in und hast Lust und Zeit ein neues Damenteam zu trainieren, dann bist auch Du genau richtig hier.



Trainingszeit ist erstmal Freitags
20 - 22 Uhr in der Halle:
Sporthalle Erich Kästner Schule,
Hermelinweg 10, 22159 Hamburg.
(Zweimal die Woche ist in Planung.)

Bei Interesse meldet Euch bei:
frank.niewerth62@gmail.com



Nachruf auf Werner Krause, der im Sommer 2018 verstorben ist:

Wer als Jugendlicher zwischen 1975 und 2011 die Badmintonhalle des tus BERNE in der Kaminer Straße zum ersten Mal betrat, wurde meist von einem kleineren Mann in einem Trainingsanzug von Puma (Farben orange und schwarz) mit den Worten „Ich bin Werner!“ begrüßt. Anschließend forderte Werner den Neuling zum Federballspielen auf. Das war der erste Test und das weite Hin- und Herschlagen des Federballes mit Werner war deutlich anstrengender als im Garten. Lief diese Probe gut, dann hatte man das Gefühl, in der Jugendabteilung des tus BERNE willkommen zu sein. So oder so ähnlich mag der Einstieg für viele Jugendliche damals mit Werner verlaufen sein, der jeden Mittwoch und Freitag das Training leitete. Er bastelte an den Mannschaftsaufstellungen und begleitete seine Teams zu Punktspielen.

Fanden Ranglistenturniere statt, dann unterstützte Werner seine Schützlinge als geduldiger Betreuer vor Ort bis zum letzten Spiel.

Wer Werner zu Hause besuchte, dem wurde schnell klar, dass er neben dem Sport ein großer Fan von klassischer Musik war. Vielfach hatte er von einem Werk verschiedene Interpreten und waren alte Schallplatten übrig, dann verschenkte er diese und erweckte so bei manchem Jugendlichen das Interesse an klassischen Komponisten. Lieber Werner, für Dein jahrelanges, außergewöhnliches Engagement in der Schüler- und Jugendarbeit sei an Dich ein ganz herzlicher Dank vom Verein ausgesprochen. Deinen Namen werden viele Spielerinnen und Spieler mit der Badmintonabteilung des tus BERNE für immer sehr eng verbinden.

Dirk Thiedemann



Tanzgruppe Zugvogel

„Zum Tanze da ging ein Mädle mit güldenem Band ...“, so oder so ähnlich sang und tanzte die Tanzgruppe „Zugvogel“, Abteilung Folklore, am 30. September zum Erntedankfest im Museumsdorf Volksdorf. Geboten wurden Tänze zum Zuschauen, dieses Mal auch zwei Tänze aus Süddeutschland (Ländler), aber auch Mitmachtänze für Groß und Klein. So war für jeden etwas dabei. Die „Dorfmusikanten“ des Museumsdorfs Volksdorf begleiteten dabei nicht nur live einige Tänze, sondern auch das gemeinsame Singen.

Es war der Abschluss einer Reihe von drei Auftritten des Zugvogels im Museumsdorf Volksdorf in diesem Jahr.

Zuvor begleitete die Gruppe das Aufstellen des Maibaums am 30. April mit einem Bändertanz. Die Tänzerinnen und Tänzer umtanzten den aufgestellten Baum, in der Hand bunte Bänder, die am anderen Ende am Baum festgebunden waren. Ein Vertanzen ist hierbei besonders auffällig, ergibt es doch einen nicht zu übersehenden Webfehler hoch oben am Baum. Am Ende war es aber ein schönes und fehlerfreies Flechtwerk am Baum, der Applaus am Schluss war riesig.



„Beim Bändertanz“

Am 24. Juni, zum Gewerketag „Johannishöhe“ im Museumsdorf Volksdorf, zeigte der Zugvogel ein ausführliches Programm mit bekannten Tän-

zen wie den „Jägerneuer“, die „Geestländer Quadrille“, den „Bohnenpott“, den „Rüpeltanz“ und den „Krüz-König“. Bei der „Sternpolka“ waren die Erwachsenen zum Mittanzen eingeladen, beim „Siebensprung“ die Kinder. Wer nicht tanzen mochte, konnte bei verschiedenen bekannten Liedern, auch hier begleitet von den Dorfmusikanten, seine Stimmbänder trainieren.

Wenn Sie Lust bekommen haben, einmal selbst Folklore zu tanzen:

Die Folkloretanzgruppe des Zugvogels hat eine Trainingszeit für Jedermann mit Folkloretänzen aus aller Welt immer dienstags von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6. Ein Tanzpartner oder Kostüm ist nicht notwendig. Schnuppern Sie gerne herein!

Sie können uns aber auch vorher hier besuchen:

www.zugvogel-tanz.de



„Der Böhmerwald-Ländler“

Blaue Seiten



Termin!
Merken, bevor
es zu spät ist!



Zu spät...
Der Blick
zuRück

JA auf Reisen!



Urlaub!
Der JA
auf Reisen

Jugendausschuss



sports, fun and more...

13. Hamburger Kinder-Olympiade



Am Sonntagmorgen, dem 16.09.2018, fanden 33 Kinder den Weg in die Mehrzweckhalle des tus BERNE und haben unter Anfeuerung ihrer Eltern und den Betreuern des Jugendausschusses den Parcours der Hamburger Kinderolympiade durchlaufen.

Vier Kinder starteten außer Konkurrenz, da sie entweder noch zu jung oder schon zu alt waren. Die jeweils schnellsten Mädchen und Jungen der drei Doppeljahrgänge von 2008 bis 2013 haben sich für das große Finale am 23.09.2018 in der Leichtathletikhalle qualifiziert.

Bevor die Kinder den Parcours durchlaufen konnten, wurden alle Sportler und Zuschauer vom Innensenator begrüßt und mussten für den NDR ein „Guten Abend, Hamburg“ in die Kamera rufen.

Neben dem Parcours und einem Staffellauf in sechs Teams gab es in der Halle auch in diesem Jahr wieder ein buntes Programm für die ganze Familie mit Kistenklettern, Hüpfburg und zwei tollen kleinen Shows.

Wir hoffen, es hatten alle wieder so viel Spaß wie wir und freuen sich schon auf die 14. Hamburger Kinder-Olympiade 2019!

Eure JA'ler



Ganz ohne
Anmeldung!!!

Fasching



Der JA möchte mit Dir Fasching feiern.

Wann? Sonntag, 24. Februar 2019 von 14 bis 16 Uhr

Wo? In der Mehrzweckhalle des tus BERNE-Vereinszentrums

Schnapp Dir Deine Freunde, ein buntes Kostüm und kommt vorbei.

Wir wollen lustige Spiele spielen, das leckere Süßigkeitenbuffet plündern
und natürlich einen Preis für das tollste Kostüm vergeben.

Wir freuen uns auf Dich!

Eure JA'ler

Rückblick Halloweenfeier

Jedes Jahr, und somit auch letztes, treffen sich zu
Halloween alle Gespenster, Geister, Hexen und Monster.

Alles, was gruselig ist, hat sich in der Mehrzweckhalle
des tus BERNE getroffen, um zu tanzen, Spiele zu spie-
len, das Buffet zu plündern und durch die Halle zu laufen.

Es ging einfach nur darum, eine gruselige Zeit voller Spaß und Spannung zu
haben.

Wir finden, das habt Ihr alle sehr gut hinbekommen.

Wir hatten sehr viel Spaß und freuen uns schon auf das nächste Jahr!

Eure JA'ler



JA-Lender 2019

24. Februar	JHV + Fasching
24. März	JA räumt auf
30. Mai - 02. Juni	Wochenende 1
30. August - 01. September	Wochenende 2
07. + 08. September	Kinderolympiade
22. September	Kinderolympiade-Finale
19. Oktober	Laternenumzug
31. Oktober	Halloweenparty
07. Dezember	Weihnachtsparty



Trainerwechsel

Wie heißt es so schön: „In jedem Wechsel liegt ein neuer Anfang.“

Doch der Abschied von Swantje Fuchs hinterließ erst einmal ein großes Fragezeichen. Wer übernimmt die Stunden?

Aus beruflichen Gründen hat Swantje nach 15 Jahren ihre Tätigkeit in unserer Abteilung aufgeben müssen. In diesen Jahren hat sie durch Kurse im Walking und Nordic Walking, Rückengymnastik und Bewegungsangebote für Ältere neue Mitglieder für unseren Verein gewinnen können. Ihre fröhliche, den Menschen zugewandte Art und ihre sportliche Kompetenz hat alle begeistert. Besonders ihre Kreativität im Finden neuer Begriffe für diverse Bewegungsabläufe hat für eine lockere Atmosphäre gesorgt. Doch wie geht es weiter?

Zu unserem Glück haben wir eine Übungsleiterin, Birgit Gräßner, die auch in dem Bereich, wie Swantje, schon bei uns arbeitet. Sie bietet jetzt mittwochs im Volkshaus und freitags (Zeiten siehe nächster Artikel, von Birgit) in der Mehrzweckhalle eine Stunde Rückengymnastik an. Es wird etwas dauern, bis sich die Veränderungen eingependelt haben. Aber in jedem Wechsel liegt ein neuer Anfang. Also packen wir es an.

Die Abteilung bedankt sich noch einmal bei Swantje Fuchs für die geleistete Arbeit und wünscht ihr Erfolg in ihrem Beruf. Birgit gilt unser Dank, dass sie sich bereit erklärt hat, weitere Stunden zu unterrichten.

R. Pf.

Birgit Gräßner übernimmt Swantjes Gruppen

Zum 1. November 2018 habe ich die Gruppen von Swantje Fuchs übernommen. Allen „Neuen“ möchte ich nochmals ein herzliches Willkommen sagen. Durch die Übernahme der Teilnehmer in bereits bestehende Gruppen haben sich neben der neuen Einteilung auch die Anfangszeiten und die Bezeichnungen der Gruppen etwas geändert.

MITTWOCH findet der Unterricht im **Volkshaus im Spiegel-saal** statt:

1. Gruppe von 9:15 – 10:15 Uhr „Wirbelsäulengymnastik für Frauen“
2. Gruppe von 10:30 – 11:30 Uhr „Rücken + Beweglichkeitstraining“

FREITAG findet der Unterricht in der **Mehrzweckhalle im Vereinszentrum** statt:

1. Gruppe von 9:00 – 10:00 Uhr „Rückenfit für Ältere“
2. Gruppe von 10:15 – 11:15 Uhr „Fitness am Freitag 60+“

Bis auf die Gruppe „Fitness am Freitag 60+“ gehören alle Gruppen in den Bereich der Wirbelsäulengymnastik. Falls ihr noch Fragen zur Einteilung habt, dann sprecht mich gerne an, damit jeder „seinen“ Platz in der richtigen Gruppe findet.

Birgit Gräßner



WASSERMASSEGE
HYDROJET



Jumping
SPINNING



SONDERAKTION

FÜR MITGLIEDER VON TUS BERNE

Nachweis Mitgliedschaft erforderlich !

FITNESS & WELLNESS FÜR 34 €

(pro Monat bei einer Mitgliedschaft von 1 Jahr)

Aufnahmegebühr:

0€ STATT ~~9€~~







EXTRA
DAMEN
SAUNA
BEREICH

FITNESS
SQUASH
WELLNESS

SPORT & SPA

BRAMFELD

ÜBER
100
KURSE IM
MONAT!

SO FINDEN SIE UNS:



SPORT & SPA
Berner Chaussee 10
22175 Hamburg-Bramfeld
info@sportandspa.de
www.sportandspa.de



Fitness- und Funktionsgymnastik für Sie + Ihn

Wir sind eine fröhliche Sportgruppe, die viel Spaß an Bewegung hat.

Jeden Mittwoch treffen wir uns in der Sporthalle Karlshöhe. Da diese bis Ende des Jahres saniert wurde, trainierten wir mit unserer Übungsleiterin Birgit Schacht in der Halle am Hasenweg.

Da der Sommer so schön war, hatten wir das Glück, dass Birgit mit uns draußen Sport machen konnte. Matten auf den Rasen und los ging es mit der Funktionsgymnastik. Trotz einiger Mücken ein großer Spaß!

Wir vermissen unsere alte Übungsleiterin, aber freuen uns, dass Birgit so gut in unserer Gruppe angekommen ist und

danken ihr für die Übernahme der Gruppe – auch wenn sie uns jetzt schon wieder verlässt. Ihre Nachfolgerin dürfen wir bereits im November kennen lernen, wir werden gut miteinander auskommen. So freuen wir uns jetzt auf die Stunden mit Ulrike und hoffen, dass sie lange mit uns Sport treiben wird.

Andrea



Notiz:

Freie Plätze in der Wirbelsäulen-Gymnastikgruppe mit Christina

In dieser Stunde wird mit speziellen Übungen die Rückenmuskulatur gestärkt und die Gelenke werden mobilisiert. Eine wohltuende Entspannung rundet die Stunde ab.

Mittwochs: 18:45-19:45 Uhr im Volkshaus Berne (Spiegelsaal), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Anmeldung bitte in der Geschäftsstelle des tus BERNE.



19 Frauen im November auf Tour: zum Fitness und Wellness an die schöne Ostsee nach Timmendorf

In diesem Jahr haben wir mal was Neues gewagt... Birgit Gräßner und ich haben die Gruppe von 17 Frauen im Alter zwischen Mitte Dreißig bis Mitte Achtzig selber angeleitet. Bisher hatten wir immer einen Trainer oder eine Trainerin über den Verband Turnen und Freizeit. Wir hatten zusammen ein abwechslungsreiches Programm vorbereitet mit und ohne Geräten: Rücken- und Wassergymnastik, Walking und auch die Entspannungseinheiten am Ende der Stunden durften natürlich nicht fehlen. Dieses Jahr gab es sogar eine gute halbe Stunde mit einer Klangschale, auch Fuß- und Handmassage waren neu im Angebot. Fazit der Teilnehmerinnen: das war super, gerne wieder oder auch im jährlichen Wechsel mit einem VTF-Trainer! Mal sehen, was wir zukünftig daraus machen. Jedenfalls haben wir alle Lust, uns auch im nächsten Jahr wieder zusammenzufinden.

Das Wochenende 8.-10. November 2019 ist entschieden, nur das Hotel noch nicht gefunden, aber gerne wollen wir wieder ans Wasser der Nord- oder Ostsee.

Gabi Köster

VTF-Gruppen-Fitnesswochenende in Travemünde

Jedes Jahr im Oktober überprüfen wir „freiwillig“ unsere Kondition.

Diesmal bei einem Soft Functional-Training. Kraftübungen mit dem eigenem Körper, Ausdauer, Geschicklichkeit, Balance – **SOFT ?** Davon hat man nicht so viel gemerkt. Gefordert wurden wir auch sehr bei dem Outdoortraining; Laufen über und unter Hindernissen, balancieren über Seile.

Unsere Gruppe, meist 20 Frauen, hatte dabei aber so viel Energie und Spaß, dass der nachfolgende Muskelkater mit einem Lächeln in Kauf genommen wurde.

Und **SOFT ?** Das konnten wir bei der Entspannung genießen, aber ganz besonders bei der Frühgymnastik am Strand mit der aufgehenden Sonne! Vielen Dank, Carsten! Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr – beim Sport-Wochenende mit neuen Übungen und viel Freude!

Susanne





KURSE

„DRUMS ALIVE“

Man nehme: zwei Trommelstöcke, einen großen Gymnastikball und Musik. Musik und Rhythmus durchströmen unseren Körper und sind gut für den Körper, den Geist, die Seele und lösen Verspannungen. Der menschliche Organismus reagiert auf Schwingungen und Frequenzen, das ist nicht nur positiv für den Atemrhythmus und die Herzfrequenz. Mit Stäben trommeln, rhythmisch und mit viel Spaß am Gymnastikball sich bewegen – das ist eine völlig neue Bewegungserfahrung, die für jedes Alter geeignet ist.

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Spiegelsaal), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Kurstermin 01.02.2019 - 22.02.2019
freitags, 16:00 - 17:00 Uhr

Kursgebühr Euro 15,- Vereinsmitglieder
Euro 30,- Gäste

Kursleitung: Susann Erichsen

Qi Gong zum Kennen lernen

Qi Gong ist eine jahrtausende alte Heilmethode aus China. Während dieses sechswöchigen Kurses werden leicht erlernbare Übungsreihen aus dem medizinischen Qi Gong vermittelt, die sich positiv auf die Gesundheit auswirken. Durch regelmäßige Übungspraxis helfen die Übungen, Gesundheit und Lebensqualität zu verbessern, was Voraussetzung für ein langes und glückliches Leben ist. Die fließenden Bewegungen führen zu innerer Ruhe und Entspannung. Gesundheit und Heilung werden aktiviert, Blockaden gelöst und Stress abgebaut. Dadurch wird mehr Energie und Lebensfreude zurückgewonnen. Und die Übungen machen einfach Spaß!

Veranstaltungsort Volkshaus Berne (Versammlungsraum), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Kurstermin 18.02.2019 - 08.04.2019
(nicht in den Ferien)
montags, 10:00 - 11:30 Uhr

Kursgebühr Euro 50,- Vereinsmitglieder
Euro 72,- Gäste

Kursleitung: Birgit Schacht

Yoga und Entspannung

Bei dem zehnwöchigen Kurs kann man diese fernöstliche Bewegungsart kennen lernen. Mit den Übungen werden Kraft, Flexibilität, Gleichgewichtssinn und Muskelausdauer trainiert. Durch die Aktivierung der Muskeln, Sehnen und Bänder wird die Durchblutung angeregt. Die Rückenmuskulatur wird gekräftigt und dadurch eine bessere Körperhaltung unterstützt.

Auch Atemübungen und Meditation sind Inhalte einer Stunde.

Yoga hat eine beruhigende, ausgleichende Wirkung und hilft Stress abzubauen.

Der Kurs ist geeignet für Jugendliche ab etwa 16 Jahre und Erwachsene.

Bitte eine Decke und etwas zum Trinken, am besten Wasser, mitbringen.

Veranstaltungsort Sport- und Kulturzentrum Volkshaus Berne (Versammlungsraum), Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Kurstermin 29.01.2019 - 16.04.2019
(nicht in den Ferien)
dienstags, 10:00 - 11:00 Uhr

Kursgebühr Euro 65,- Vereinsmitglieder
Euro 90,- Gäste

Kursleitung: Daljit Singh Sidhu

Für unsere Kurse ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.



Deutsches Sportabzeichen 2018



Ein super Sommer – trotz der Wärme haben insgesamt 40 Teilnehmer auf dem Sportplatz am Schierenberg mit Martin für das Sportabzeichen trainiert. Drei Teilnehmer erzielten Teilprüfungen für ihren weiteren beruflichen Werdegang, z.B. beim Zoll oder der Bundeswehr.

26 Teilnehmer trafen sich im November zu einem gemütlichen Beisammensein, wo Martin dann mit einer launigen Rede jedem seine Urkunde übergab. Bei den Kindern war die Freude besonders groß. Geehrt wurde auch Martin mit dem nachstehenden Gedicht:

Wer ist das?

Montags kommt uns nichts dazwischen,
wenn wir auf den Sportplatz müssen.

Immer wenn das Jahr sich neigt,
sich bald die Sonne zeigt

und die Tage wieder länger werden,
zieht es uns in großen Herden,

ab April raus auf zu ihm,
in den Sportklamotten geht es hin.

Er ist da, das wissen wir.
Das spornt uns an, deshalb sind wir hier.

Mit Aufwärmen geht es dann los,
auch darin ist er ganz groß.

Da wird gerannt und auch gelaufen,
manchmal gelacht, bis wir schon schnaufen

und zum Schluss wird noch gedehnt,
das hat noch keiner abgelehnt.

Wir lassen uns von ihm motivieren,
und sei es auch auf allen Vieren,

so ziehen wir bedächtig unsere Bahnen
und beim Start kann man nur erahnen,

welche Zeit wir diesmal rennen,
doch er lässt es uns erkennen.

Wir haben alle großen Spaß.
Ja, dafür geben wir richtig Gas.

Er hält uns alle fest zusammen,
lässt uns montags mit seinen Tipps entflammen.

Bei jeder Disziplin
weiß er, wie man kriegt sie hin:

So kommt es auf die Technik an,
damit es mit dem Schleuderball klappen kann.

Die Kugel ist nicht immer unser Fall,
aber auch das ist ihm nicht egal.

Er zeigt uns, wie es richtig geht
und wo man mit den Füßen steht.

Auch beim Weitsprung spornt er uns an,
denn wenn man dabei abschalten kann

und sich kräftig motiviert,
man sich auch hierbei nicht blamiert.

Seilspringen ist nicht Jedermanns Disziplin,
zum Glück kriegt man das Ganze auch ohne hin.

Sogar im Schwimmbad treibt er uns an,
da muss man zeigen, dass man es kann.

Denn auch beim Paddeln oder Schwimmen
müssen die vor gegeb'nen Zeiten stimmen.

Von wem hab ich jetzt gesprochen,
wer hat all dies denn nur verbochen?

Zu wem zieht es uns montags hin?
Das ist doch klar: Martin!

Wir danken Dir für Deine Treue
und freuen uns schon jetzt aufs Neue,

wenn es im nächsten Jahr geht los,
doch bis dahin, was machen wir denn bloß?

Wir essen unsre Currywurst
Und prost – ich hab jetzt Durst.

U. – Nov. 2018



Freie Plätze bei den Krabbelkäfern

Du kannst schon krabbeln oder fängst gerade an zu laufen? Dann bist du in unserer Krabbelkäfer-Gruppe am Mittwoch herzlich willkommen! **Es gibt wieder freie Plätze!** Du beginnst gerade deine Welt krabbelnd zu entdecken oder wagst schon deine ersten Schritte. Komm doch mal mit Mama oder Papa, Oma oder Opa in unsere **Mehrzweckhalle im tus BERNE-Vereinszentrum, mittwochs, von 9:15-10:00 Uhr.**

Bei ausreichender Anmeldezahl kann auch wieder eine zweite Gruppe direkt im Anschluss, um 10:00 Uhr stattfinden.

Kinderturnsonntag 2018

Es war voll, super voll! 115 Kinder plus Eltern und Großeltern kamen zum diesjährigen Kinderturnsonntag am 11.11. in die kleine Schierenberghalle. Es wurde gehüpft, gesprungen, geschwungen, geklettert, gesungen und gelacht. Auch unsere kleinen tus BERNE-Balletttänzerinnen waren dabei und haben mit einer schönen Aufführung das Programm bereichert (Danke an dieser Stelle nochmals)!

Zudem gab es in diesem Jahr die sog. „Purzelbaumchallenge“: bei uns wurden stolze 296 Kinder-Purzelbäume und 47 Erwachsenen-Purzelbäume geturnt. Insgesamt wurde deutschlandweit für diese Aktion des DTB „gepurzelt“, um das Ziel, „einmal um die Welt purzeln“, zu erreichen.

Ein großes Dankeschön geht an alle diesjährigen, fleißigen Helfer vor und hinter den Kulissen!



Fotos: Anja Jorré



Foto: Anja Jorré



Fotos: Anja Jorré



Wochenwanderung 2018

Schon mal gesehen oder gelesen? Ein endlos langes Wort, dahinter in (xyz) drei oder vier Buchstaben, die dann im weiteren Text immer auftauchen, wenn eigentlich das Wort erscheinen sollte? – Aber ohne Klammer/Klammer und drei Buchstaben wird die Zeitung natürlich zu umfangreich – also (xyz)!

Was in einer Tageszeitung oder Wochenzeitschrift geht, geht auch im Blickpunkt! Die (WG) des (s + w) fährt zu (W + W), wandert in der (BH), sammelt (P +P) – und das Ganze im (HF).

Oh! – Da ist was schief gelaufen! Tut mir leid! – Hier die „Langwörter-Variante: Wandergruppe – ski + wandern – Werner und Wally – Brandts Heide – Pilze und Pflaumen – Hohen Fläming!

Und am Ende liefert dann Regina ein schönes Ergebnis! Unser Eintrag ins Gästebuch:

Wandern im Hohen Fläming (nach der Melodie: Und da gang i an Peters Brünnele)

Alle Jahre im September zieht's tus BERNE in die Welt hinaus, denn sie fahren dann zum Wandern, die Woche später wieder nach Haus. (Refrain)

Jeserig im Hohen Fläming war in diesem Jahr das Ziel. In den großen weiten Wäldern gibt's der Wege so viel.

Durch das Labyrinth uns führte Werner Rudolph mit sich'rem Schritt. Ihm zur Seite sein Hund Wally, wir dahinter alle mit.

Alte Bäume, stille Ecken, Schwarzstorch's Heimat und des Specht's, Wildschwein's Spuren und auch die vom

Wolf.

Die einen Freunde, die anderen schlecht.

Im Hause waltet Werners Birgitt, liebt Gerichte heimischer Kost. Fröhliche Hände entsteinen Pflaumen, dann der Kuchen, eine Lust.

Ganz besonders suchte Werner einen Pilz der besonderen Art. Krause Glucke ist der Name, auf dem Teller abends liegt er parat!

Eine ganz besondere Sache passierte Mittwoch – Mittagszeit, Pause an der Borner Mühle, Birgitt und Pique-Nique standen bereit!

So gab's vieles zu berichten von den schönen Tagen hier. Ungezwungen ist der Umgang, freundlich, herzlich, familiär!



beim Entkernen von *prunus domestica*



Krause Glucke (*sparassis crispa*)



gefunden!

Gut und sicher wohnen – in genossenschaftlicher Gemeinschaft

**Gartenstadt
Hamburg eG**

WOHNUNGSGENOSSENSCHAFT

Berner Allee 31a (Berner Schloss) • 22159 Hamburg
Tel.: 644 106-0 • Fax: 644 106-66 • e-mail info@gartenstadt-hamburg.de
Aktuelle Wohnungsangebote unter: www.gartenstadt-hamburg.de



Rückschau 2018

Das **Jahr 2018** war für die Mitglieder der Ski- und Wanderabteilung des tus BERNE wieder sehr ereignisreich:

Wir hatten immer sehr schöne Tageswanderungen bei durchweg gutem Wetter. Die letzten Wanderungen führten uns weiter auf dem Stormarn-Fernwanderweg von Lauenburg über das Billetal und den Sachsenwald bis nach Ahrensböök. Pro Tagesabschnitt immer ca. 15 km Wanderstrecke.

Die Tageswanderung im Dezember ist immer etwas Besonderes: Es ging zum Wandern in die östliche Lüneburger Heide mit anschließendem adventlichen Ausklang bei Kaffee und Kuchen in Dahlenburg (zwischen Lüneburg und Dannenberg an der Elbe gelegen) im Orchideencafé.

Die September-Wochenwanderung in den Hohen Fläming (südwestlich von Potsdam gelegen), Hotel Brandtsheide in Jeserig mit dem Wanderhund Wally sowie die Wochenendwanderungen mit Unterkunft in den Jugendherbergen Glückstadt (Juni) und Ratzeburg (August) waren alle Drei ein Erfolg.

Besonders zu erwähnen ist im Juli auch die sehr gut organisierte Radtour von Berne zum Hof Wulfsdorf und die parallel dazu stattgefundenen Fußwanderung von Heimfeld nach Finkenwerder.

Es bleibt noch festzuhalten, dass zwei organisatorische Themen etwas intensiver diskutiert wurden:

1. Der Start der Tageswanderung bleibt bei 08:00 Uhr. Ein 9-Uhr-Start würde bedeuten, dass wir mehr in der heißen Mittags- und Nachmittagszeit wandern würden und dass wir am Nachmittag statt um 17:00 bis 18:00 Uhr dann erst um 18:00 bis 19:00 Uhr wieder zu Hause sein würden.
2. Die Regelung mit dem Bus bleibt: Januar, Februar, März ohne Bus mit dem Öffentlichen Personen-Nahverkehr (ÖPNV), ebenso im Juli bei der Radtour. Es ist zwar reizvoll, auch in den Wintermonaten einen geheizten Bus dabei zu haben, aber die Beteiligung zur kalten Jahreszeit ist etwas geringer und eine Kostenunterdeckung dann noch wahrscheinlicher.

Vorschau 2019

Auch dieses Jahr wird wieder ereignisreich sein. Hier die Vor-



schau:

Die Tageswanderungen im Januar, Februar und März werden mit dem ÖPNV auf dem sogenannten Grünen Ring um und in Hamburg stattfinden. Geplant sind die drei reizvollen Strecken von Ohlsdorf nach Jenfeld, von Jenfeld zur S-Bahn Mittlerer Landweg und von Fuhlsbüttel-Nord nach Volksdorf. Ab April geht es dann wieder mit dem eigenen Bus auf dem Stormarnweg weiter bis nach Lübeck. Von August bis November wandern wir dann auf dem Schlei-Eider-Elbe-Fernwanderweg in Richtung Schleswig. Alle Tageswanderungen bis ca. 15 km mit Teilabschnitten zum Aussteigen.

Die Juli-Tageswanderung teilt sich wieder: Die Radwanderer radeln zum Arboretum bei Tornesch. Die Fußwanderer gehen zum Energieberg Georgswerder sowie weiter zum Inselpark Wilhelmsburg.

Das Wanderwochenende im Juni soll wieder in eine Jugendherberge gehen.

Für die Wanderwoche im September ist das Wandergebiet „Ruppiner Land“ (nordwestlich von Berlin gelegen) geplant. Ein Gebiet, welches wegen seiner schönen Landschaft schon von den Adeligen der Kaiserzeit ebenso geschätzt wurde wie auch von NS- bzw. später DDR-Größen. In der Kurzbeschreibung heißt es: Es erwarten Sie ausgedehnte Urlandschaften, die mitten in Europa niemand erwarten würde, schilfgesäumte Ufer, Seerosenteiche und Sümpfe, abwechslungsreiche Moränengebiete, Heideland und urige Buchen- und Kiefernwälder. Weiteres im März.

Sonstige Schwerpunkte aus der Abteilung

40. Jubiläum

Und hier noch etwas Besonderes: Die Abteilung besteht am 28.11.2019 vierzig Jahre. Dies ist nach Meinung aller Mitglieder ein guter Grund zum Feiern. Der Festausschuss leitet entsprechende Planungen in die Wege. Näheres bei der Jahreshauptversammlung im März 2019.

Gymnastik

Die Skifahrer, Wanderer und auch alle anderen, die fit bleiben



wollen, haben bekanntlich die Möglichkeit, an jedem Freitag, von 19:00 bis 20:00 Uhr, an der Gymnastik in der kleinen Schierenberg-Turnhalle, Schierenberg 50, teilzunehmen. Dies ist ein Wohlbekömmlichkeitstraining und wird abwechselnd von drei Übungsleiterinnen durchgeführt; für Mitglieder der Abteilung ohne weitere Kosten.

Der eigene Bus

Bei den Tageswanderungen nutzen wir einen eigens für uns angemieteten Bus, der uns zum Wandergebiet und zurückfährt und der in der Regel zwei Startplätze (1. und 2. Start), den Mittagspausenplatz und zwei Endziele (1. und 2. Ziel) anfährt. Dadurch können wir einen hohen Komfort für alle Leistungsklassen und alle Altersstufen bieten. Der Bus ist natürlich mit Kosten verbunden! Umso wichtiger ist es anzustreben, dass eher 30 bis 40 Teilnehmer, als 15 bis 25 Teilnehmer kommen. Gäste und neue Mitglieder immer willkommen!

Termine für das erste Quartal 2019

Ein gutes, erfolgreiches und gesundes Jahr 2018 wünscht allen die Abteilungsleitung von Ski und Wandern

- 12.01. ☞ 378. Tageswanderung – **kein Bus**, 9:00 Uhr, U-Bahn Berne
- 09.02. ☞ 379. Tageswanderung – **kein Bus**, 9:00 Uhr, U-Bahn Berne
- 09.03. ☞ 3809. Tageswanderung - **kein Bus**, 9:00 Uhr, U-Bahn Berne
- 20.03. ☑ **Abteilungs-Hauptversammlung um 19:30 im Vereinszentrum – es stehen Wahlen an!**

Kaffeetafel

Zum Abschluss einer Tageswanderung gibt es ein reichhaltiges großes Kuchenbuffet auf Bierzelttischen und -bänken. Viele WanderInnen bringen ihre besten Kuchenrezepte ein. Dies ist dann ein sehr schöner geselliger Abschluss des Wandertages.

EINLADUNG

zur Jahres-Hauptversammlung

Die Jahres-Hauptversammlung der Abteilung Ski und Wandern findet statt

**am 20. März, um 19:30 Uhr,
im Vereinszentrum des tus BERNE,
Bernerallee 64a, 22159 Hamburg.**

Alle Mitglieder sind dazu herzlich eingeladen.

Tagesordnung

- TOP 1** Bericht der Abteilungsleitung
- TOP 2** Bericht der Revisoren
- TOP 3** Entlastung der Kassenwartin
- TOP 4** Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 5 Wahl der Abteilungsleitung / der erweiterten Abteilungsleitung**
- TOP 6** Ausblick (u. a. Ausschreibung für das Wanderwochenende, die Herbstwanderung)
- TOP 7** Verschiedenes

D.P.

Lösungen Gedächtnistraining von S. 7

1. Quizfragen

- a. Ein Polier arbeitet auf dem Bau.
- b. Die Briefftaube nennt man auch das Rennpferd des kleinen Mannes.
- c. Ein Kahlschlag ist eine abgeholzte Waldfläche.
- d. Einen Ort namens „Pausenhof“ gibt es nicht in Deutschland.
- e. Blattläuse produzieren Honigtau.

Für die Aufgaben 2, 3 und 4 folgen hier nur Lösungsvorschläge. Andere Lösungen sind immer möglich.

2. Anagramm

aber, Ader, Allee, Bad/Baeder, bellen, Bett/Betten, Brand/Braende, Braten, derb, Eber, Elle, Erde, kalt, Kerbe/Kerben, Klette, Kralle, Lab, Land, Leder, leer/Leere, Rand/Raender, Ruebe/Rueben, traben, Trend, trueb/truebe

3. Wortfindungen

Galan, Liebelei, Ukraine, Erbsenpilaw, hoch, Wade, Enziangebräu, Inntal, Neigung

4. Wortfindungen

Zwischen-
-aufenthalt, -ding, -fall, -gas, -handel, -lösung, -mahlzeit, -ruf, -spiel, -ton

5. Kopfrechnen

625, 40.000, 25.200, 6.840, 120, 535, 12.000, 1.575, 10.220, 108.000

6. Scherzfragen

- a. Blutkreislauf
- b. Pilot
- c. Handtuch
- d. heißes Wasser
- e. Fallschirm

Unser Sportangebot – Ein starkes Stück Gemeinschaft



Aikido

Abteilungsleiter
Markus Griebel info@markusgriebel.de

Stellvertreter
Wolfgang Glöckner 630 83 51



Handball

Abteilungsleiter
N. N.

Stellvertreter
N. N.



Krafttraining

Informationen und Anmeldung im „Kraffteld“
Doris Zietz 298 85 114

Sonderkonditionen für Vereinsmitglieder bei einer Vertragsbindung von mind. 6 Monaten.



Badminton

Abteilungsleiter
Martin Hansen 0157 85 62 66 28

Stellvertreter
Felix Bopp 0179 513 64 05



Inline-Skating

Abteilungsleiter
Lothar Schröder 0174 183 45 60

Stellvertreterin
Vanessa Förster 0176 45 87 60 18



Leichtathletik

Abteilungsleiter
Bernd Springer 328 46 005

Stellvertreter
Lasse Zeuch



Basketball

Abteilungsleiter
Sebastian Mellin 189 93 159



Judo

Abteilungsleiter
Oliver Ortmüller 0171 890 81 59

Stellvertreter
Uwe Waßmann 648 04 75



Poker

Abteilungsleiter
Matthias Liese 0170 183 33 25

Stellvertreter
Marcel Langkabel



Bogensport

Abteilungsleiter
Wolfgang Höber 0175 458 47 70



Ju-Jutsu

Abteilungsleiter
Bernhard Kempa 0171 524 94 86


Stellvertreter
Darius Kempa 471 93 519



Reha-Sport

Abteilungsleiter
Heinz Pollender 644 24 160

Stellvertreterin
Sylvia Giesselbach



Folklore

Abteilungsleiter
Martin Kollwe 41 36 19 49

Peter Mau 644 01 59
(Regenbogen)



Kanu

Abteilungsleiter
Klaus-Peter Graefe 640 56 00



Skat

Abteilungsleiter
Erwin Winkler 678 06 53

Stellvertreter
Uwe Hübener 644 39 33



Fußball

Abteilungsleiter
Oliver von Elm 668 53 745

Stellvertreter
Björn Jacobs 0171 646 29 34

Jugendleiter/-in
Niels Schulze 0160 555 07 99

Schiedsrichterobmann
Dominik Voigt 0176 76 77 98 30



Kegelsport

Abteilungsleiter
Torsten Schmidt 644 90 48



Ski und Wandern

Abteilungsleiter
Dietbert Pfullmann 640 04 14

Stellvertreterin
Renate Franz 647 79 83



Taekwon Do

Abteilungsleiter

Jürgen Lemme 500 70 57

Stellvertreter

Werner Kollar 0176 48 82 53 12



Tischtennis

Abteilungsleiter

Dr. Benjamin Schulz 645 04 847

Stellvertreter

Axel Kranich 0173 646 66 86



Trendsport

Abteilungsleiterin

Nicole Jaworski
nicolejaworski599@yahoo.de

Stellvertreterin

Stefanie Sellmann



Tanzsport

Abteilungsleiter

Rolf Lustig leiter@tusberne-tanzsport.de

Stellvertreter

Lutz Rückfort
vertreter@tusberne-tanzsport.de



Turnen, Fitness und Prävention

Abteilungsleiterin

N. N.

Stellvertreterin

N. N.

Leistungsturnen

Babett Stadthaler 401 62 026

Ballett

C. Lienau



Tennis

Abteilungsleiter

Uwe Zierau 601 18 15

Stellvertreter

Michael Heinsch 0178 710 75 63



Vereinsorchester

Abteilungsleiter

Achim Borchert 721 39 33

Stellvertreter

Jörg Jennrich 0172 533 23 32



Volleyball

Abteilungsleiter

Frank Niewerth
frank.niewerth62@gmail.com

Stellvertreterin

Charline Grieger
charline.grieger@web.de

Wir sind für Sie da!



Turn- und Sportverein Berne e.V.

Berner Allee 64a • 22159 Hamburg
service@tusberne.de • www.tusberne.de



Heike Heinsch
Buchhaltung



Gabi Schlösser
Service



Renate Heinisch
Mitgliederverwaltung

Fotos: Anja Jorre

Geschäftsstelle

604 42 88-0 (Telefon)

Bürozeiten: Mo 9-12 Uhr und 17-20 Uhr,

604 42 88-9 (Fax)

Do 9-12 Uhr

Gaststätte „Sporty's“

604 49 960

Fußball (Montag, 20:00-21:30 Uhr)

604 42 88-4

Tennisclubhaus Alter Berner Weg 136 • 22393 Hamburg

644 83 40

Sport- und Kulturzentrum

Volkshaus Berne Saselheider Weg 6 • 22159 Hamburg

Management: N. N.

Vertretung und Vermietung: Heike Heinsch

604 42 88-2

Bankverbindungen:

Hauptkonto: IBAN: DE25 2005 0550 1249 1262 00 BIC: HASPDEHHXXX

Volkshaus: IBAN: DE22 2005 0550 1249 1239 26 BIC: HASPDEHHXXX

Vorstand

1. Vorsitzender

Hans-Joachim Pütjer 603 23 10

2. Vorsitzender

Dr. Benjamin Schulz 645 04 847

Schatzmeister

Adolf Tillner 640 16 26

Pressewartin

N. N.

Protokollführerin

N. N.

Sportwart

Holger Maiwald 0171 261 23 75

Jugendwartin

Stephanie Kroll 0173 328 43 94

Jugendwartin

Julia Petersen 0176 609 61 240

Internet/Schaukästen

Internet/EDV

Gabi Schlösser und
Dr. Benjamin Schulz 604 42 880

Krisenbeauftragter

krise@tusberne.de

Datenschutzbeauftragter

Rolf Lustig datenschutz@tusberne.de

Ehrenvorsitzender

Günther Meier



Berne

Tel.: 647 88 99
Hermann-Balk-Str. 99
Mo, Di, Do
15.30 – 19.00 Uhr
Mi 15.30 – 18.30 Uhr
Fr 15.30 – 18.00 Uhr

Mit uns immer einen Sprung voraus !



**Hier
könnte
Ihre
Anzeige
stehen!**

Wir freuen uns
über Ihren Auftrag.

Rufen Sie uns an:
Telefon 604 42 88-0

- Fenster u. Türen
- Holzterrassen
- Parkett u. Laminat
- Trockenbau
- Altbausanierung

Andre Maiwald Mandelweg 30 22175 Hamburg
www.Hamburger-Tischler.de
Tel. 040 180 33 99-0 Fax 040 180 33 99-1

„Leistung rund um's Auto“
Kfz-Werkstatt
MICHAEL JANSSEN

Klima Service · OBD · TÜV + AU
Fahrzeugdiagnose – Reparaturen fast aller Marken

Gewerbehof Schierenberg 68 · 22145 Hamburg · Tel. 695 46 71

FRESEMANN

*„Ihr Multimedia Partner
am Berner Markt“*

Hermann-Balk-Str. 137 • 22147 Hamburg
Tel. 040/644 85 66 • Fax 040/644 93 74