

1. Ausgabe 2020 54. Jahrgang

BLICK•PUNKT

Vereinsnachrichten



Aikido

Turnen

Ski und Wandern

Vereinsorchester

Reha-Sport

Ballett

Kegelsport

Tanzsport

Tennis

Fußball

Judo Inline Skating

Parkour

Folklore

Ju-Jutsu



**Deutsche Meisterschaft
im Poker**



**Weltmeisterschaft
im Ju Jutsu**

Poker

Tischtennis

Fitness

Basketball

Leichtathletik

Volleyball

Line Dance

Skat

Taekwon Do

Pilates

Badminton

Power Yoga

Zumba®

Kickbox Workout

Kanu

Bogensport

*Der tus BERNE wünscht
seinen Mitgliedern, Freunden und Förderern
ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2020!*

TERMINE • TERMINE • TERMINE • TERMINE

31.01.2020

02.03.-13.03.2020

Hamburger Schulferien

Abteilungsversammlungen

20.03.	19:00 Uhr	Tennis
25.03.	18:00 Uhr	Ski und Wandern
21.04.	19:00 Uhr	Inline Skating

AKTIV IM NORDEN

Ein Ausflugsprogramm der Reha-Abteilung

21.01.	Besuch des Wälderhauses in Wilhelmsburg
22.02.	Besuch des Feuerwehrmuseums Schleswig-Holstein in Norderstedt
14.03.	Besuch der Ausstellung „Störtebecker & Konsorten – Piraten der Hansezeit“ im Europäischen Hansemuseum in Lübeck
21.04.	Rundgang durch das Schanzenviertel

VOLKSHAUS BERNE

01.02.	Maskerade der Freiwilligen Feuerwehr
--------	--------------------------------------

Jugendausschuss

23.02.	14:00-16:00 Uhr	JHV und Fasching
22.03.	15:00 Uhr	Hamburg räumt auf!
05.06.-07.06.		Wochenende I
28.08.-31.08.		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 darauffolgenden 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
Ju-Jutsu	3
Poker	4
Wir gratulieren	6
Inline-Skating	6
Ski und Wandern	7
Reha-Sport	11
Tanzsport	12
Blaue Seiten	13
Tennis	17
Tischtennis	18
Turnen, Fitness und Prävention	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

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. Für die Inhalte der Artikel ist einzig der jeweilige Verfasser verantwortlich. 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:
03. Februar 2020**

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

www.tusberne.de



**Auf unserer Internetseite gibt's immer
tagesaktuelle Infos zu unseren Angeboten!**

Liebe Mitglieder,

ein bewegtes Jahr liegt hinter uns. Und das bezieht sich bei Weitem nicht nur auf Bewegung im sportlichen Sinne. Bewegung, Neues und Veränderungen gibt es in vielen den tus BERNE betreffenden Bereichen. Wir freuen uns, dass wir immer wieder Unterstützung von euch erfahren. Häufig sind es die Ehrenamtlichen, die sowieso im Verein aktiv sind, aber immer wieder melden sich auch Mitglieder, die sich im tus BERNE engagieren und den Verein weiter voranbringen möchten. Dafür sagen wir ganz herzlichen Dank! Macht weiter so! Nur gemeinsam können wir etwas bewegen! Auf ein erfolgreiches Jahr 2020!

Lienaustraße

Bewegt sind auch die Gespräche rund um den Erhalt des Schulgebäudes und damit der Sporthalle Lienaustraße. Seit Jahren sind wir auf allen Ebenen im Gespräch, um uns für eine dauerhafte Nutzung einzusetzen. Auch das letzte Jahr war sehr intensiv und wir sind guter Hoffnung, einer Lösung wieder einen Schritt näher gekommen zu sein. An dieser Stelle danken wir allen Beteiligten des Senats, der STEG, Kubik und den Kindergärten für die wertvolle und konstruktive Zusammenarbeit und die Unterstützung. Allein diese Auflistung zeigt die Komplexität der Situation. Wir werden uns weiterhin für eine Lösung zum Wohle des Stadtteils und des Vereins einsetzen.

Schierenberg

Die Schreckensnachricht erreichte uns Ende Oktober: die kleine Schierenberghalle muss aufgrund eines Schadens an der Elektrik gesperrt werden! Alle Bemühungen für eine schnelle Beseitigung dieses Schadens, bzw. durch ein Provisorium wenigstens eine Übergangslösung zu erwirken, blieben leider erfolglos. Also musste ein Notfallplan her. Für einige wenige unserer Gruppen konnten wir Ersatzzeiten zur Verfügung stellen, bedauerlicherweise zu Lasten des winterlichen Hallentrainings in der Fußballabteilung. Die Tischtennis-Abteilung trainiert nun im Vereinszentrum in unserer Mehrzweckhalle oder bei befreundeten Vereinen. Heimspiele finden entweder gar nicht oder in fremden Hallen statt. Unser Dank richtet sich an die anderen Vereine, die unsere Sportler so selbstverständlich in ihren Trainingsbetrieb integrieren! Unsere Leistungsturner sind bei unseren Leichtathleten untergekommen. Auch wenn kein Training in der gewohnten Form stattfinden kann (es fehlen in dieser Halle die notwendigen Geräte, für die kein Lagerplatz vorhanden ist), so müssen die Stunden zumindest nicht komplett ausfallen. Ein ganz besonderer Dank geht deshalb auch an unsere Sportler für ihr Verständnis sowie an Trainer/Übungsleiter, die soweit ihnen möglich, so wunderbar kooperieren. Ihr alle könnt sicher sein, dass wir alle Kraft daransetzen, so schnell wie möglich eine Lösung herbeizuführen. Bei Redaktionsschluss

gab es leider noch keine neuen Nachrichten. Schaut regelmäßig auf unsere Internetseite, dort veröffentlichen wir aktuelle Änderungen.

Volkshaus Berne

Die neue Bestuhlung im Volkshaus ist auf viel positive Resonanz gestoßen. Wir sind ein Sportverein und keine Kultur-Profis, aber wir lernen mit jeder Veranstaltung hinzu und freuen uns umso mehr, dass wir für unser Engagement so viel Zuspruch erhalten. Auch für dieses Jahr sind verschiedene Veranstaltungen in Vorbereitung, teilweise in Zusammenarbeit mit dem Kulturkreis Berner Schloss. Freut euch schon heute auf einen weiteren Besuch von „La Le Lu“ am 26. September und auch „Wide Range“ wird am 7. November bereits zum dritten Mal bei uns zu Gast sein. Merkt euch unbedingt diese beiden Termine vor, wir informieren rechtzeitig über die Details und über den Vorverkauf.

Digitales Mitgliederportal

Als wir uns auf die Ausschreibung der Alexander Otto Stiftung bewarben, rechneten wir nicht wirklich mit einer Zusage. Aber – unsere mit dem Bramfelder Sportverein gemeinsam verfasste Bewerbung hatte Erfolg und so nahmen wir an mehreren Workshops und Treffen zum Thema Digitalisierung im Sportverein teil, immer mit der Aussicht, ein solches Portal im tus BERNE zu etablieren, und dies verbunden mit einer Fördersumme von bis zu 20.000,-€. Interessant war hier besonders, dass es solche Portale in der von den ausgewählten Hamburger Vereinen gewünschten Form noch gar nicht gibt und die Vereine maßgeblich an der Entwicklung beteiligt sind. Unsere Wünsche und Vorstellungen konnten mit einfließen und die Ergebnisse können später als Blaupause für andere Vereine genutzt werden. Stand November 2019: ein digitales Mitgliederportal kann viele Vorteile für unsere Mitglieder bieten, und auch für die, die es noch werden wollen. Angefangen bei der Online-Anmeldung, Information und Aktualisierung der eigenen Mitgliederdaten bis hin zur direkten Kontaktmöglichkeit der Geschäftsstelle z.B. bei kurzfristigen Trainingsausfällen oder -verschiebungen. Auch für unsere Übungsleiter und Trainer kann ein solches Portal eine große Unterstützung sein. Zugriff auf Teilnehmerlisten und Informationsmöglichkeiten zum Trainingsaufbau sind hier nur zwei Beispiele. Langfristig wird auch die Digitalisierung ihren Weg in den tus BERNE finden, ob wir aber in diesem frühen Stadium tatsächlich dabei sein werden, stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Die Kosten-Nutzen-Situation will gut durchdacht sein...

Ausbau Veloroute 6

Bewegungseinschränkungen wird es bis zum Sommer dieses Jahres vor unserem Vereinszentrum geben. Seit Oktober sind die Bauarbeiten zum Ausbau der Veloroute 6 in vollem

Gänge. Zwischen der Straße Kleine Wiese und dem Pastorat an der Einmündung in die Lienaustraße wird der Radweg verbreitert, der Kreuzungsbereich Lienaustraße/Kathenkopel/Berner Allee mit den Bushaltestellen wird komplett neugestaltet. Während der einzelnen Bauabschnitte wird es immer wieder zu Verengungen oder sogar zu Sperrungen der Fahrbahn, des Rad- und Fußwegs kommen. Bitte beachtet dies bei der Anfahrt zu unserem Vereinszentrum. Parkplätze

stehen euch u.a. an der Schule Lienaustraße sowie in den Nebenstraßen zur Verfügung. Allerdings wird auch die Lienaustraße zeitweise zur Sackgasse, dann ist die Anfahrt z.B. über die Straße Blakshörn möglich. Wir bitten euch bei der Anfahrt und beim Parken um besondere Rücksichtnahme auf die Anwohner.

Der Vorstand



Ju-Jitsu

Ju-Jitsu Weltmeisterschaft 2019 Joshua Stoltze

Der amtierende deutsche Vizemeister in der Klasse U16 bis 60kg, Joshua Stoltze, nahm am letzten Oktoberwochenende an den U16 Ju-Jitsu Weltmeisterschaften auf Kreta mit ca. 596 Ju-Jitsukas teil.

Diszipliniertes Training 5x pro Woche, davon 4x Ju-Jitsu Training (Technik und Wettkampf) unter Anleitung von erfahrenen Trainern in unseren Vereinen brachte Joshua in den letzten Jahren stetig nach vorne. Inzwischen ist er ein erfolgreicher Kämpfer mit Format, auch für internationalen Einsatz.

Nach hervorragenden, konstanten Leistungen bei der Norddeutschen und Deutschen Meisterschaft und erfolgreicher Qualifikation zur WM, sammelte Joshua erste internationale Erfahrungen.

Die Vorfreude und Aufregung war bei Joshua groß. Nach einer disziplinierten Vorbereitung startete er fokussiert in das Turnier.



Seine Stärken und seine Konstanz konnte Joshua bei dieser WM noch nicht voll abrufen, er belegte den 9. Platz in seiner Klasse. Wir freuen uns auf die nächsten herausfordernden Turniere 2020.

Nach dem Wettkampf ist vor dem Wettkampf!



Piranhas Bulldozers erneut Deutscher Meister

Die Playoffs der 10. Saison der HeadsUp Live Liga des Deutschen Pokersportbunds (www.dpsb.org) fanden Ende Oktober 2019 in Berlin statt. 16 von 42 deutschen Teams hatten sich qualifiziert. Die Poker-Sparte des tus BERNE war mit zwei Teams vertreten: Titelverteidiger und Hauptrundensieger Bulldozers mit Kapitän Matthias Liese sowie die Outlaws mit Kapitän Daniel Eylesfeldt.

Freitagfrüh ging es für die Mannschaften nach Berlin. Ab 13:00 Uhr sollten die Spiele der Gruppenphase starten. Als Sieger der Hauptrunde und Titelverteidiger reisten die Piranhas Bulldozers als klarer Favorit zu den Playoffs.

Matthias berichtet: „Nach der üblichen Begrüßungsrede der Veranstalter – diesmal hat der Berliner Pokerverband die Ausrichtung übernommen – ging es zum ersten Vorrundenspiel an die Tische. Gleich in der ersten von drei Runden gingen wir klar in Führung. Unser Gegner, die Baltic Sea Kings, konnten uns zu keiner Zeit gefährlich werden und wir siegten am Ende mehr

als deutlich mit 84:16. Schöner Auftakt, so hatten wir uns das vorgestellt.“

Für die zweite Partie der Vorrunde wechselten die Bulldozers komplett durch. Spielten in der ersten Runde noch Matthias, Basti, Michi und Adrian, so kamen in der zweiten Partie gegen den THC Mönchengladbach Philip, Christian W., Christian V. und Max zu ihrem Einsatz. Auch hier konnte der Gegner keinen wirklichen Zugriff auf den amtierenden Deutschen Meister finden. Die Gladbacher verloren mit 34:66, was den vorzeitigen Einzug ins Viertelfinale bedeutete.

Am nächsten Morgen standen die letzten Gruppenspiele der Vorrunde an. Während die Gruppe A nur noch um den Gruppensieg spielte, rangen die Piranhas Outlaws in Gruppe C um jeden Punkt. Zwei Siege reichten dieses Mal nicht für ein Weiterkommen und so schieden die Outlaws mit schlechterer Punktedifferenz unglücklich aus.

Am Samstagnachmittag ging es ins Viertelfinale:

Der Gegner der Bulldozers hieß Gorgonops Poker - die Dinos, ein den Piranhas unbekanntes Team aus Berching in der Oberpfalz. Matthias beschreibt das taktische Vorgehen: „Erneut

VORRUNDE			
GRUPPE A		GRUPPE C	
Bulldozers : Baltic Sea Kings Usedom	84:16	Outlaws : Black Bullets Berlin	32:68
Bulldozers : THC Mönchengladbach	66:34	Outlaws : AIP Hannover	58:42
Bulldozers : Team Mixery	50:50	Outlaws : Vikings Usedom	68:32

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

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

wurde an der Aufstellung gebastelt, auch schon mit Blick auf ein mögliches Halbfinale und Finale – ja, wir sind da immer sehr zuversichtlich unterwegs. Basti, Christian W., Adrian und Philip wurden schließlich nominiert und so ging es hochmotiviert in die 1. Runde.“ Nun, was wäre eine Meisterschaft ohne ein wenig Spannung?

Nach Runde 1 lagen die Bulldozers deutlich hinten. Nach Runde 2 sah es noch schlechter aus. Ein erster Matchball musste bereits abgewehrt werden. Der Titelverteidiger stand kurz vorm Ausscheiden, alle vier Spiele in Runde 3 mussten gewonnen werden...

In solchen Momenten beweisen die Bulldozers mittlerweile fast routiniert, weshalb es so schwer ist, sie zu schlagen. Da ist ein tiefer Glaube in die eigenen Stärken, Nerven aus Stahl, Fokus und der Wille, es immer wieder zu schaffen. Und so sollte es auch sein: Endstand Bulldozers : Gorgonops Poker 52:48. Der Einzug ins Halbfinale war perfekt, zum dritten Mal in Folge seit 2017.

Am Sonntag trafen die Bulldozers im

Halbfinale auf das Team Kopp Up aus Düsseldorf. In den ersten zwei Runden gingen die Bulldozers leicht in Führung. Ein Auf und Ab in Runde 3 führte letzten Endes dazu, dass ein „Time-out“ genommen wurde, um die weitere Vorgehensweise zu besprechen. Matthias konnte das letzte laufende entscheidende Spiel schließlich für sich entscheiden. Mit dem knappen Endstand von 54:46 ging es nun ins Finale - und da wartete kein Geringerer als Lokalmatador Black Bullets Berlin.

Wir wissen ja, wie es ausgeht:

Ging es in Viertel- und Halbfinale noch eher knapp zu, gewinnen die Bulldozers das Finale stark mit 76:24. Deutscher Meister 2019!

Für die Piranhas Bulldozers tus BERNE e.V. war es bereits der 4. Deutsche Meistertitel, der 3. in Folge seit 2017! Kapitän Matthias sagt: „Ich bin stolz auf mein Team! Wir haben wieder einmal eindrucksvoll bewiesen, dass es beim Pokern auf die richtigen Entscheidungen zur richtigen Zeit ankommt und nicht auf die Glückskomponente. Wir sind nun in 18 Playoff-Spielen seit 2016 ungeschlagen - bei einer Bilanz von 16 Siegen und 2 Unentschieden.“

Die Piranhas bedanken sich bei allen Gegnern für das faire Miteinander, beim Berliner Pokerverband für die tolle Veranstaltung und bei allen Helfern und Unterstützern, die diese schöne Veranstaltung er-

möglichen haben. Glückwunsch auch an die platzierten Teams aus Berlin, Düsseldorf und Hannover.

Neben dem sportlichen Wettkampf gab es auch eine gemeinsame Bootsfahrt auf der Spree. Dieser Abend mit allen Teams wurde durch die Berliner organisiert und hat unsere Gemeinschaft weiter zusammengeschweißt.

Weitere Infos zu uns gibt es auf unserer Homepage, bei Facebook oder Instagram. Wir freuen uns immer über neue poker-interessierte Gesichter, z. B. bei einem Probetraining am Dienstag!

Eure Piranhas



Bulldozers und Outlaws in Berlin



Bulldozers mit Urkunde und Pokal



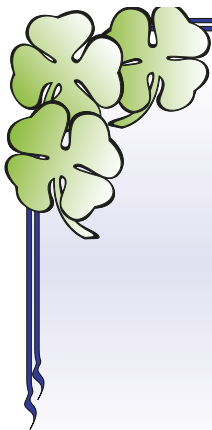
Bulldozers mit tus BERNE Fahne

Die GlücksSpirale fördert den Sport.

Teilnahme ab 18 · Spielen kann süchtig machen
Hilfe unter 0800 - 137 27 00

LOTTO-HH.de

LOTTO® Guter Tipp.
Hamburg



Wir gratulieren ...

... unseren Geburtstagskindern, die im Jahre 2019 **80 Jahre und älter** wurden und noch immer aktiv am Sportgeschehen teilnehmen bzw. die Geschehnisse des Vereins mit Interesse verfolgen:

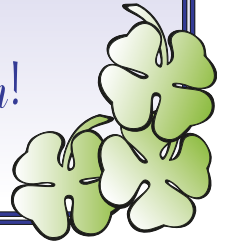
82 Jahre

Elfriede Hinsch

92 Jahre

Friedel Wigger

Herzlichen Glückwunsch!



Besondere Glückwünsche...

Im letzten Jahr vollendete unser Ehrenmitglied Regina Pfullmann ihr 80. Lebensjahr. An ihrem Ehrentag wurde sie im Volkshaus überrascht und gefeiert. Ihr wurde gedankt für ihre Jahrzehnte lange Tätigkeit im und für unseren tus BERNE. Andere denken mit 80 an den Ruhestand, doch mit ihrer positiven Einstellung begeistert Regina auch nach mehr als 55 Jahren Vereinsmitgliedschaft nach wie vor ihre Gruppen. Einst begann sie in der Jugendarbeit, später qualifizierte sie

sich als Übungsleiterin in der Turnabteilung und bekleidete darüber hinaus viele Ehrenämter. Das Amt der Abteilungsleiterin übte sie über 30 Jahre lang aus!

Liebe Regina, wir gratulieren dir noch einmal von ganzem Herzen, bleibe weiterhin gesund und aktiv! Deine Gruppen freuen sich, wenn sie sich noch lange mit dir bewegen, mit dir lachen, singen, tanzen, verreisen, fröhlich sein und den tus BERNE als unsere erweiterte große Familie feiern und pflegen können!

Der Vorstand

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 2020 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!



Inline-Skating

EINLADUNG

Liebe Mitglieder der Abteilung Inline Skating,
wir laden euch herzlich zu unserer Abteilungsversammlung ein. Hierzu könnt ihr gerne eure Eltern mitbringen.
Dienstag, 21. April 2020, um 19:00 Uhr im tus BERNE-Vereinszentrum, Berner Allee 64 a, 22159 Hamburg

Tagesordnung

- TOP 1 Begrüßung
- TOP 2 Rückblick auf 2019
- TOP 3 Kassenbericht 2020
- TOP 4 Entlastung der Abteilungsleitung
- TOP 5 Wahlen der Delegierten
- TOP 6 Termine 2020

Tagesordnung

- TOP 7 Sonstiges
- Falls ihr noch weitere Anliegen habt oder euch zur Wahl aufstellen lassen wollt, könnt Ihr uns dies bis zum **30. März 2020** 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.



„Wanderungen durch die Mark Brandenburg“

Theodor Fontane war ein großer Wanderer, wurde 79 Jahre alt (Wandern hält gesund!), lebte im 19. Jahrhundert und hat neben seinem Standardwerk „Von Ribbeck auf Ribbeck im Havelland...“ auch seine „Wanderungen durch die Mark Brandenburg“ in Buchform festgehalten. Auf seinen Spuren hat die Wanderabteilung des tus BERNE bei ihrer Wochenwanderung vom 14. bis 21.09.2019 das Neuruppiner Seenland und das Rheinsberger Seengebiet kennengelernt. Beides liegt nordwestlich von Berlin, ist sehr wasser- und waldreich und hat ein dichtes Netz von Wanderwegen. Wie immer hatten wir einen Bus zur Verfügung, der uns in Berne abholte und zurückbrachte und uns auch bei unseren Wanderungen vor Ort zur Verfügung stand. Gewohnt haben wir in einem relativ großen „Keramik Hotel“ in Rheinsberg, welches für größere Gruppen sehr gut geeignet ist; und wir haben auch fröhliche Abende verbracht mit einer Gruppe von zehn ehemaligen DDR-Spitzensportlern und mit 21 Handwerkerinnen aus Berlin. Auch das Gesellige gehört durchaus zu einer solchen Wochenausfahrt.

Wer alle von Dietbert mit großer Liebe zusammengestellten Wandervorschläge mitgemacht hat, der ist ca. 70 Kilometer gewandert. Einen Tag Schifffahrt zur Erholung gehörte auch zum Programm.

Insgesamt war es eine gelungene Wanderwoche und alle freuen sich schon darauf, dass Dietbert uns im nächsten Jahr wieder hinbringt.



Gegenverkehr



Schloss Rheinsberg



Boltenmühle



im Rheinsberger Seengebiet



Hafendorf Rheinsberg



40 Jahre Ski und Wandern im tus BERNE

Eine kleine Chronik zur Wanderabteilung

Speziell zur Arbeit und Organisation unserer Abteilung und zur Ausarbeitung der Wanderungen.

Unser Gründer der Wanderabteilung war Günther Meier, heute Ehrenvorsitzender im tus BERNE, seinerzeit 1979 schon Abteilungsleiter der Skiabteilung, aus der dann später die Abteilung „Ski und Wandern“ wurde.

Ab dem Monat November 1983 begannen dann die Tageswanderungen mit Günther auf dem E1 und nach einiger Zeit, 1985, hat dann Teddy, mit vollständigem Namen Walter Tennigkeit, als Wanderwart mit der Planung, Durchführung und Dokumentation der Tageswanderungen begonnen.

Ab April 1986 wurden die Arbeiten in der Abteilung wesentlich umfangreicher durch die Beteiligung der Wanderabteilung beim Fuß-Tourenwettbewerb des Deutschen Ski Verbandes (DSV), den wir durch unseren Wanderfleiß 20 Jahre in Folge gewonnen haben. Also: 20 Mal in Folge „Deutscher Meister“! Nach 176 Wanderungen hat Teddy dann im April 2000 sein Amt als Wanderwart zur Verfügung gestellt.

Danach habe ich dieses Amt des Wanderwarts übernommen und bis zur 300. Tagesfußtour am 31.12.2011 weitergeführt. Seitdem arbeitet nun unser Tourenausschuss mit Erfolg.

Die Tourenaufzeichnungen der Abteilung umfassen nun schon acht Ordner mit einer Stapellänge von 64 cm. Sie dokumentiert mittlerweile:

29.819 km zurückgelegte Wanderkilometer und dabei

616.674 m Höhenanstieg an

756 Tagen, davon

386 Tagesfußtouren und

370 Tage Wochenwanderungen.

Diese Aufzählung anlässlich des 40. Geburtstages der Abteilung musste mal festgehalten werden, meint:

Jürgen Burmester

Die Feier

Am 01. November war es mal wieder soweit. Mitglieder und Gäste trafen sich im Gemeindesaal der Friedenskirche in der Berner Lienuastraße und feierten ihr Jubiläum, 40 Jahre Ski – 36 Jahre Wandern.



Lesung op platt un de plattdütschen Leeder ton Mitsingen



viel reden

Der Festausschuss, bestehend aus Irmgard und Rosel, hatte ganze Arbeit geleistet: ein tolles Mitbring-Bufferet wurde organisiert. An Getränken gab es alles. Die Vorträge und Sketche der Wanderinnen und Wanderer waren alle gelungen und auf den Punkt gebracht. Schwerpunkt der Unterhaltung an diesem Abend waren Dieter Thomsen und Egon Wessel mit ihrer „Lesung op platt un de plattdütschen Leeder ton Mitsingen“ Die gut vier Stunden am Abend gingen wie im Fluge vorbei und alle freuen sich schon auf die 50. Jahresfeier.



40 Jahre Ski

MELANO MULTIFUNKTIONELLE FALTMARKISE – AUCH FÜR GROSSE FLÄCHEN

Autorisierter Premium-Partner



ROLLÄDEN • MARKISEN • TERRASSENDÄCHER • FENSTER • TÜREN • ROLLTÖRE

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



40 Jahre in Reimen

Ein frohes **Fest** feiern wir heute.
Wir, das sind die tus BERNE Wandersleute.
Seit **40 Jahren wandern** wir munter
mit Rucksack und Stöcken rauf und runter.
Im Winter per Ski, im Sommer Landpartie.

1983 hatte Günther Meier die Idee:

„Wir wandern ganzjährig mit und ohne Schnee“.
Dafür sagen wir Günther unseren herzlichen Dank
und wandern fortan ein Leben lang.

Ein **Wanderbus** am Volkshaus stand
und fuhr uns zum Wandern durch Stadt und Land.
Zur Mittagsrast gab es warmes Essen
und die Kuchenbüffets sind auch nicht vergessen.

Die **Europa-Fernwanderwege** haben es uns angetan.
Der E1 führte uns von Flensburg bis nach Genua.
Den E6 von der Ostsee bis zur Adria
führte uns bis zur österreichischen Grenze --- Hurra!

Gebietswanderungen hatten wir viele.

Und dieses waren unsere Ziele:
Pfalz, Elbsandsteingebirge, Vulkaneifel, Spessart,
Erzgebirge, Oberlausitz, Rennsteig.
Ab 2008 war der Rheinsteig der große Hit.

Von Bonn bis Wiesbaden – und wer will konnte mit.
Weiter ging's im Reiseplan:
Altmühltal, Edersee und Lahn.
Alle Gebietswanderungen waren stark
z.B.: Hoher Fläming, Rheinsberg und Uckermark.

Ein weiterer Schwerpunkt einmal im Jahr
ist **Wandern am Wochenende** auch mit Kindern und Enkel-
schar:

Harz, Brocken, Elm, Föhr, Neuwerk, Sylt und Schlei,
und es waren wieder alle alle dabei.
In die Wingst und mehrmals an den Ratzeburger See
Im Frühling mit Tee und im Klee. Juchhe!

20 Jahre in Folge sind wir „**Deutscher Meister**“
im Fuß-Touren-Wettbewerb und sind begeistert.
Für uns war Wandern nicht ein Schlendern von Ort zu Ort,
sondern ein wirklich anspruchsvoller Sport.

Aber nicht nur streng gewandert wurde im Verein,
sondern auch **Geselligkeit** durfte sein:
Feiern, Tanzen, gutes Essen -
die Weihnachtsmärkte nicht zu vergessen.

Unser **Dank** geht an alle guten Geister,
die manche Schwierigkeiten konnten meistern.
Nun ist mit der Reimerei Schluss
und an alle einen herzlichen Gruß ... von

Ingrid Burmester

Unsere Herzsport- gruppen suchen



ÄRZTE



Kontakte knüpfen,
Verantwortung übernehmen und
gleichzeitig Sport treiben.

Ärzte, die sich eine Tätigkeit
im Herzsport vorstellen können,
dürfen sich jederzeit unter
service@tusberne.de melden.



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!**





Wander-Planung 2020

Es finden wieder elf Tageswanderungen statt, davon vier mit dem eigenen Bus und sieben mit dem Öffentlichen Nahverkehr (ÖPNV). Gewandert wird auf dem Schlei-Eider-Elbe-Wanderweg, auf dem Stormannweg, auf dem Volksdorfer Rundwanderweg, durch den Sachsenwald und in Hamburg auf dem Grünen Ring. Eine sehr gute Mischung!

Selbstverständlich geht es im Juni wieder an einem Wochenende in eine der schönsten Jugendherbergen, nämlich nach

Glückstadt. Im Juli wird sowohl eine Rad-Wanderung als auch parallel eine Fuß-Wanderung angeboten. Weil es in 2019 dort so schön war, soll im September 2020 bei der Wochenwanderung das Gebiet Neuruppiner-/Rheinsberger Seenland im nordwestlichen Brandenburg vertieft werden. Also: insgesamt ein schönes, volles, leichtes, vielseitiges und klug durchdachtes Wanderprogramm. Natürlich - wie meistens - bei gutem tun BERNE-Wetter.

Termine für 2020

- | | | |
|--------------|----|---|
| 11.01. | ☞ | 389. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 08.02. | ☞ | 390. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 14.03. | ☞ | 391. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 25.03. | ☑ | Abteilungs-Hauptversammlung um 18:00 Uhr im Vereinszentrum |
| 04.04. | ☞ | 392. Tageswanderung – mit Elite-Bus |
| 09.05. | ☞ | 393. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 06.06. | ☞ | 394. Tageswanderung – mit Elite-Bus |
| 19. – 21.06. | ☺🚲 | Wander-Wochenende , JH in Glückstadt - Weiteres im März! |
| 11.07. | 🚲 | Radtour – Treffen 9:00 Uhr am Volkshaus; - Weiteres im März!
Wanderung – Treffen um 9:00 Uhr U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 08.08. | ☞ | 395. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 05.09. | ☞ | 396. Tageswanderung – mit Elite-Bus |
| 12. – 19.09. | ☺ | Wandern im Ruppiner-/Rheinsberger Seenland – Weiteres im März |
| 10.10. | ☞ | 397. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |
| 21.10. | ☑ | Mitgliederversammlung um 18:00 Uhr im Vereinszentrum |
| 14.11. | ☞ | 398. Tageswanderung – mit Elite-Bus |
| 12.12. | ☞ | 399. Tageswanderung – kein Bus , 9:00 Uhr, U-Bahn Berne (Rolltreppe) |

Für Tageswanderungen gilt: wer mitfährt, ist automatisch für die nächste Wanderung angemeldet; wer sich für eine Tour abmeldet, muss sich für die übernächste wieder anmelden. Das gilt auch für Gäste!

Gymnastik der Abteilung Ski und Wandern jeden Freitag (außer in den Sommerferien) um 19:00 Uhr in der Turnhalle Schierenberg 50

An- und Abmeldungen für die Tagestouren bei Dietbert Pfullmann. Bitte bis spätestens zum Montag vor dem Wandertag an-/abmelden. Telefon: 040/640 04 14 (bitte auch auf Anrufbeantworter sprechen)

E-Mail-Adresse: dietbert.pfullmann@hamburg.de



Mit uns immer einen Sprung voraus !

Berne

Tel.: 647 88 99

Hermann-Balk-Str. 99

Mo, Fr 15.00 – 18.00 Uhr

Di, Mi, Do
15.00 – 18.30 Uhr

Theorie: Di, Mi, Do
18.30 – 20.00 Uhr



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



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.

Dienstag, 21. Januar

Besuch des Wälderhauses in Wilhelmsburg

Das Wälderhaus präsentiert viel Wissenswertes zu den Themen „Ökosystem Wald“ und „StadtNatur“. Eine interaktive Walderlebnisausstellung zieht die Besucher/Besucherinnen an. Die biologischen Zusammenhänge des Lebens im Wald werden veranschaulicht.

Treffpunkt: um 9:00 Uhr U-Bahnhof Berne (Haupteingang)

Kosten, inkl. Eintritt und Führung:

tus BERNE-Mitglieder	15,- €
Nichtmitglieder	17,- €

Sonnabend, 22. Februar

Besuch des Feuerwehrmuseums Schleswig-Holstein in Norderstedt

Das Feuerwehrmuseum in Norderstedt gibt es seit fast 30 Jahren. Informationen jeglicher Art zum Begriff „Feuer“ werden dort präsentiert: Entwicklung des Brandschutzes, Technik des Feuerlöschens, Fortschritt beim Einsatz von Fahrzeugen. Dieses Feuerwehrmuseum ist eins der größten in Deutschland. Im Rahmen einer Führung erfahren wir viel Wissenswertes über das Wesentliche hinaus.

Treffpunkt: um 14:00 Uhr U-Bahnhof Berne (Haupteingang)

Kosten, inkl. Eintritt und Führung, zzgl. evtl. Fahrkosten:

tus BERNE-Mitglieder	10,- €
Nichtmitglieder	12,- €

Sonnabend, 14. März

Besuch der Ausstellung „Störtebeker & Konsorten – Piraten der Hansezeit“ im Europäischen Hansemuseum in Lübeck

Erzählungen – Sagen – Legenden ...

Dafür sind Piraten immer gut, wecken sie doch seit jeher die Neugier der sogenannten ordentlichen Leute. Piraten gab es nicht nur im Mittelalter, der Lebensjahre Störtebekers, sondern zu jeder Zeit, selbst heutzutage.

Im Rahmen einer öffentlichen Führung lernen wir Näheres über die Welt der Piraten kennen.

Treffpunkt: um 9:00 Uhr U-Bahnhof Berne (Haupteingang)

Kosten, inkl. Fahrkosten, Eintritt und Führung:

tus BERNE-Mitglieder	21,- €
Nichtmitglieder	23,- €

Dienstag, 21. April

Rundgang durch das Schanzenviertel

Das Schanzenviertel – wer kennt es nicht? Und doch ist immer noch etwas Neues zu entdecken. Auf diesem Rundgang tauchen wir ein wenig tiefer ein in die ehemalige Welt des gründerzeitlichen Arbeiterviertels und die alternative heutige Zeit.

Treffpunkt: um 13:30 Uhr U-Bahnhof Berne (Haupteingang)

Kosten, inkl. Rundgang, zzgl. evtl. Fahrkosten:

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

Gedächtnistraining – Aufgaben

- Finden Sie 20 Begriffe aus dem Bereich Supermarkt, die mit „K“ beginnen. Es muss sich dabei nicht nur um den Verkauf handeln.
- Finden Sie 20 Wörter mit „ak“ vorn oder in der Mitte.
- Finden Sie 20 Wörter mit „Doppel – K“.
- Finden Sie 20 Wörter, die zwei „K“ enthalten.
- Quiz
 - Zu welcher Tierfamilie gehört der Bartkauz?
 - Nagetiere
 - Krokodile
 - Primaten
 - Eulen
 - Welches dieser Tiere hat keine Schuppen?
 - Schlange
 - Eidechse
 - Frosch
 - Karpfen
 - Wie heißt die Hauptstadt Rumäniens?
 - Odessa
 - Sofia
 - Budapest
 - Bukarest
 - Was war James Joyce?
 - schottischer Partisan
 - Westernheld
 - Schriftsteller
 - Tiefseeforscher

- Welche Sprachstörung wird mit dem Begriff Sigmatismus umschrieben?
 - Glucksen
 - Stottern
 - Lispeln
 - Nuscheln
- Wie nennt den oberen Abschluss von Säulen?
 - Kapitoll
 - Kapitell
 - Kapital
 - Kaplan
- Welchen Titel trägt das Staatsoberhaupt Luxemburgs?
 - König
 - Großherzog
 - Erbprinz
 - Landgraf
- Welche dieser Inseln gehört nicht zu Griechenland?
 - Euböa
 - Paros
 - Ägina
 - Elba
- In welchem Bundesland liegt Bielefeld?
 - Hessen
 - Niedersachsen
 - Nordrhein-Westfalen
 - Rheinland-Pfalz
- Was versteht man in der Sprachwissenschaft unter dem Imperativ?
 - Einzahl
 - Befehlsform
 - Wirklichkeitsform
 - Möglichkeitsform



6. Was gehört zusammen?

Welche zwei Angaben haben den gleichen Wert?

- a. 10 Min.
- b. 550 mm
- c. 1255 kg
- d. 900 Sek.
- e. 670 m
- f. 420 Min.
- g. 7 Std.
- h. 408 mm
- i. 17,59 m
- j. 40,8 cm
- k. 0,67 km
- l. 1,255 t
- m. 600 Sek.
- n. 1759 cm
- o. 55 cm
- p. 15 Min.

7. Im Restaurant: Zahlen, bitte!

Sie sind mit mehreren Personen essen gewesen. Rechnen Sie im Kopf aus, wie hoch Ihr Verzehr ausfällt.

5 Bier, 3 Limo, 6 Portionen Spaghetti, 2 Steaks mit Pommes frites, 3 Eisbecher, 4 rote Grütze

Bier à € 3,- / Limo à € 2,- / Spaghetti à € 7,50 /

Steak mit Pommes frites à € 13,50 / Eisbecher à € 5,- /

rote Grütze à € 4,50

8. Mathematische Fragen (aus der Geometrie)?

- a. Wieviel Linien gibt es?
- b. Wieviel Parallelen gibt es?
- c. Wieviel Ausdehnungen hat eine Linie?
- d. Wie zeichnet man eine Linie?
- e. Wodurch unterscheiden sich Gerade und Strecke?
- f. Wieviel Ausdehnungen hat eine Kreislinie?
- g. Wodurch unterscheiden sich Linie und Kreislinie?
- h. Können nur Geraden und Strecken parallel sein?
- i. Was ist ein Strahl?

Lösungen auf Seite 23



Tanzsport



Lust auf Tanzen?

Unsere Tanzkreise suchen Verstärkung!

Wir tanzen das ganze Spektrum von Standard- und Lateintänzen sowie Disco Fox und haben viel Spaß dabei. Für Paare mit Grundkenntnissen (z.B. aus der Tanzschule, auch wenn das schon etwas länger her ist), kommen die beiden Gruppen dienstags oder donnerstags jeweils 21:00-22:00 Uhr in Frage. Es hat sich gezeigt, dass diese späte Uhrzeit ideal für Berufstätige ist, die häufig relativ lange arbeiten müssen.

Falls Sie bereits über größere Vorkenntnisse verfügen oder vielleicht sogar schon früher in einem Tanzkreis getanzt haben, freuen sich auch unsere Fortgeschrittenen-Tanzkreise dienstags und donnerstags 19:00- 20:00 Uhr über weitere tanzbegeisterte Paare! In der Gruppe wird den Paaren nicht nur ein großes Figurenmateriale vermittelt. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf den technisch richtigen Bewegungsabläufen, damit sich das Tanzen „gut anfühlt“, d.h. dass die Bewegung harmonisch und durchgängig ist und ungünstige Belastungen von Rücken und Gelenken vermieden werden. Daher werden die Grundbewegungen auch immer wiederholt, was den Einstieg von neuen Paaren in die Gruppe erleichtert.

Ein Probetraining ist kostenlos, bitte melden Sie sich bei Interesse beim Abteilungsleiter der Tanzsportabteilung unter service@tusberne-tanzsport.de oder in der Geschäftsstelle Telefon 604 42 880 oder service@tusberne.de

<https://tusberne-tanzsport.de/>



Kurs

ErlebniSTanz ®

Jeder kann tanzen! Kurs zum Kennen lernen!

Musik und Rhythmus wecken unsere Lebensgeister. Tanzen fördert Beweglichkeit, Kondition, Koordination, Reaktion und Konzentration. Doch im Vordergrund dieses Kurses steht die Freude am Mitmachen. Auch Einzelpersonen werden ganz selbstverständlich in die unterschiedlichen Formationen der vielfältigen Tänze integriert. Mit Leichtigkeit navigieren die rhythmischen Anweisungen der Tanzleiterin die Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch die Figurenfolge jedes Tanzes. Der Kurs eignet sich besonders für Senioren, tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kursleiterin wurde beim Bundesverband Seniorentanz e.V. speziell für den ErlebniSTanz ausgebildet.

Veranstaltungsort

tus BERNE-Vereinszentrum (Mehrzweckhalle),
Berner Allee 64a, 22159 Hamburg

Kurstermine

22.01.2020 - 26.02.2020
mittwochs, 11:00-12:30 Uhr

Kursgebühr

Euro 22,- Vereinsmitglieder
Euro 35,- Gäste

Kursleitung: Sabine Kroß

Blaue Seiten



Termin!
Merken, bevor
es zu spät ist!



Zu spät...
Der Blick
zuRück

JA auf Reisen!



Urlaub!
Der JA
auf Reisen

Jugendausschuss
**tus
BERNE**
sports, fun and more...

JA-Lender 2020

JHV & Fasching	23.02.2020	Kinderolympiade	12.09.2020
Hamburg räumt auf	22.03.2020	Laternenumzug	24.10.2020
WE 1	05.06.-07.06.2020	Halloweenfeier	31.10.2020
WE 2	28.08.-30.08.2020	Weihnachtsaktion	05.12.2020



Fasching

**Ganz ohne
Anmeldung!**

Der JA möchte mit dir Fasching feiern.

Wann? Sonntag, 23. Februar 2020 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 Süßigkeiten-Bufferet plündern und natürlich einen Preis für das tollste Kostüm vergeben.

Wir freuen uns auf dich!

Deine JA'ler



Es ist wieder soweit, unsere Ausfahrten mit dir und deinen Freunden stehen für dieses Jahr fest!

Am ersten Wochenende vom **05.06.2020-07.06.2020** geht es mit dir und deinen Freunden ins Schullandheim Erlenried. Dort wollen wir mit euch gemeinsam das 35.000qm große Gelände erkunden, den Soccer Platz und die Boulderwand austesten, den Niedrigseilgarten erkunden, viele Spiele mit euch spielen und noch vieles mehr!

Das zweite Wochenende, vom **28.08.2020-31.08.2020**, geht es an die Ostsee nach Scharbeutz.

Du kannst mit deinen Freunden in den großen Zelten der Jugendherberge Scharbeutz übernachten. Diese liegt direkt am Strand, so dass wir direkt am Strand tolle Spiele mit euch spielen und hoffentlich im kühlen Nass plantschen können. Wer nicht baden möchte, hat die Möglichkeit den Tischkicker zu testen, Volleyball oder Tischtennis zu spielen und vieles mehr!

Genauere Infos sowie die Unterlagen für die Anmeldung erhältst du demnächst per Post.

Wir freuen uns auf dich!

Der JA räumt auf

Auch in diesem Jahr möchte sich der JA wieder der Aufgabe stellen: "Wie viel Müll findet sich rund um das Vereinsgelände?" Im letzten Jahr haben wir ganze 27 kg sammeln können. Schaffen wir noch mehr? Für diese Aktion suchen wir wieder viele freiwillige Hände, die uns unterstützen. Wir treffen uns am **22. März 2020, um 15 Uhr, am Berner Sportplatz** für ca. eine Stunde. Für das Team mit dem schwersten und dicksten Müllsack gibt es einen Preis zu gewinnen. Wir freuen uns auf dich!

Deine JA'ler



Rückblick Halloween

Gibt es einen besseren Zeitpunkt als den Grusel-Tag des Jahres, um ein Treffen für Hexen, Skelette, Vampire und Monster zu organisieren?

Nein!

Auch im letzten Jahr, am 31.10.2019, haben wir uns wieder eingefunden, um den Tag der schaurigen Gestalten zu feiern.

Es wurde wieder gespielt, gelacht und wirklich viel genascht.

Gespentische Spiele haben uns den Tag lang begleitet und wir möchten dir sehr dafür danken, dass du wieder mit dabei warst und wir freuen uns schon sehr auf das nächste Mal.

Deine JA'ler

Rückblick Kinderolympiade

Unser Vorentscheid zur Kinderolympiade fand am 7. September 2019 in der Halle in der Lienustraße statt.

In der Zeit zwischen 10 und 13 Uhr konnten sich alle teilnehmenden Mädchen und Jungen in drei Jahrgängen für das Finale qualifizieren. Der Parcours fordert gleich mehrere Fähigkeiten ab - Balancieren, Springen, Kriechen und Koordination.

Zwei Wochen später haben dann die schnellsten drei Mädchen und Jungen für den tus BERNE beim großen Finale der Kinderolympiade in der Leichtathletikhalle Hamburg teilgenommen und dort einen tollen Tag mit ihren Familien verbracht.

Vielen Dank an alle teilnehmenden Kinder und deren Geschwister, die teilweise noch zu jung oder schon zu alt waren und sich trotzdem dem Parcours gestellt haben.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr, wenn es wieder heißt: "Auf die Plätze, fertig, los!"

Deine JA'ler



Rückblick Sylt - Puan Klent

Am Freitag trafen sich die Kinder und Betreuer nicht wie gewohnt beim Sportplatz des tus BERNE, sondern am Bahnhof Altona. Alle Kinder waren pünktlich, sodass wir schnell in unseren Zug einsteigen und sich jeder einen guten Platz sichern konnte. Nach einem kleinen Snack wurde begonnen, die Mitreisenden besser kennen zu lernen und schon nach kurzer Zeit zusammen „Werwolf“ und mit ein paar unserer Betreuer „UNO“ zu spielen.

Auf Sylt angekommen, wartete auch schon unser Bus, der uns zur Unterkunft bringen sollte. Als wir in Puan Klent in der Unterkunft ankamen, wurden die Koffer nur abgelegt und direkt das Abendessen genossen. Nach dem Essen wurden die Zimmer verteilt, die Betten bezogen und die Klamotten ausgepackt. Anschließend versammelten sich alle Kinder im Gruppenraum, um zusammen wieder „Werwolf“ zu spielen.

Am Samstagmorgen wurden die Kinder anders als gewohnt schon gegen halb 7 geweckt, da um 8 Uhr die Wattwanderung geplant war. Um 8 Uhr haben wir uns mit „Moritz“ getroffen, der unsere Wattwanderung geleitet hat. Er hat uns viel über die Natur, das Watt, Krebse und vieles mehr erzählt, z.B. wie Wanderdünen funktionieren und warum sie so heißen, dass eine bestimmte Meeresschnecke mit nur einem Tropfen Wasser ca. 1 Monat überleben kann und warum eine Miesmuschel überhaupt Miesmuschel heißt.

Nach der Wattwanderung konnten die Kinder ihre Freizeit selbst gestalten. Um 11 Uhr haben wir uns alle wieder getroffen, um zusammen zum Baden in die Nordsee zu gehen. Nachdem der Bademeister uns die Regeln für die Badezeit erklärt hatte, konnten alle das kühle Nass genießen.

Als die Badezeit um war, sind wir noch weiterhin am Strand geblieben, es wurde Fußball und Volleyball gespielt und auch die Frisbee kam zum Einsatz.

Später wurde auf dem Gelände unserer Unterkunft noch mit dem Federball und Tischtennis mit und gegen die Betreuer gespielt.

Nach dem Abendessen wurden mit allen zusammen Gruppenspiele bis zur Nachtruhe gespielt.

Am Sonntag konnten die Kinder etwas länger schlafen. Nach dem Frühstück und Packen von Lunchpaketen wurden die Koffer fertig gepackt und die Zimmer sauber gemacht. Bis der Bus uns wieder zum Zug brachte, gab es wieder eine riesen Rennerei um die Tischtennisplatte und ein paar spannende Basketballduelle.

Zuhause wurden wir herzlich von den Eltern begrüßt und die Betreuer verabschiedeten sich kaputt, aber glücklich von den Kindern.

Deine JA'ler



Neuer Betreiber unserer Gastronomie gesucht

Janine Schlue hat den Pachtvertrag unserer Gastronomie zum 31. März 2020 gekündigt.

Wir danken ihr in jeder Hinsicht für das große Engagement in der Küche, hinter dem Tresen und im Bemühen, allen Wünschen unserer Mitglieder gerecht zu werden. Wir wünschen ihr alles Gute und ein glückliches Händchen für die weiteren Schritte auf ihrem Lebensweg.

Gemeinsam mit der Berner Gast GmbH werden wir versuchen, einen neuen Pächter ab 1. April 2020 unter Vertrag zu nehmen.

Eure Abteilungsleitung

Saison 2020: tus BERNE-Tennis ersetzt das Platzbuchungsbuch durch ein elektronisches Buchungssystem

Das Zeitalter der Computer- und Internetnutzung hält ab 2020 auch im tus BERNE-Tennis seinen Einzug. Nach gründlicher Vorbereitung, insbesondere durch unseren Fachmann in der erweiterten Abteilungsleitung, Peter Becker, werden wir - auch mit Zustimmung des Hauptvereins - das Platzbuchungsbuch ersetzen durch ein elektronisches Buchungssystem. Eine Buchung der Plätze ist dann mit Handy, Notebook, Computer zu Hause etc. jederzeit möglich. Die Belegung ist ebenfalls, von wo auch immer, einsehbar.

Unser Sportwart Jürgen Burmeister legt zusammen mit den Mannschaftsführern zu Beginn der Saison die Trainingszeiten fest, die als Mannschaftsblock für die ganze Saison in das System eingetragen werden.

Im Clubhaus ist die Einsicht/Buchung über ein Terminal möglich. Nur hier werden außerdem die bisherigen „Hängeplätze“ gebucht.

Alle speziellen Buchungsdetails und Möglichkeiten dieses Systems haben wir mit dem Rundschreiben an alle Mitglieder im Dezember 2019 detailliert beschrieben. Für das Tennisspielen bei uns im Verein ab Saison 2020 ist es zwingend notwendig, sich bis dahin online auf der Plattform unseres Partners eBusy zu registrieren. Eine alternative Platzbuchung ist dann nicht mehr möglich.

Wir hoffen, dass bis Ende März alle Mitglieder die Registrierung getätigt haben. Die Benutzung des Terminals und Hilfestellung für noch nicht registrierte Mitglieder werden wir an speziellen Schulungsangeboten trainieren/anbieten. Die Nutzung des Systems ist natürlich kostenlos für die Mitglieder. Auch das Spielen mit Gästen ist weiterhin möglich. Hier bezahlt der Gastgeber bequem und sicher online die 10,- € Gastgebühr.

Für weitere Fragen steht jederzeit zur Verfügung: Peter Becker.

Eure Abteilungsleitung

Einladung zur Mitgliederversammlung der Abteilung tus BERNE-Tennis 2020

Hiermit werden alle Mitglieder der Abteilung tus BERNE-Tennis zur jährlich stattfindenden Mitgliederversammlung eingeladen.

EINLADUNG

zur diesjährigen Mitgliederversammlung
der Abteilung tus BERNE-Tennis

Freitag, 20. März 2020, um 19:00 Uhr
tus BERNE-Vereinszentrum
Berner Allee 64 a, 22159 Hamburg

Tagesordnung

- TOP 1** Begrüßung
- TOP 2** Bericht der Abteilungsleitung
 - Abteilungsleiter:
Mitgliederzahlen, Gastronomieumfrage,
Ausblick, Projekte
 - Stellv. Abteilungsleiter:
Zustand Plätze, Platzfreigabe,
Regeln für Spielbeginn
 - Kassenwart: Finanzen
 - Sportwart: Medenspiele, Aktionen 2020
 - Jugendwart: Aktivitäten 2019, Trainerteam,
Ausblick 2020
- TOP 3** Bericht der Kassenprüfer
Antrag auf Entlastung der Kassenprüfer
- TOP 4** Entlastung der Abteilungsleitung
Wahl der Kassenprüfer
- TOP 5** Wahlen in der Abteilungsleitung/Delegierte
 - Stellv. Abteilungsleiter
 - Sportwart
 - Kassenwart
 - Delegierte tus BERNE-Tennis
- TOP 6** Einführung des elektronischen Buchungssystems (Peter Becker)
 - Status Anmeldungen
 - Vergleich bisheriges System/elektr. System
 - Buchungstechnik
(Smartphone, Tablet, Monitor im Clubhaus)
 - Datenschutz
- TOP 7** Sonstiges

Anträge zur Abteilungsversammlung müssen bis spätestens drei Wochen vor dem Versammlungstermin der Abteilungsleitung schriftlich vorliegen.

Abteilungsleitung tus BERNE-Tennis



Auch wir haben einen „Timo“!

Ich habe mir diesmal gedacht, euch Einen aus unserer Mitte vorzustellen, der mehr als nur kontern, schneiden und Top Spin ziehen kann. Warum er, was er alles kann – oder auch nicht, lest ihr hier:

Ich (Sina): *Timo, schön dass wir uns treffen und du bereit für ein Interview bist. Also ich habe gedacht, wer sonst, wenn nicht du. Ich kenne dich schon sehr lange. Du bist ja seit der Kindheit dabei. Wie bist du zum Tischtennis gekommen?*

Timo: Das war in der 4. Klasse. Ben, unser Abteilungsleiter, hatte eine Schulaktion gemacht in der Grundschule Schierenberg, die es damals noch gab. Da habe ich Tischtennis kennen gelernt. Ich habe mit vielen Leuten aus meiner Klasse angefangen. Zuerst waren wir bestimmt zehn Kinder aus zwei Klassen. Tja, aber ich habe dann weiter gemacht.

Ich: *Also hast du die Liebe zu diesem Sport entdeckt?*

Timo: Na, zuerst habe ich nicht so ernsthaft Tischtennis gespielt, denn ich war davor schon im Fußball und habe beides bis 14 Jahre gespielt. Mit 16 Jahren habe ich dann den Trainerschein gemacht und da kann ich sagen, die Leidenschaft für Tischtennis entdeckt zu haben. Vorher war es eher nur Spaß. Also richtig los ging es erst ab 16, wo ich merkte, jetzt möchte ich mehr.

Ich: *Viele junge Spieler, das weißt du auch, wechseln den Verein und gehen dorthin, wo mehr Perspektiven vorhanden sind, oder sie in einer anderen Liga spielen. Warum du nicht?*

Timo: Für mich war die Perspektive eine andere, und zwar dass ich machen kann, was ich möchte (lacht). Es gibt zwei Möglichkeiten. Entweder man möchte sein Leistungsniveau verbessern, hat ein Leistungsziel, möchte etwas erreichen und irgendwohin kommen oder man möchte Spaß haben und hat andere Ziele. Ich hatte andere Ziele. Ich wollte im Jugendtraining was machen, da es immer schlechter wurde, weil wir immer weniger Trainer hatten. Die guten, mit denen ich angefangen hatte, wurden älter und hatten weniger Zeit. Das Training wurde eher ein freies Spiel und weniger konsequentes Üben. Das wollte ich ändern und das wurde von Ben stark unterstützt. Das versuche ich jetzt auch bei den anderen jungen Trainern rüberzubringen, dass sie Lust darauf bekommen, richtig zu üben. Dann hatte ich das Jugendtraining mit 18 Jahren zusammen mit Torben übernommen. Jetzt mittlerweile kenne ich die Kinder von Anfang an. Das ist die Perspektive, die ich gesehen habe und mich diesbezüglich verwirklichen konnte. Und ich hatte viel Spaß mit den Spielern, mit denen ich im Erwachsenenbereich gespielt habe.

Ich: *Das finde ich löblich. Muss ja auch einen Grund haben, warum manche Spieler wieder zu uns zurückkommen. Andere Frage, wie schaffst du es, die Kinder und Jugendlichen zu motivieren?*

Timo: (lächelt) Das ist eine gute Frage. Manchmal hat man das Gefühl, man schafft es nicht. Je älter sie werden, wird es immer schwerer zu motivieren. Manche sagen kurzfristig ab, da sie vermehrten Schulstress haben. Aber ich glaube, wenn man selber motiviert ist, springt dieser Funke über. Man hat selber Spaß und Bock darauf, mit denen etwas zu machen und dann haben sie selbst Lust, kommen zum Training, bleiben, kommen regelmäßig. Man versucht, die Gruppendynamik zu entwickeln, dass die Kinder sich gegenseitig mögen und zusammenspielen wollen. Teamgeist ist wichtig, es sind ja nun einmal Mannschaften. Wir als Trainer versuchen, dass wir Lust ausstrahlen, so dass die Kinder auch Lust haben.

Ich: *Ja, das ist gut und richtig. Bekommst du Unterstützung von den Eltern?*

Timo: Das ist unterschiedlich. Bei Einigen kommt sie von alleine. Stark einfordern, glaube ich, tun wir es im Moment nicht, weil wir ein großes Trainerteam sind im Verhältnis zur Mitgliederzahl und das dadurch gut abdecken können. Bei Auswärtsspielen fordern wir es ein, ist aber nicht immer notwendig. Die 12-Jährigen würde ich jetzt nicht allein losfahren lassen. Die älteren Kinder fahren auch mit den öffentlichen Verkehrsmitteln hin. Da ist das nicht mehr so dramatisch.

Ich: *Zeitweise hattest du das Training bei den Erwachsenen übernommen, was wirklich Spaß gemacht hat. Warum hast du damit aufgehört?*



Timo: Es war einfach nur die Zeit. Neben meinem Studium habe ich noch gearbeitet. Somit blieb weniger Zeit für den Sport und deshalb habe ich mich dann eher auf das Jugend- und mein Training konzentriert.

Ich: Also Prioritäten setzen?

Timo: Genau. Das Jugendtraining war mir dann wichtiger.

Ich: Das kann ich verstehen. Du bist gut in der Abteilung integriert. Du hast mehrere Funktionen, Mannschaftsführer, aktiver Spieler, Jugendtrainer. Wie läuft es momentan in deiner Mannschaft?

Timo: Da läuft es sehr gut. Momentan sind wir zum ersten Mal in der 2. Bezirksliga erfolgreich auf dem 4. Platz. In den letzten Jahren haben wir eher auf Antrag die Klasse gehalten und nicht aus eigener Kraft. Aber jetzt sind wir 4. und spielen gut mit.

Ich: Klasse! Weiter so! Nimmst du eigentlich noch an Turnieren teil?

Timo: Sehr sporadisch und immer mal wieder. Ich spiele häufig in der Zeit, wo keine Punktspiele sind. Natürlich gerne die Turniere, wo ich nicht das untere Ende von der TTR-Klasse bzw. Gruppe bin. Das macht nicht so viel Spaß, wenn man abgeschossen wird und nach Hause geht. Wenn man in der Mitte steht, habe ich Spaß dabei und dann ist es auch gut.

Ich: Was war mal als Spieler dein größter Erfolg?

Timo: Ähm, ich war in der C-Klasse beim Turnier 2. Platz. Und ich war mit Marian auch 2. Platz im Doppel beim TTG Winterturnier und mit Florian war ich einmal bei den BCDE-Meisterschaften 2. Platz. Also, immer nur Zweiter. Aber das passt auch, da ich nicht derjenige bin, der zu jedem Turnier rennt und immer das Maximum rausholen muss. Ich wollte und will zwar besser werden, aber muss nicht jedes Turnier gewinnen.

Ich: Der Ehrgeiz war nicht da. Das ist aber auch okay und gesund. Wo siehst du denn spielerisch deine Stärken und Schwächen?

Timo: Meine Stärken sind meine Aufschläge. Da habe ich in letzter Zeit viel dran gearbeitet. Das sehe ich im Vergleich zu Dennis. Wir konkurrieren beide gerade, den oberen Platz unter uns auszumachen. Ich merke, dass ich durch die Aufschläge das Spiel noch besser für mich steuern kann. Und wo ich noch stark bin, ist die Vorhand- und stabil auf der Rückhandseite, was in unserer Liga noch ausreichend ist. Schwächen zeigen sich, wenn der Gegner mit wenig Schnitt spielt. Viele leere Bälle, die relativ halblang kommen. Damit kann ich wenig anfangen und dann spiele ich sie schlecht zurück.

Ich: Ich denke aber, dass solche leeren Bälle bei euch Herren in der Liga doch selten sind, oder?

Timo: Das hofft man. Das ist nicht so. Mein Doppelpartner Holger spielt eine Noppe auf der Rückhand und in der Gegenpaarung ist mindestens ein Materialspieler. Und diese nehmen grundsätzlich den Schnitt raus, es sei denn, es ist eine lange Noppe. Gegen die Leute habe ich Probleme. Gegen Spieler, die aktiv Top Spin ziehen, komme ich gut klar.

Ich: Das kann ich nachvollziehen. Ja, wo du mit der Mannschaft hinmöchtest, kann ich mir vorstellen. Also erst einmal dableiben?!

Timo: Ja, diese Saison ist es der Klassenerhalt. Wenn Nicole mehr als sechs Einsätze spielen könnte, würde man auch einmal über den Aufstieg nachdenken können, aber dies wird wohl nichts.

Ich: Also ohne Nicole, meinst du, würde es nicht klappen?

Timo: Da haben wir noch eine Lücke, ja.

Ich: Hast du spielerische Vorbilder?

Timo: Ich schaue mir sehr interessiert alle möglichen Leute bei Spielen, und Turniere im Internet an. Da kann man alle Spiele ansehen. Ich verfolge gerne die deutschen Spieler, aber ich sehe sehr gerne Fan Zhendong, einen Chinesen. Er hat einfach so viel Kraft, in allem was er tut, das ist unglaublich. Aus dem Körper holt er die Kraft. Die Dynamik, die kann man sich da gut ansehen. Ansonsten, so vom langen Erfolg her, ist Timo Boll für die Deutschen ein gutes Vorbild.

Ich: Bist du, unabhängig jetzt mit dem „Hallenausfall“, zufrieden mit der Trainingssituation, d.h. die Zeit, die Anzahl der Spieler, der Mix etc. oder hast du Vorschläge, wie man etwas verbessern könnte?

Timo: Ja, wir sind in den letzten Jahren schon etwas gewachsen und ich glaube, dass es ein Problem ist, dass wir in der Halle so viele Punktspiele haben. Wenn wir jetzt hier im Vereinshaus die Trainingsmöglichkeit bekommen, könnte man in der Halle die Spiele machen und hier trainieren. Dadurch lösen wir dieses Problem. Der Montag ist unentspannt. Da ist die Halle einfach zu voll, wenn noch ein Punktspiel ist. So dass ich nach dem Jugendtraining noch etwas bleibe und dann auch gehe. Mittwochs ist es leerer. Wir haben eigentlich genug Platz, außer bei den Punktspielen. Deshalb würde ich den Ansatz gut finden, dass man die Alternativen, die sich jetzt aufzeigen, aufrechterhält, um das Training dorthin auszulagern. Aber das ist jetzt auch ein konkretes Problem, was in diesem Jahr durch die Damenmannschaften verstärkt wurde und deswegen schaffen wir überall Platz für die Punktspielzeiten, aber in den Punktspielzeiten leiden die Trainingszeiten. Und hier sollte man schauen, ob man das irgendwie zusammenbekommt.

Ich: Ja, ich weiß, was du meinst. Es gibt etliche Vereine, die zwei oder auch drei Hallen zur Verfügung haben. Eine Halle zum Trainieren und eine, wo dann die Spiele stattfinden, weil dort die Spielbedingungen vorhanden oder besser sind.

Timo: Ja, genau.

Ich: Okay, ja, Timo. Es hat mich gefreut und ich bedanke mich bei dir für deine Antworten und Ansichten. Weiter so!

Ja, Leute, das ist „unser“ Timo. Jung, aber mit trotzdem reifen und klaren Vorstellungen. Ich hoffe, dass euch das Lesen gefallen hat.

Ich wünsche euch allen einen guten Start in das Jahr 2020.

Eure Sina



Kinderturn-Sonntag

Fotos: Anja Jorré

Am 10. November 2019 war es mal wieder soweit: der alljährliche Kinderturnsonntag, an dem sich auch der tus BERNE von Anfang an beteiligt. Dieses Jahr allerdings erstmalig in der Turnhalle Lienaustraße (die kleine Sporthalle Schierenberg, in der wir die Jahre zuvor immer den Kinderturn-Sonntag stattfinden haben lassen, war leider zu diesem Zeitpunkt gesperrt).

Pünktlich um 10:00 Uhr standen die ersten Kinder mit ihren Eltern im Turnhalleneingang und es bot sich ihnen ein Blick auf zahlreiche Geräteaufbauten. Es konnte balanciert, an den Ringen geschwungen, auf Trampolinen gesprungen, über Rollenrutschen und kleine Mattenberge gerollt werden sowie die Sprossenwand und sogar die Kletterwand hochgeklettert werden. Auch die ganz Kleinen konnten auf einem separaten Mattenbereich viele Dinge ertasten, bauen und bestaunen. Über 100 Kinder sind mit ihren Eltern vorbeigekommen und erlebten einen fröhlich-sportlichen Sonntagmittag. Wir danken allen Helfern, die so tatkräftig mitgeholfen haben!

Und ein großes Danke geht an Regina und Susanne dafür, dass wir immer auf eure Unterstützung zählen können!

Wir möchten an dieser Stelle Marion ganz herzlich grüßen, die eigentlich wieder mithelfen wollte, aber aus gesundheitlichen Gründen nicht dabei sein konnte.

Andrea, dir auch vielen Dank für deinen Einsatz.

Liebe Marion, dir wünschen wir gute Besserung!

Kristina



Qi Gong und Tai Chi

Seit Anfang dieses Jahres treffen sich immer am Montagvormittag Teilnehmer der Qi Gong-Gruppen im Volkshaus Berne. Bei dem schönen Sommer-

wetter bot es sich an, einige Male draußen im Park gegenüber zu üben. Unsere Qi Gong und Tai Chi Lehrerin Birgit leitet den Kurs.

In diesem Kurs lernen Sie ausgewählte Bereiche aus dem Qi Gong und Tai Chi kennen. Die Übungen stammen aus den fernöstlichen Bewegungskünsten und dienen der Gesundheitsprävention. Stress wird abgebaut, Fehlhaltungen sanft korrigiert, so dass Körper und Geist wieder in Einklang gebracht werden. Neu-Einsteiger sind herzlich willkommen. **Birgit Schacht**

Qigong Intensiv-Wochenend-Workshops

Samstag, 15. Februar, 10:00-14:00 Uhr

18-fache Methode

Die 18-fache Methode stammt aus dem medizinischen Qigong. Die Übungsreihe besteht aus 36 Einzelübungen, die eine besonders positive Wirkung auf die Muskeln, Sehnen, Gelenke und die gesamte Wirbelsäule haben. Bei regelmäßiger Übungspraxis zeigen sich jedoch ganzheitlich positive Wirkungen zur Regulierung der inneren Organe.

Samstag, 21. März, 10:00-14:00 Uhr

Faszien-Qigong

Fehlhaltungen, Stress und Bewegungsmangel und ungesunde Ernährung sind die Hauptursachen für verfilzte und verklebte Faszien, was dann zu Bewegungseinschränkungen oder Schmerzen führen kann. Ziel dieses Workshops ist es, durch die dynamischen Dehnreize in den Übungen das Faszienewebe wieder elastischer und geschmeidiger zu machen, was zu mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden führt.

Die Workshops finden statt im Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg.

Kosten je Workshop Euro 25,- (Euro 38,- Gäste)

Vorherige Anmeldung erforderlich.



Kurse

Line Dance Intro

Alles auf einer Linie im tus BERNE!

Line Dance ist ein Tanz-Trend aus den USA. Beim Line Dance muss keiner führen, jeder tanzt für sich allein und doch gemeinsam mit anderen, nach vorgegebenen Schrittfolgen. Musikrichtung ist Country, Rock und Pop.

Mitmachen kann jede(r), gleich welchen Alters oder Geschlechts.

Um den Einstieg in die bestehenden Gruppen zu erleichtern, bietet der tus BERNE einen vierwöchigen Einführungskurs an. Die Teilnehmer erlernen die Grundbegriffe des Line Dance und erste Schrittkombinationen. Im weiteren Verlauf wird das Erlernete vertieft.

Veranstaltungsort tus BERNE-Vereinszentrum (Mehrzweckhalle), Berner Allee 64a, 22159 Hamburg

Kurstermin 11.01.2020 - 08.02.2020
Samstag, 16:00-17:00 Uhr

Kursgebühr Euro 30,-

Kursleitung: Marlis Wolter

Qi Gong und Tai Chi

In diesem Kurs lernen Sie ausgewählte Bereiche aus dem Qi Gong und Tai Chi kennen. Die Übungen stammen aus den fernöstlichen Bewegungskünsten und dienen der Gesundheitsprävention. Stress wird abgebaut, Fehlhaltungen sanft korrigiert, so dass Körper und Geist wieder in Einklang gebracht werden. Dieser Kurs ist für Neu-Einsteiger geeignet. Der Kurs findet während der Hamburger Schulferien statt!

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

Kurstermin 17.02.2020 - 23.03.2020
montags, 9:30-11:00 Uhr

Kursgebühr Euro 50,- Vereinsmitglieder
Euro 72,- Gäste

Kursleitung: Birgit Schacht

Yoga und Entspannung

Bei den zehnwöchigen Kursen 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.

Die Kurse sind geeignet für Jugendliche ab etwa 16 Jahre und Erwachsene. Die Kurse am Montag und Dienstag im Volkshaus Berne sind auch für Anfänger und Wiedereinsteiger. Der Mittwochskurs im Vereinszentrum richtet sich ausschließlich an Fortgeschrittene.

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

Kursgebühr Euro 65,- Vereinsmitglieder
Euro 90,- Gäste

Kursleitung: Daljit Singh Sidhu

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

Kurs Nr. 1 03.02.2020 - 27.04.2020
(nicht in den Ferien)

montags, 18:00-19:00 Uhr

Kurs Nr. 2 04.02.2020 - 21.04.2020
(nicht in den Ferien)

dienstags, 10:00-11:00 Uhr

Veranstaltungsort tus BERNE-Vereinszentrum (Mehrzweckhalle), Berner Allee 64a, 22159 Hamburg

Kurs Nr. 3 (nur Fortgeschrittene!)

05.02.2020 - 22.04.2020

(nicht in den Ferien)

mittwochs, 17:30-18:30 Uhr

Jazzdance für „Ältere“?

Ja, das gibt es! Wir sind eine kleine Gruppe und alle älter als 50. Wir haben viel Spaß an abwechslungsreichen Choreographien. Das hält nicht nur den Körper, sondern auch den Geist fit.

Schnupper mal rein.

Wir tanzen montags von 19:00-20:00 Uhr in der Sporthalle der Schule Karlshöhe, Thomas Mann Str. 2.



Ihr Hamburger Tischler

- 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



80 Jahre ... und „kein bisschen leise“

Ja, das Jahr 2019 ist nun Vergangenheit. Gerne erinnern wir uns an die Geburtstagsfeier unserer so beliebten Gymnastiklehrerin, Regina Pfullmann. Am 8. September 2019 wurde Regina 80 Jahre ... und „kein bisschen leise“. Die Sportgruppen vom Dienstag überraschten Regina am Vormittag mit einem selbst zusammengestellten Büffet. Statt Sport wurde gefeiert und kräftig auf Regina's Wohl angestoßen.

Wir wünschen ihr und uns weiterhin viel Freude und Spaß an den Gymnastikstunden und an den Ausflügen, die sie schon viele Jahre mit großem Einsatz und viel Liebe vorbereitet.

Liebe Regina, herzlichen Dank für dein Engagement – schön, dass wir dich haben! **Deine „Gymnastikschäferchen“**



Fitness-Wochenende in Boltenhagen

Frauen der Sportgruppe vom Donnerstagabend waren wie jedes Jahr wieder u.a. mit ihren Töchtern, Schwiegertöchtern, Freundinnen, Bekannten, Nachbarinnen und ehemaligen Kolleginnen zum bewegten Wochenende unterwegs. Es ist schon eine tolle Truppe, die sich da einmal im Jahr, im November, zusammenfindet.

Wir haben erstmals AROHA und Zumba-Gold getanzt, angeleitet von der VTF-Trainerin Christine, die ausgebildete Übungsleiterin für beides ist.

AROHA ist ein ausdauerbetontes Training zu speziell im 3/4-Takt komponierter Musik, den Tänzen der Maoris angelehnt und nimmt auch musikalische Einflüsse der Eingeborenen Neuseelands auf. Die tief in die Knie gehenden Schritte haben wir alle am anderen Tag gemerkt.

Wassergymnastik am nächsten Morgen hat den beanspruchten Knien gutgetan, Walking, Atemübungen am Strand, Stretch und Relax sind auch wieder dabei gewesen.

Es hat allen ausnehmend gut gefallen und wir haben für das nächste Jahr ein Wochenende schon angedacht. Es soll mal wieder nach längerer Pause Drums Alive geben, auch das kann Christine unterrichten. Wir freuen uns schon jetzt auf den nächsten November.

Gabriela Köster



Line Dance Wochenenden

Line Dance macht uns viel Spaß!

Line Dance mit Marlis macht noch mehr Spaß!

Line Dance mit Marlis an einem Wochenende in einem guten Hotel in einer kleinen Stadt an der Elbe, bei gutem Wetter und mit netten, fröhlichen Menschen ist fast nicht zu toppen.

Schon traditionell organisiert unsere Trainerin Marlis diese Wochenenden. Wir waren bereits an der Ostsee, an der Nordsee;

diesmal ging's also an die Elbe, nach Hitzacker. Schon die Reise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist ein Erlebnis. Man fühlt sich wie auf einer Klassenreise, es gibt so viel zu erzählen. Der Weg zum Hotel bei Sonnenschein war schon mal ein gutes Training nach dem langen Sitzen. Das Hotel, auf der Geest gelegen, gefiel uns gleich. Eine große Terrasse zum Entspannen, eine Umgebung, die gut für Wanderungen geeignet ist, ein Kneipp-Becken für müde Füße wie auch ein Barfuß-Wanderweg. Und das Städtchen Hitzacker selber. Die Heinzelmännchen sind dort heimisch. Man begegnet ihnen an vielen ver-

steckten Ecken in der Stadt. Man muss sie nur suchen. Aber so ein Spaziergang hat seine Tücken. Man entdeckt kleine Läden, in denen man unbedingt einkaufen muss. Doch wir waren ja hauptsächlich zum Tanzen hier. Und das haben wir auch intensiv genutzt. Zunächst alle Tänze, die wir immer wieder gerne tanzen. Wie in einer Disco sollten wir Wünsche äußern und Marlis suchte auf ihrem Laptop die Musik aus. „Äh, die Musik kennen wir doch? Aber wie sind die Schritte?“ Marlis lachte dann nur und schon sprudelten die Schrittfolgen aus ihr heraus, wir hatten dann Mühe unsere Füße so schnell zu koordinieren. Auch neue Tänze hatte Marlis wieder auf Lager. Leider verflog die Zeit viel zu schnell. Glücklich und erfüllt traten alle am Sonntag den Heimweg an.

Danke, Marlis. Bis zum nächsten Mal.

Pf



Lösungen Gedächtnistraining von S. 11/12

Für die Aufgaben 1 – 4 sind hier nur Lösungsvorschläge angegeben. Es sind immer auch andere Antworten möglich.

1. Kaffee, Kakao, Kandiszucker, Karamellbonbons, Karbonaden/Koteletts, Karotten, Kartoffeln, Kassen, Kaugummi, Kefir, Kekse, Kinder, Kirschen, Klopapier, Knäckebröt, Knödel, Krabbensalat, Kuchen, Kugelschreiber, Kunden
 2. Akademie, Akazie, Akelei, akribisch, Akte, Aktie, aktuell, Akustik, Akzent, akzeptabel, Abakus, abstrakt, bakteriell, Charakter, exakt, Haken, Kontakt, Paket, Rakete, Tabak
 3. Akkordeon, Akku, Bankkonto, Brokkoli, Chanukka, Heckklappe, Hokkaido (Insel, Kürbis), Makkaroni, Marokko, Mekka, Mokka, Okkultismus, Pikkolo, Pneumokokken (erzeugen Lungenkrankheiten), Rückkehr, Sackkarre, Sakko, Stinkkäse, Sukkade, Trekking
 4. Kakao, Kaktus, Kalkül, Kamikaze, Karikatur, Kaskade, Kautschuk, khaki, Kiosk, Kloake, Knickerbocker, Kokain, kokett, Kokon, Koks, Kollektion, Konflikt, Konjunktur, Korken, Krokus
5. a. Eulen b. Frosch c. Bukarest d. Schriftsteller
e. Lispeln f. Kapitel g. Großherzog h. Elba
i. Nordrhein-Westfalen j. Befehlsform
 6. a und m / b und o / c und l / d und p / e und k / f und g / h und j / i und n
 7. Gesamtsumme: € 126,-
 8. a. Es gibt unendlich viele Linien.
b. Es gibt ebenfalls unendlich viele Parallelen.
c. Eine Linie hat nur eine Ausdehnung, nämlich die Länge.
d. Man zieht einen Strich, der uns eine Linie versinnbildlicht.
e. Gerade und Strecke unterscheiden sich dadurch, dass eine Gerade theoretisch unendlich lang ist, während eine Strecke das begrenzte Stück einer Geraden darstellt.
f. Eine Kreislinie hat nur eine Ausdehnung, nämlich die Länge.
g. Eine Linie ist eine ungleichmäßig gekrümmte, eine Kreislinie eine gleichmäßig gekrümmte Linie.
h. Nein, es können auch Linien und Kreislinien einander parallel sein.
i. Ein Strahl ist eine Gerade, die von einem Punkt ausgeht.

Unser Sportangebot – Ein starkes Stück Gemeinschaft



Aikido

Abteilungsleiter
Wolfgang Glöckner
info@aikido-tusberne.de

Stellvertreter
Simon Henning
info@aikido-tusberne.de



Handball

Abteilungsleiter
N. N.

Stellvertreter
N. N.



Leichtathletik

Abteilungsleiter
Bernd Springer 328 46 005

Stellvertreter
N. N.



Badminton

Abteilungsleiter
Martin Hansen 0157 85 62 66 28

Stellvertreter
Felix Bopp 0179 513 64 05



Inline-Skating

Abteilungsleiterin
Vanessa Förster 0176 45 87 60 18

Stellvertreter
N. N.



Poker

Abteilungsleiter
Matthias Liese 0170 183 33 25

Stellvertreter
Marcel Langkabel



Basketball

Abteilungsleiter
Sebastian Mellin 189 93 159



Judo

Abteilungsleiter
Oliver Ortmüller 0171 890 81 59

Stellvertreter
N. N.



Reha-Sport

Abteilungsleiterin
Jutta Ewert

Stellvertreter
Ute Hillers



Bogensport

Abteilungsleiter
Wolfgang Höber 0175 458 47 70



Ju-Jutsu

Abteilungsleiter
Bernhard Kempa 0171 524 94 86

Stellvertreter
Darius Kempa
mail@rechtsanwalt-kempa-hamburg.de



Skat

Abteilungsleiter
Erwin Winkler 678 06 53

Stellvertreter
Uwe Hübener 644 39 33



Fußball

fussball@tusberne.de

Abteilungsleiter
André Knorr 0157 54 21 71 51

Stellvertreter
Benjamin Kuschma 0176 49 49 98 67

Jugendleiter
Dominik Voigt 0176 76 77 98 30

Stellvert. Jugendleiter
Lars Schultes 0157 58 80 67 45

Schiedsrichterobmann
Manfred Rietschel 0157 71 66 32 47



Kanu

Abteilungsleiter
Klaus-Peter Graefe 640 56 00



Kegelsport

Abteilungsleiter
Torsten Schmidt 644 90 48



Ski und Wandern

Abteilungsleiter
Dietbert Pfullmann 640 04 14

Stellvertreterin
Renate Franz 647 79 83



Taekwon Do

Abteilungsleiterin

Doris Schwarz 0172 430 88 35

Stellvertreter

N. N.



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

Claudia



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

N. N.

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 Heinsch
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

Ehrevorsitzender

Günther Meier

„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

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

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

B E R N E R



SCHLOSS

*feiern
tagen
heiraten*

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

www.berner-schloss.de

Turn- und Sportverein Berne e.V. · Berner Allee 64 a · 22159 Hamburg

www.tusberne.de · Service@tusberne.de