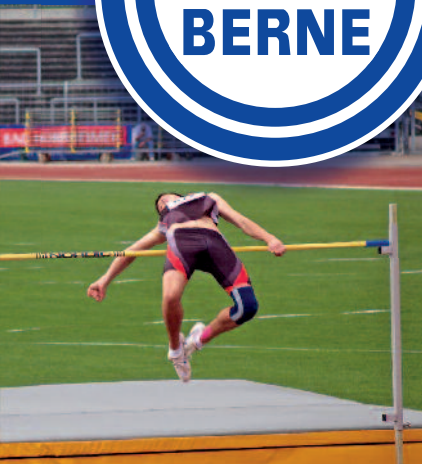


4. Ausgabe 2011 45. Jahrgang

BLICK • PUNKT

Vereinsnachrichten



**Sport,
Spiel und
Spaß
für Jung
und Alt**



- Aikido
- Badminton
- Ballett
- Basketball
- Bogensport
- Diabetes und Bewegung
- Fibromyalgie
- Folklore
- Fußball
- Gymnastik
- Handball
- Herzsport
- HipHop
- Inline-Skating
- Jazz-Dance
- Jazz-Gymnastik
- Judo
- Ju-Jutsu
- Kanu
- Karate
- Kegelsport
- Leichtathletik
- Line Dance
- Pilates
- Power Yoga
- Schwimmen
- Skat
- Ski und Wandern
- Stepp-Aerobic
- Taekwon Do
- Tai Chi
- Tanzsport
- Tennis
- Tischtennis
- Turnen
- Vereinsorchester
- Volleyball
- Wirbelsäulengymnastik



NEU ab Oktober



TERMINE • TERMINE • TERMINE • TERMINE

25.10.	20:00-21:00 Uhr	Zumba® Fitness
26.10.	19:30 Uhr	Abteilungsversammlung Ski und Wandern
06.11.	10:00-13:00 Uhr	Kinderturnsonntag
12.11.	15:30 Uhr	40 Jahre Zugvogel

Jugendausschuss

08.-15.10.		Herbstausfahrt nach Freiburg
29.10.	16:00 Uhr	Große Halloweenparty
03.12.	14:00-16:00 Uhr	Weihnachtsbasteln und Backen

Volkshaus Berne

29.10.		Blau-weiße Nacht
05.11.		Bauchtanzfest
06.12.	15:00 Uhr	Weihnachtskasper
20.11.	16:00 Uhr (Premiere)	Hook
10.12.	15:00 Uhr	Ein Weihnachtsmärchen von dance & more
11.12.	15:00 Uhr	

Mündliche Kündigungen bei den Abteilungsleitern, Trainern etc. sind rechtsunwirksam.

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.

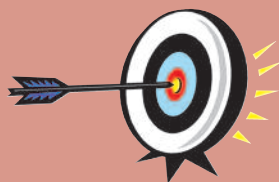
Inhaltsverzeichnis

Vorstand	2
Turnen, Fitness und Prävention	3
Folklore	7
Tanzsport	8
Leichtathletik	9
Kanu	10
Judo	11
Blaue Seiten	12
Ski und Wandern	15
Reha-Sport	20
Tennis	22
Winterlauf	23
Volkshaus Berne	23
Sportangebote	24

Was gibt's Neues?

Bogensport

für Menschen von 8 bis 80 Jahre:
in der Sporthalle Karlshöhe,
Thomas-Mann-Straße 2
Probetraining immer am 1. Sonntag im Monat.
Nur nach vorheriger Anmeldung!



Karate

für Kinder ab etwa 7 Jahre:
immer montags von 17-18 Uhr
in der kleinen Sporthalle,
Hermelinweg 10

Bevorzugt bitte

unsere Inserenten:

A. Gehrman – Baugeschäft

André Maiwald – Holzarbeiten aller Art

Bernstein + Berner Apotheke

Die Waldkinder Hamburg –
Naturkindergarten

Fahrschule Angerer

Fresemann – Multimedia

Gartenstadt Hamburg eG –
Wohnungsgenossenschaft

Heim Management Consulting GmbH

Hermann Töpfer – Bautischlerei

Horst Söhl oHG – Ihr Partner am Bau

Kfz.-Werkstatt Michael Janssen
– Leistung rund ums Auto

Männerchor Adolphina

Massageprivatpraxis –
Barbara von Chmielewski

Michael Rieß – Malerbetrieb

Peter Greß – Bauausführungen

UTU Glaserei – Torsten Uckermark

Wolfgang Klostermann – Heizung

Ziel-Reisen

IMPRESSUM

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

Redaktion: Gabi Schlösser (verantwortlich)
Dietbert Pfullmann
Julia Petersen
Nicola Struve

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:
28. November 2011**

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

Liebe Vereinsmitglieder,

Blickpunkt online ?

So lautete die Frage in der letzten Ausgabe des Blickpunkts. Nach der Modernisierung des Aussehens unserer Vereinszeitung möchten wir unseren Blickpunkt weiter modernisieren. Als umweltbewusster Verein wollen wir so wenig Energie, Papier und Druckfarben verbrauchen wie nötig und damit auch die hohen Druck- und Versandkosten senken. Ebenso wollen wir diejenigen Vereinsmitglieder erreichen, die ihre Informationen größtenteils über elektronische Medien sammeln. Das Ergebnis unserer Umfrage zeigt, dass ein beachtlicher Teil unserer Mitglieder die Online-Variante favorisiert. So wird auch der tus BERNE weiter ins Zeitalter von Internet, E-Books, Smartphones und E-Mails vordringen und das anbieten, was bei Zeitungsverlagen genau so wie bei vielen großen und kleinen Unternehmen längst zum Standard gehört: Lesen am Computer.

Sie würden dann kein gedrucktes Exemplar mehr erhalten, sondern stattdessen eine E-Mail mit einer PDF-Datei im Anhang.* Wenn Sie interessiert sind, den Blickpunkt bereits ab der nächsten Ausgabe nur noch als elektronische Version per E-Mail zu erhalten, senden Sie uns bitte eine E-Mail an blickpunkt@tusberne.de und nennen uns Ihren Namen und die E-Mail-Adresse, an die wir den Blickpunkt senden können. Die Printausgabe wird parallel dazu weiter erscheinen, so dass jedes Mitglied für sich entscheiden kann, welches Medium es bevorzugt.

*: Erfordert PDF-Reader, z. B. Adobe Acrobat Reader.

Schließung der Kegelbahnen

Viele Klubs haben die frühe Information über die Schließung unserer Kegelbahnen zum 31.12.2011 für sich genutzt und sich rechtzeitig nach einer neuen Bleibe umgesehen. Bis zu den Sommerferien hatten bereits einige unserer Klubs ihre Kündigung eingereicht. Den Kegelgruppen, die keinen früheren Ausstiegstermin wünschen, werden wir rechtzeitig zum Jahresende eine schriftliche Kündigung zusenden. Es ist uns wichtig noch einmal zu betonen, dass die Entscheidung, die Kegelbahnanlage zu schließen, unumgänglich war. Seit mehreren Jahren war sie unser Sorgenkind und sämtliche Bemühungen, den Betrieb zu stabilisieren, liefen ins Leere.

Die weitere Verwendung der Räumlichkeiten ist nach wie vor offen. Hiermit beschäftigt sich ein hierfür gebildeter Ausschuss in enger Zusammenarbeit mit dem Vorstand. Zurzeit wird die Anlage samt Gebäude von Fachleuten begutachtet und bewertet. Bei allen Überlegungen zur Zweckdienlichkeit des Projektes lassen wir natürlich die Kosten nicht außer Acht. Unser wichtigstes Anliegen ist, die Vereinsmitglieder finanziell so wenig wie möglich zu belasten.

„Kids in die Clubs“

Vielen Kindern und Jugendlichen bleibt die Teilnahme am Vereinssport aus finanziellen Gründen verwehrt. Der tus BERNE beteiligt sich bereits seit mehreren Jahren an der Aktion „Kids in die Clubs“ der Hamburger Sportjugend. Durch diese Aktion haben Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, deren eigenes Einkommen oder das Einkommen der Eltern eine bestimmte Bemessungsgrenze nicht übersteigt, die Möglichkeit einen Zuschuss in Höhe von Euro 10,- pro Monat (entsprechend des Bildungspaketes) für die Teilnahme am Sport zu erhalten. Dazu muss die Zuschussberechtigung durch einen sogenannten Einzelnachweis festgestellt und durch entsprechende Belege nachgewiesen werden. Der Antrag wird dann von der Hamburger Sportjugend geprüft. Im Falle der Bewilligung wird der Zuschuss ab dem Monat nach Antragstellung bis zum 31.07. eines Jahres dem Mitgliedskonto gutgeschrieben. Die Finanzierung der Aktion erfolgt in Kooperation mit dem Hamburger Abendblatt „Kinder helfen Kindern“ und der Behörde für Bildung und Sport. Bei Interesse und weiteren Fragen wenden Sie sich an unsere Geschäftsstelle. Unsere Mitarbeiterinnen beantworten gerne Ihre Fragen und helfen bei der Antragstellung.

Kein neues Gesicht

„Unser Hermann“ musste den tus BERNE zum 30.06.2011 verlassen. Alle Bemühungen, eine nochmalige Verlängerung seiner Maßnahme zu erwirken, liefen ins Leere. Hermann war seit November 2007 im Rahmen einer Arbeitsbeschaffungsmaßnahme für ältere Langzeitarbeitslose unserem Verein zugewiesen worden. Und Hermann entpuppte sich schnell als gute Seele im Verein. Am Vereinszentrum pflegte er die Außenanlagen, war drinnen etwas im Argen – Hermann hat's flink gerichtet. Im Volkshaus freuten sich unsere Sportler und andere Nutzer über seine Anwesenheit. Auch hier sorgte er drinnen wie draußen für Ordnung und Sauberkeit und war stets zur Stelle, wenn jemand Hilfe benötigte. Und zu guter Letzt bestückte er wöchentlich unsere Schaukästen mit neuen Aushängen.

Anfang August wurde uns ein neuer Hausmeister- und Platzwarthelfer über den Hamburger Sportbund zugewiesen. Nach nur einer Woche wurde dieses Beschäftigungsverhältnis im gegenseitigen Einvernehmen wieder beendet. Kurzfristig konnte keine neue Kraft vermittelt werden, aber wir benötigten dringend zuverlässige Unterstützung am Vereinszentrum und auch im Volkshaus Berne. Es kostete einige Telefonate im Hamburger Behördenschlingel, etwas Papierkrieg und nur einen einzigen Anruf bei Hermann: Natürlich möchte er wieder bei uns anfangen – nichts lieber als das! Wir haben beschlossen, Hermann ab dem 1. September 2011 als festen Mitarbeiter bei uns einzustellen. Und so können wir Dich, Hermann, ein zweites Mal in unserem Team begrüßen! Wir freuen uns, dass Du wieder bei uns bist, und wünschen Dir viel Spaß und Erfolg bei Deiner neuen alten Tätigkeit. **Der Vorstand**



Zumba® Fitness

Ein neuer Sporttrend begeistert weltweit Alt und Jung!

Lateinamerikanische Rhythmen, leicht zu lernende Schrittkombinationen und Partyfeeling zeichnen diesen Kurs aus. Zumba® ist ein spanischer Ausdruck und wird umgangssprachlich gebraucht für „sich schnell bewegen und tanzen“. Gemäß dem Prinzip „fun and easy to do“ ist Zumba® Fitness für alle geeignet, die sich gerne zu Musik bewegen, egal welchen Alters oder Leistungslevels. Tanzen können muss man für Zumba® nicht, der Spaß an der Bewegung reicht aus. Die Schritte sind leicht nachzutun und die heißen Latin-Rhythmen reißen einfach mit, sodass das Work-out zur Party wird. Und so absolviert man mit viel Spaß ein sehr intensives Training bei dem Stress und Fett abgebaut werden.

Neugierig?

Am Dienstag, dem 25. Oktober 2011, von 20:00 bis 21:00 Uhr könnt ihr Zumba® ausprobieren.

Wo? Sporthalle Lienustraße 32.

Kosten: Euro 3,-.

Trainerin: Christine Zandbergen
Bitte unbedingt geeignete Schuhe („drehfreudig“, keine weichen Gummisohlen) anziehen. Im Anschluss, ab dem 1. November 2011, kann Zumba® Fitness als 7-wöchiger Kurs (Euro 16,- für Vereinsmitglieder, Euro 35,- für Gäste) belegt werden.



Sommerausfahrt in den Vogelpark Walsrode

Recht früh starteten am 22. Juni zwei Elite-Busse mit tus BERNE-Sportlern und Gästen zum Ausflug in die Südheide. Der weltweit größte Vogelpark - eine der schönsten Parklandschaften Deutschlands - mit diesen Attributen wirbt der Vogelpark in seinem bunten Prospekt. Gespannt waren wir, ob die Werbung nicht zu viel versprach. Gegen 10:30 Uhr

passierten wir den Eingang und schlenderten in kleinen Gruppen im Sonnenschein durch die große Parkanlage. In unterschiedlichsten Freigehegen, angepasst mit Teichen, Wasserläufen und Felsen, in der Tropenwaldhalle, der Freiflug- oder Paradieshalle sahen und erlebten wir Vögel der verschiedensten Arten. Interessant war die Fütterung der Pinguine, Pelikane oder Greifvögel. Es gab so vieles zu entdecken, auch Blumen, Pflanzen und Bäume. Zwischendurch luden die Restaurants mit gemütlichen Gärten zur Erholung ein. Ein kurzer Schauer konnte unsere Stimmung nicht trüben. Eine spektakuläre Freiflug-Vogelshow hat uns dann alle sehr begeistert. Pelikane landeten direkt vor den Zuschauern, die Ranger ließen große Raubvögel über unsere Köpfe fliegen, führten uns den „Sekretär“ vor, ein Vogel, der nur durch schnelles Laufen seine Beute schlagen kann. Zu viel will ich nicht verraten. Das Ende der Show, untermalt mit Musik, war jedenfalls toll. Fahrt selber mal hin und geht durch diesen schönen Park und entdeckt die Vögel.





Spende für den AWO-Kindergarten Sonnenhügel

Anlässlich des 2. Berner Gesundheitsmarktes der Abteilung Turnen, Fitness und Prävention im April hat Marianne Marthiens bei diversen Berner Geschäftsleuten großzügige Spenden für die Tombola einsammeln können. Der Erlös sollte wieder der AWO-Kita zukommen.

Große Freude gab es im Juni bei dem Sommerfest des Kindergartens, als Marianne und Susanne eine Urkunde sowie den Betrag von Euro 200,- an die Leiterin



überreichen.

Frau Schröder bedankte sich

auch im Namen der Kinder und erklärte uns, das Geld wird für die Erstellung einer großen Holz-Schaukel eingesetzt. Wir wünschen den Kindern und ihren Erzieherinnen viel Schwung und Spaß beim Schaukeln!

Susanne Graefe

Mit dem Rad zur Landesgartenschau

Wer kommt mit dem Fahrrad zur Landesgartenschau in Norderstedt mit? Diese



Heizung - Solar - Bad - Lüftung

Neubau - Modernisierung - Wartung - Reparatur



Wolfgang Klostermann e.K.

Inh. Kai Klostermann

Blakshörn 46 · 22159 Hamburg

Telefon 040 - 644 57 64 · Telefax 040 - 644 90 58

info@heizungsbau-klostermann.de

www.heizungsbau-klostermann.de

M·M·R·

Handwerksarbeit ist Vertrauenssache!

Malereibetrieb Michael Rieß

führt für Sie sämtliche

Maler- und Bodenbelagsarbeiten aus.

Berner Allee 2a • 22159 Hamburg • Tel: 040 - 23 99 42 18

Frage wurde in den letzten Gymnastikstunden vor den Ferien aufgeworfen. Och, wenn das Wetter es zulässt! Wie viele Kilometer sind es denn? Ist die Strecke schwierig zu fahren? Diese Fragen schwirrten durch die Halle im Volkshaus. Nun, Regina hatte die Tour schon einmal abgefahren und konnte alle beruhigen. Etwa 15 Kilometer sind es bis zu den Toren der Schau. Die einzige Steigung ist von der Alster hoch zum Poppenbütteler Weg. Ansonsten kann man schön abseits der großen Straßen dorthin radeln.

Am 6. Juli 2011 trafen sich zwölf Mutige bei trockenem Wetter um 8:30 Uhr. Eine Panne, nur wenige Kilometer nach dem Start, zwang zwei Teilnehmerinnen umzukehren. Schade. Wir anderen radelten munter drauf los und freuten uns, dass wir schon nach 1 ¼ Stunden unsere Räder abstellen konnten. Wir waren froh, dass wir so zeitig aufgebrochen waren, denn inzwischen war es sehr warm geworden.

Gemütlich wanderten wir durch das große Gelände und hatten unsere Freude



an den Blumen und den Ideen der verschiedenen Gartengestalter.

Im Restaurant auf dem Gelände ließen wir alles Gesehene noch einmal Revue passieren.

Inzwischen war die Luft immer drückender geworden, sodass wir uns doch auf den Heimweg machten. War es nun das drohende Gewitter oder nur der schon bekannte Weg? Ganz verduzt stellten wir auf einmal fest: Meine Güte, schon daheim? Der allgemeine Tenor war: So eine Radtour machen wir mal wieder.

Regina Pfullmann

Gesucht: Neue Übungsleiterin beim Kinderturnen in der Halle Lienastraße

Leider hat uns Mari Schuldt, die drei Jahre die Kleinsten in der Lienastraße betreut hat, verlassen. Wir bedanken uns für die geleistete Arbeit. Für die Gruppe heißt es nun, sich wieder an ein neues Gesicht zu gewöhnen. Vorübergehend leitet Regina Pfullmann diese Gruppen. Wir sind jedoch auf der Suche nach einer neuen Trainerin, die die Gruppen fortführen wird. Die Zeit für Kinder ab 3½-5 Jahre ist von 15:00 bis 16:00 Uhr und die Eltern-Kind-Gruppe von 16:00 bis 17:00 Uhr.

Line Dance für Anfänger

Kaum war bekannt geworden, dass der tus BERNE einen Anfänger-Kursus im Line Dance anbietet, standen die ersten Interessenten in der Geschäftsstelle, um sich anzumelden. Inzwischen ist der Kursus voll.

Die Trainerin, Marlis Wolter, bietet den Line Dance nicht nur nach Country Music an, sondern vermittelt auch Tänze nach Rock und Pop-Musik. Dieser Mix und die lockere Art, in der Marlis ihren Unterricht erteilt, haben sich herumgesprochen. Liebe Marlis, wir wünschen Dir weiterhin viel Freude und Erfolg mit Deinem Line Dance!

Step Mix

Mittwoch, von 18:00-19:00 Uhr, Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6

Trainerin: Nathalie Hönicke

Dieses Angebot richtet sich an alle, die nach der Arbeit ein Ausgleichstraining absolvieren wollen. Funktionsgymnastik, Gutes für den Rücken und Arbeiten mit den Stepps sind Inhalte dieser Stunde.

Regina Pfullmann

Ferisport in den Herbstferien

Wie in den vergangenen Jahren freuen Marion und ihre Helfer sich auf viele Turnkinder und auch ihre Freunde. In der Halle Kamminer Straße wird dann gemeinsam geturnt, gespielt und in einer Spiellandschaft unterschiedliche Geräte ausprobiert.

Am Donnerstag, 6. und 13. Oktober soll es losgehen!!!



Wir freuen uns auf euch!

3- bis 5-jährige Mädchen und Jungen treffen sich um 16:00 Uhr

Mädchen und Jungen, die 6 Jahre und älter sind, treffen sich um 17:00 Uhr.

Kinderturnsonntag

6. November von 10:00-13:00 Uhr in der kleinen Sporthalle Schierenberg 50
Spiel und Bewegung – toben, turnen, balancieren, klettern -

Diese Erfahrungen schon als Kleinkind zu machen, wird für die Kinder immer wichtiger. Kinderturnen ist „die Kinderstube des Sports“, hier werden die Grundlagen für die sportliche und geistige Entwicklung gelegt.

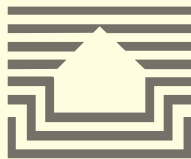
Am Kinderturnsonntag können Kinder und Eltern in einer Spiel- und Gerätelandschaft ausprobieren, wie viel Spaß es macht, einen Berg zu erklimmen, den Tunnel zu erkunden, über Wasser und Stege zu springen oder zu klettern. Im vergangenen Jahr konnten wir ca. 60 Kinder in der Halle begrüßen. Die Übungsleiterinnen freuen sich auf einen bunten und spannenden Vormittag. Kommt vorbei und erkundet eure Fähigkeiten!

Spiel und Spaß für Eltern mit Schulkindern

Nach den Herbstferien, ab 21. Oktober 2011, soll dieses Angebot am Freitag, von 16:00 bis 18:00 Uhr, in der Halle Lienastraße stattfinden.

Eltern wird die Gelegenheit gegeben, mit ihren schulpflichtigen Kindern gemeinsam Sport zu treiben. Dabei werden die Inhalte von Woche zu Woche variieren, eigene Vorschläge sind erwünscht. Ballspiele, Laufspiele oder Geräteparcours wechseln sich ab und bieten so die Möglichkeit, sich auszuprobieren und neue Erfahrungen zu sammeln.

Dieses neue Angebot im tus BERNE wird von Helge Spies angeleitet werden. Bei Fragen bitte in der Geschäftsstelle des tus BERNE, Berner Allee 64a, Tel.: 604 42 88-0 melden.



Heim Management Consulting GmbH

Unternehmensberatung im sozialen Bereich



Hans-Joachim Pütjer
Geschäftsführender Gesellschafter

Existenzgründung

***Sie planen eine Existenz zu gründen oder wollen
einen Betrieb pachten, kaufen oder bauen?***

Wir beraten und unterstützen Sie in allen hiermit verbundenen Fragen.

*Um Ihr Unternehmen zukunftsorientiert am Markt zu etablieren, bieten wir Ihnen neben
Management auf Zeit auch die Beteiligung an Ihrem Unternehmen auf Zeit oder dauerhaft an.*

Unsere Leistungen:

- Standortanalyse
- Projektierung
- Konzepterstellung
- Finanzierung
- Baubegleitung
- Einrichtung und Ausstattung
- Inbetriebnahmeplanung
- Personalmanagement

Über uns:

*Die HMC besteht seit dem 1.1.1998. Unsere Gesellschafter sind in unterschiedlichen
Funktionen seit 1983 im Bereich sozialer Dienste tätig.*

Heim Management Consulting GmbH

Heckenrund 8 • 22359 Hamburg • Telefon: 040-609131-66 • Telefax: 040-609131-67 • hajo.puetjer@t-online.de

Ein Unternehmen der **proSenium**
Gruppe



Der Zugvogel tanzt bei „Unser Tag 2011“ und im „Rosenhof“

Unser Tag 2011 fing sehr stürmisch an. Für mich war es ein besonderer Tag, da ich hier den Zugvogel vor drei Jahren zum ersten Mal gesehen hatte. Damals tanzte ich mit einer Jazztanzgruppe vor, der ich beigetreten war, weil ich hier in Hamburg lange keine passende Folkloregruppe gefunden hatte. Gleich nach uns war der Zugvogel aufgetreten. Wir zogen uns im selben Zelt um. Ich schaute neidisch zu, wie sich die Zugvogelfrauen mit Spitzenhäubchen und Strohhüten „aufrüschten“, während wir uns mit Gymnastikhosen und bunten T-Shirts begnügen mussten.

Und nun war ich selbst dabei. Aber wie gesagt, der Wettergott hatte es nicht gut mit uns gemeint und schickte uns jede Menge Regen und Wind. Gerade angekommen und schon fast fertig umgezogen, mussten wir uns flugs bei einem Stand unterstellen, der leider nach allen Seiten offen war. Einer der Standbesetzer hielt mit einem Regenschirm in Windrichtung tapfer Wind und Regen ab, während der Rest der Standbesetzung versuchte, Prospekte und Kühlschränke vor den Wasserfluten zu retten. Als Sturm und Regen endlich nachließen, blickte ich an mir herunter und stellte erschreckt fest, dass meine ehemals weiße Strumpfhose nun bis zum Knie braun gesprenkelt war. Also „Notreinigung“ mit Wasserflasche und Taschentuch.

Bald fanden wir die anderen Tänzerinnen und Tänzer und machten uns auf die Suche nach der Volksbankbühne. Dort die nächste Überraschung, die Bühne war zwar ausreichend groß (vor drei Jahren hatte der Zugvogel vor der Bühne tanzen müssen, da die Bühne zu klein gewesen war), aber ausgelegt mit schwarzen Gummimatten, die vor Nässe in der Sonne glänzten. Nun gut, wir balancierten erst einmal zwischen Wasserpfützen und ausgelegten Paletten in unser Umkleidezelt, wo uns eine Gruppe einheitsgelockter junger Frauen begrüßte, die eben ihre Aufführung beendet hatte. Wir legten letzte Hand an Häubchen und Hüte, ein prüfender Blick in den Spiegel, stimmt der Neigungswinkel? Und dann hieß es „Antreten zur Unterhosenkontrolle“. Einmal Rock lüpfen für Dieter, unseren Trainer, Glück gehabt, alle durften mittanzen. Um keinen falschen Eindruck zu hinterlassen: Bei den Unterhosen handelt es sich um geräumige

Oma-Unterhosen mit am Knie geraffter Rüschenkante.

Durch den Regen hatte sich der Zeitplan etwas verschoben, aber unser „Betreuer“ hielt uns auf dem Laufenden, berichtete von den Bemühungen, die Bühne trocken zu bekommen, versorgte uns mit Essensmarken, und endlich war es soweit. Trotz widriger Wetterbedingungen hatten sich neben unserem „Fanklub“ einige Zuschauer eingefunden, die sogar gern noch eine Zugabe bekommen hätten. Es tanzte sich doch besser als erwartet und selbst die fliegenden Frauen beim „Kruzekönig“ landeten wieder wohlbehalten auf der Bühne. Leider übertönte, zumindest für uns, die Musik des Nachbarstandes die unsere, aber (frei nach Lorient), ein guter Tänzer hat das im Gefühl ... Insgesamt führten wir sechs Tänze aus unserem Repertoire auf. Neben bekannten Tänzen, wie Schwedisch-Schottisch, Geestländer, Lange Reihe und Jäger-Neuner, führten wir - für mich zum ersten Mal -, für die anderen seit Langem einmal wieder die „Schwabenliesl“ auf, die besonders von den Männern „sportliche Höchstleistungen“ erfordert, wenn sie sich auf der Jagd nach den sich windenden-entschwindenden Frauen, auf den Boden werfen, um, wenn schon kein Bein, wenigstens einen Blick erhaschen zu können. Nach dem Auftritt verstreuten wir uns über das Gelände, einige „hauten“ ihre Verzehrbons gleich auf den „Kopf“, andere legten die Verzehrbons in beständigere „Wertsachen“ an, wie z. B. gebrannte Mandeln. Einige schauten sich noch die Auftritte nachfolgender Gruppen an und so klang der Nachmittag langsam und entspannt aus.

Grundlegend verändert hatte sich die turbulente Wetterlage nicht, als wir vier Tage später auf dem Priwall in Travemünde zu unserer nächsten Aufführung eintrafen. Die dort ansässige Seniorenwohnanlage „Rosenhof“ hatte uns eingeladen, im Rahmen eines „Erdbeerfestes“ vorzutanzten. Der großräumige Speisesaal diente als Ort der Veranstaltung, vor der bodentiefen Glasfront, die den Blick über die Trave auf die gegenüberliegende „Skyline“ Travemündes freigab, zeigten wir, was wir konnten. Wir untermalten die Tänze mit Gesten und Mimik und es zeigte sich wieder, wie sehr die teilweise alten Folkloretänze mit hier einem angedeuteten Flirt, dort Sympathie, hier Rivalität und dort einem Partnerwechsel heute immer noch aktuell sind. Insgesamt führten wir acht deutsche Tänze und zwei schwedische





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**

auf. Zwischendurch erläuterte unser Trainer, Dieter Knodel, ausführlich die Tänze und Kostüme. Damit zauberte er vielen älteren Herr- und besonders Damenschaf-ten ein Lächeln ins Gesicht und auf dem Rückweg zum Umkleideraum bekamen wir vielfaches Lob und Anerkennung. Es war eine wirklich gelungene Auffüh- rung.

**CSE für „Unser Tag“
und
MKO für „Rosenhof“**

Czardas, Pinguin und Jägerneuer – 40 Jahre Zugvogel

Wer von euch hat nicht auch schon mal die Füße im Zugvogel geschwungen??? Schließlich hat ja fast jedes Berner Kind wenigstens kurz in den Zugvogel hinein- geschnuppert und in der einen oder an- deren Gruppe getanzt.

Dieses Jahr wird der Zugvogel schon **40** und das wollen wir feiern! Am **12.11.2011** werden alle Gruppen ab **15:30 Uhr** im

Volkshaus Berne in einer gemeinsamen Aufführung auf der Bühne stehen und Auszüge aus ihrem Repertoire zeigen.

Wir werden uns auf eine tänzerische Reise durch die Zugvogelvergangenheit begeben und natürlich auch Ausschnitte aus unserem aktuellen Programm vor- stellen.

Ab 19:00 Uhr feiern wir dann mit allen ehe- maligen und aktiven Tänzern im Volks- haus mit Tanz und Gesang und Fotos und Erinnerungen. Wer gerne mit uns in ge- meinsamen Erinnerungen schwelgen möchte, ist herzlich dazu eingeladen. Als Geburtstagsgeschenk wünschen wir uns einen kleinen Beitrag zum kalten Buffet.

Und wer von unseren Ehemaligen jetzt spontan Lust bekommen hat, an der Auf- führung teilzunehmen, kann gerne immer dienstags um 19:00 Uhr zum Training der Allgemeingruppe kommen. Auch unsere Kinder- und Jugendgruppen freuen sich über Nachwuchs. Sie trainieren immer Dienstag nachmittags, denn bei uns tan- zen ja kleine und große Füße in vielen ver- schiedenen Gruppen.



Tanzsport

Angebote für Kinder und Jugendliche

Vom Spaß an der Tanzbewegung bis zur choreografischen Tanzgestaltung

Der kreative Kindertanz greift spielerisch den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder auf und unterstützt sie in ihrer Ent- wicklung. Zu den wichtigsten Aufgaben des Kindertanzes gehört es, den Spaß an der Bewegung zu vermitteln, die Fantasie der Kinder zu fördern und die kognitiven Fähigkeiten zu verbessern. Das Hauptaug- nenmerk liegt hier nicht auf dem reinen Erlernen neuer Tanzschritte, sondern da- rin, den Kindern mit Hilfe von Improvisa- tionen zu ermöglichen, auch eigene Ideen zu entwickeln und sich auszuprobieren. In verschiedenen Spielen und Übungen wird dabei das Vorstellungsvermögen der

Kinder herausge- fordert. Das Erlern- von ersten Grundkenntnissen aus dem klassi- schen Tanz erfolgt dabei spielerisch.

Im Tanzunterricht machen Kinder viele neue Erfahrun- gen, die sie auch im Alltag gut nutzen können. Sie entwi- ckeln ein gutes Kör- per- und Raumge- fühl sowie ein Bewusstsein für ihre Mit- tänzer. Durch das Bewältigen von neuen Übungen und Herausforderungen wird das Selbstbewusstsein der Kinder ge- stärkt.

Kindertanzkreise	donnerstags
3-4 Jahre Tänzerische Früherziehung	15:30-16:15 Uhr
5-6 Jahre Kreativer Kindertanz	16:30-17:15 Uhr
ab 7 Jahre Kindertanz (Musicals/Jazz)	17:30-18:15 Uhr
Trainerin: Melanie Ostendorf	

Die Jugend tanzt	dienstags
8-11 Jahre HipHop „Kids“	16:00-17:00 Uhr
12-14 Jahre HipHop „Teens“	17:00-18:00 Uhr
ab 15 Jahre Modern Dance	18:00-19:00 Uhr
Trainerin: Natalia Paul	
<i>Die Jugendgruppen sind zzt. leider voll. Es wird eine War- teliste geführt.</i>	

Alle Tanzgruppen treffen sich im Gemein- schaftshaus Berne, Karlshöher Weg 3. Interessierte Kinder und Jugendliche sind jederzeit zum Schnuppern herzlich einge- laden.



Saisonrückblick der Schülerinnen und Schüler

Auch in diesem Jahr haben unsere Schülerinnen und Schüler wieder an zahlreichen Wettkämpfen teilgenommen. Viele tolle Ergebnisse und neue Bestleistungen wurden erreicht. Von einigen möchten wir nun an dieser Stelle berichten.

Einer der ersten Wettkämpfe der Saison sind meist die Hamburger Langstaffel Meisterschaften. Hier gewannen Nicolai Keesenberg und Michel Zachger bei den Jungen sowie Senta Biermann und Sophie Vahl bei den Mädchen jeweils die Goldmedaille. Lara Biermann wurde mit ihrer Staffel Vierte. Und auch bei den späteren Einzelmeisterschaften zeigten sich unsere jungen Läuferinnen und Läufer von ihrer besten Seite. Über 800 m belegten Leonie Steffens, Sophie, Senta und Laura Bösche die Plätze 1, 2, 4 und 5 der 10-jährigen Mädchen! Bei den Jungen standen Nicolai und Michel über 1.000 m mit den Plätzen 2 und 3 auf dem Siegereppchen.

Bei den Werfern gewann Hendrik Sturzenbecher die Silbermedaille im Ball-

wurf, Sophia Kavelmann wurde in ihrer Altersklasse Achte. Im Weit- und Hochsprung, im Sprint oder in den Sprintstaffeln waren dann u.a. Annemarie Wicktorowitz, Celina Paul, David Kalkuhl, Fenja Stiller, Julia Tiedemann und Sidney Sellmann im Einsatz und erreichten weitere gute Platzierungen. Alexander Tiedemann und Christian Steffens gewannen dazu noch die Silbermedaille mit der Vierkampf-Mannschaft und Leonie Steffens wurde noch einmal Fünfte in der Einzelwertung im Vierkampf.

Bei den älteren Schülern (14/15 Jahre) machten aus unseren Trainingsgruppen in diesem Jahr Björn Adden und Tim Zehender auf sich aufmerksam. Björn wurde Hamburger Meister im Weit- und Hochsprung sowie im 80 m Hürdensprint. Tim belegte die Plätze 2 und 3 im Weitsprung und über die Hürden. Björn gewann außerdem die Bronzemedaille im Hochsprung bei den Norddeutschen Meisterschaften in Rostock und belegte einen starken 14. Platz bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften in Cottbus.

Für unsere Jüngsten bis 9 Jahre gibt es noch keine offiziellen Meisterschaften,



Laura, Sidney (vorne), Senta, Leonie, Christian, Celina (Mitte) und Alexander (hinten) bei den Hamburger Vierkampfmeisterschaften

aber trotzdem besteht die Möglichkeit, schon an kleineren Vereinswettkämpfen oder spielerischen Sportfesten teilzunehmen, die meist auch von uns und unserem Helferteam aus der Jugend mit organisiert werden. So zum Beispiel bei unserem Mehrkampfstag im Mai: Hier waren u. a. Janina Vollert, Hannah Oehding, Niklas Brill, Dawid Trautmann und Noah Paul am Start und erzielten gute Ergebnisse und sammelten vor allem erste Wettkampferfahrungen.

Fast wie bei den Großen ging es auch bei unserem Kinder-Zehnkampf zu. Auf spielerische Art geht es hierbei in gut drei Stunden durch die zehn Disziplinen des klassischen Zehnkampfes. Aus der Gruppe von Rebecca waren hier Florian Mikola, Hannah, Lasse-Mo Iden, Moriz Gedike und Tom Tölzel am Start. Janina Vollert, Hanna Bösche und Julian Weiler kamen dabei sogar unter die ersten Drei und konnten am Ende des Tages mit einem Pokal nach Hause gehen!

Unsere Schülergruppen trainieren in der Regel dienstags und donnerstags am Schierenberg auf dem Sportplatz oder in der großen Sporthalle, und neue Gesichter sind jederzeit willkommen! Weitere Infos gibt es bei Bernd Springer unter der Telefonnummer 69 70 58 88.

BERNSTEIN APOTHEKE

Beate Thomsen
Hermann-Balk-Str. 112
22147 Hamburg
Telefon: 644 90 02



... die mit den Parkplätzen



BERNER APOTHEKE

Helmut Thomsen
Hermann-Balk-Str. 139
22147 Hamburg
Telefon: 644 90 81



... die am U-Bahnhof Berne





Die Luhe, Sonnabend, den 23. Juli 2011

Das Wetter war die letzten Tage wieder richtig beschi..en gewesen.

Regen, kühl und windig. Für den 23ten hatten sich sechs mutige Paddler angemeldet in der Hoffnung, von oben nicht wieder nass zu werden.

Und wie sah die Vorhersage für den Tag aus? Wieder so richtig mies. Aber zugesagt ist zugesagt. So standen wir alle morgens pünktlich um acht Uhr vor der Bootsgarage auf dem Sportplatz in der Hoffnung auf einen einigermaßen trockenen Tag. Das Verladen der Boote auf den Trailer war schnell erledigt. Der morgendliche Regen war weitergezogen, ohne uns zu stören. Heute ging es auf die Luhe von Oldendorf nach Luhdorf. Mit viel Wasser unter dem Kiel ging es flott voran. Mit Sonnenschein, einem kurzen Schauer und viel Rückenwind machte das Paddeln wieder so richtig Spaß. Wie schön, dass die Wetterfrösche sich mit der schlechten Vorhersage für diesen Tag geirrt hatten.

Klaus-Peter

Erstens kommt es anders...

Für das Wochenende 13. und 14. August war eigentlich eine Tour mit Übernachtung angedacht. Die vorletzte Tour der fröhlichen Kajaktruppe musste sich allerdings den heftigen Regenfällen unterordnen. Kurz entschlossen wurde neu gesucht und sehr gut gefunden. Der Sonntag, von dem wir hofften, dass er seinem Namen Ehre macht, fing auch ganz nett an. Wolken, etwas kühl, zumindest kein Regen. Mit Trailer und Booten fuhren wir nach

Plön, die Perle der Holsteinischen Schweiz. In Timmdorf war Start und gleichzeitig auch Endpunkt. Im traumhaften Sand machten wir uns für die Tour bereit, dann rein in die Kajaks und Genuss pur. Fast kein Wind.

Das Schloss in Plön ist schon magisch. Wie aus einer anderen Zeit steht das Monument aus Türmen und vielen Fenstern, alles sehr hell, über Stadt und Land. Und der Wind hielt sich zurück, denn ein wütender See kann zur Hölle werden. Traumhafte Ufer, kleine Durchfahrten, wenig Motorboote ... eine Tour fürs Auge. Nach zwei Stunden machten wir Rast an einem Kanuverleih. Endlich Zeit für Gespräche, Urlaubserlebnisse austauschen und überhaupt nur plaudern. Nach einer Stunde stiegen wir in die Kajaks. Es fing leise an zu tropfen. Ziel war ja Timmdorf, und es hätte eine wirklich nette Paddelei werden können, doch der Regen wurde mehr und mehr. Aber wenn man erst einmal im Kajak sitzt, die schützende Regenjacke angelegt hat, dann sitzt man eigentlich sehr trocken. Und so gelangten wir fröhlich nach Timmdorf. Die Boote kamen wieder auf den Trailer und mit 100%iger Übereinstimmung fuhren wir zurück nach Berne. Erst dort wollten wir den obligatorischen Kuchen mit Kaffee genießen. Und tatsächlich schien in Berne die Sonne. Ach, der Kaffee und der Pflaumenkuchen mit Sahne ... ein gelungener Abschluss.

Friedhelm Mäker

FRESEMANN



„Ihr Multimedia Partner
am Berner Markt“

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

Hermann Töpper GmbH

**Bautischlerei • Fenster • Türen
Reparaturen • Einbruchssicherung**

Am Stadtrand 94 – 98
22047 Hamburg / Wandsbek

Telefon: 040 – 693 50 53

Fax: 040 – 693 68 81
Email: info@toepper-gmbh.de





Termine und News

24.09.2011 tus BERNE Wanderpokalturnier
 06.11.2011 HEM U14 weiblich / männlich
 03.12.2011 Weihnachtsfeier

GESUCHT

Ab sofort suchen wir neue Judokas! Donnerstags, von 18:00-19:30 Uhr in der Kamminer Straße, eröffnen wir eine neue Anfängergruppe für alle, die Spaß und Neugier mitbringen und diese spannende Sportart kennenlernen möchten.

Zweimal Silber, einmal Bronze

Am 19. Juni zeigten sich unsere Judokas sehr erfolgreich auf dem Samurai Cup in Bremen. Alina holte auf ihrem ersten Turnier gleich den wohlverdienten 2. Platz, trotz starker und erfahrener Gegnerinnen. Melissa blieb ihren bisherigen Erfolgen treu und sicherte sich ebenfalls eine Silbermedaille. Auch Timos Anstrengungen wurden mit einem guten 3. Platz entlohnt.

Ohne Fleiß kein Preis

Wir gratulieren Franziska zu ihrer ersten bestandenen Gürtelprüfung. Leon, Eric und Niklas gratulieren wir zum gelben Gürtel, Philipp zum gelb-orangenem Gürtel und Melissa, Matthias und Pascal zum orangenen Gürtel.

Timo hat sich durch regelmäßige Trainingsteilnahme und vorbildliches Verhalten den orange-grünen Gürtel verdienen können!

Markus

Ausflüge und Aktivitäten

Sommer, Strand und Meer – und ein bisschen Judo

Unsere diesjährige Schönhagen-Reise über Pfingsten – vom 10.-13. Juni – war mit deutlich besserem Wetter gesegnet als letztes Jahr, was uns bei Spiel- und Badespaß zugute kam. Die Kreativität einzelner Trainer kam auch nicht zu kurz, was in einem lustigen „Judo-Mensch-ärgere-dich-nicht-Spiel“ endete.



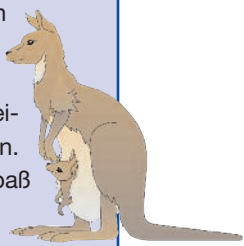
Wir hoffen, es hat euch genauso viel Spaß gemacht wie uns und ihr seid nächstes Jahr wieder mit dabei! ☺

Nach den Sommerferien ist vor den Sommerferien

Mit Spiel, Spaß und Klönschnack sind wir am 26. Juni in die wohlverdiente Sommerpause gestartet. Wir danken allen Eltern für die selbst gemachten Leckereien und die vielfältigen Einsätze während der Session.

Judokas auf großer Reise

Unsere erfolgreiche Kämpferin und Trainerin Katharina hat es sich zur Aufgabe gemacht, den Kängurus in Australien richtiges Judo beizubringen. Deshalb müssen wir leider vorerst auf sie verzichten. Wir wünschen „Dir“ viel Spaß und Erfolg!



Auch Tanja konnte mit ihrer Familie das schlechte Wetter hier bei uns in Deutschland nicht mehr ertragen und probiert ihr Glück nun in Neuseeland.

Christine und Eric hat es nicht ganz so weit fortgezogen, aber vielleicht ist ja das Wetter in Winsen/Luhe besser als hier oben?

Wir wünschen Euch viel Glück und hoffen, dass Ihr unserem Sport weiterhin treu bleibt!



Die Glasoase® von weinor

Ihr lichtdurchflutetes Gartenzimmer im Grünen

Genießen Sie Ihre Terrasse bei jedem Wetter mit der Glasoase® von weinor! Die rahmenlosen seitlichen Glaselemente bieten einen freien Blick und lassen sich bei schönem Wetter einfach beiseite schieben. Für noch mehr Komfort sorgen Beschattung, Licht, Heizung und Fernsteuerung.

Rufen Sie uns an!



Wir verwirklichen Ihre Träume...



ROLLLADEN · MARKISEN · TERRASSENDÄCHER · FENSTER + TÜREN · INSEKTENSCHUTZ

Geschäft + Ausstellung – Neusurenland 104 – 22159 Hamburg
 Telefon 040 / 643 10 01 – Telefax 040 / 645 23 31 – www.soehl.net

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...

Große Halloweenparty



Am **Samstag, dem 29. Oktober 2011**, um 16:00 Uhr
im **Volkshaus Berne** (Saselheider Weg 6) ist es wieder soweit!

Für zwei Stunden wird sich gegruselt, gespielt und natürlich
das leckere Drachenblut probiert.

Für ein reichhaltiges Buffet und Getränke sorgen wir.

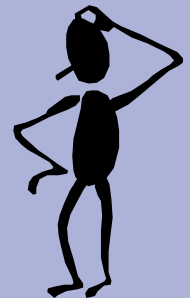
Wenn Du und Deine Freunde auch mit dabei sein wollen,

★ dann kommt einfach mit einer tollen Verkleidung vorbei.

Wir freuen uns auf Euch!



Deine JA'ler



Weihnachtsbacken und Basteln

Am **Samstag, dem 3. Dezember 2011**, wollen wir mit Dir
und Deinen Freunden wieder die Vorweihnachtszeit einläuten.

Wir werden Knusperhäuschen verzieren und
tolle Weihnachtskarten basteln.

Von 14 bis 16 Uhr im **Berner Volkshaus**
im Saselheider Weg 6.

Über eine telefonische Anmeldung
würden wir uns sehr freuen!

Bei Antje-Mareen unter 01577/ 38 567 88



Eure JA'ler



Rückblick der Bauernhofwochenenden

Und da war es mal wieder soweit...



...vom 17.-19. Juni und vom 19.-21. August haben insgesamt ca. 60 Kinder mit dem Jugendausschuss am jeweiligen Freitag die Reise auf den schönen Pappelhof der Familie Blunk in Söhren (Nähe Reinfeld) angetreten.

Am Ankunftstag wurden kurz die Zimmer gesichtet und bezogen. Viel Zeit blieb aber nicht, da schon kurz nach der Ankunft das erste Mal Reiten auf dem Programm stand. Nachdem sich dann beim Essen gestärkt wurde, haben sich alle durch Steckbriefe & Spiele näher kennengelernt und natürlich das gesamte Gelände des Bauernhofes erkundet.

Nach einer kurzen aufregenden Nacht ging es dann am Samstag gleich mit vollem Programm weiter. Tiere füttern, Pferde zur Weide bringen, Frühstücken, Ställe ausmisten, Fußball und Tennis spielen, Schwimmen im hauseigenen Schwimmbad, Mittagsessen, Pferde von der Weide holen, Pferde putzen, satteln, große Runde reiten, Wasserschlacht, Grillen mit Familie Blunk und abends noch mal eine Runde schwimmen.



Bauernhofwochenende I

Am Sonntag fand nach dem üblichen Morgenprogramm die Treckerfahrt durch die nähere Umgebung statt. Danach konnten die Kinder nochmal schwimmen und reiten. Anschließend mussten dann leider schon die Koffer wieder gepackt werden, damit die Heimreise (pünktlich) angetreten werden konnte.



Bauernhofwochenende II

Wie schnell doch so ein Wochenende auf dem Pappelhof vergeht...

Und das, obwohl wir schon das sechste Jahr in Folge dort hinfahren!

Wir hoffen, euch hat das Wochenende genauso viel Spaß gemacht wie uns und ihr seid das nächste Mal wieder mit dabei?!

Eure JA'ler

Was macht eigentlich der JA, wenn er nicht mit Kindern auf Reisen ist?

Um dieser Frage nachzugehen, möchten wir hier zukünftig mehr über das berichten, was wir „hinter den Kulissen“ so anstellen, um in unserer Jugendarbeit einen hohen Standard zu sichern. Dazu gehören z. B. spezielle Erste Hilfe-Kurse für Kinder und Jugendliche, Jugendgruppenleiter-Ausbildungen oder auch besondere Seminare und Fortbildungen.

Was macht also der JA an einem wunderschönen, warmen Sommer-Samstag im September? 18 Betreuer des Jugendausschusses haben sich im Volkshaus getroffen, um an einer sehr besonderen Fortbildung der Hamburger Sportjugend zum Thema „Prävention von sexualisierter Gewalt im Sport“ teilzunehmen. Das Besondere war die praxisnahe Vormittagseinheit, die von der Beratungsstelle Zündfunke e. V. gestaltet wurde. Der Hamburger Verein ist seit über 20 Jahren Anlauf- und Kontaktstelle für Kinder und Frauen, die Opfer sexuellen Missbrauchs wurden.

Die Themen am Vormittag (Täterprofile, Strategien, Symptome/Verhalten/Auffälligkeiten bei Kindern, Merkmale, Ursachen, Fallbeispiele, Handlungsempfehlungen für Krisensituationen) waren sehr intensiv. Dennoch wurde viel diskutiert und hinterfragt. Ziel des Seminars für uns Betreuer war insbesondere die weitere Sensibilisierung für das Thema. Darüber hinaus war uns wichtig zu erfahren, wie wir richtig handeln und reagieren können, wenn wir mit Verdachtsfällen in Kontakt kommen.

Nach der Mittagspause haben wir gemeinsam mit der Hamburger Sportjugend Maßnahmen erarbeitet, wie wir dieses Thema nun weiterführen und auch an die Trainer und Betreuer des Vereins weitertragen können. Wir meinen, dass die erschreckenden Zahlen - jedes vierte Mädchen und ca. jeder achte Junge ist von sexuellem Missbrauch betroffen (Quelle: Zündfunke) - nicht zu akzeptieren sind und wir, die mit Kindern arbeiten, alles daran setzen sollten, den Kindern Schutz und - im schlimmsten Fall - eine vertrauensvolle Anlaufstelle zu bieten.

Gegen 18 Uhr gingen wir alle ins verdiente Wochenende. Zum Feiern oder Partymachen war nach dem intensiven Programm niemandem mehr zumute. Im nächsten Blickpunkt möchten wir über weitere Ergebnisse des Seminars berichten, z. B. die Einführung eines Ehrenkodex für alle Betreuer/Trainer und eines neuen, übergreifenden Kinder- und Jugendschutzbeauftragten-Teams im Verein.

Fragen zum Seminar oder zu den Ansprechpartnern im HSJ oder bei Zündfunke beantworten wir gern (Telefonnummern der Jugendwarte siehe letzte Seite des Blickpunkts).

Eure JA'ler



Gruppenbild von allen
Teilnehmern des Seminars



Wanderwochenende in Glückstadt

Alsooo – Matjes auf dem Berner Markt, Matjes auf dem Volksdorfer Markt, Matjes auf dem...., und jetzt plötzlich auch noch Matjes auf dem Marktplatz in Glückstadt? Das kann ja heiter werden, sagt sich der Mensch im Allgemeinen und der Radfahrer im Besonderen. Und der sollte recht behalten, bzw. bekommen, es wurde ziemlich heiter! – Aber so weit ist es ja noch gar nicht!

Bei Autofahrern ist das etwas anders. Die schalten das Navi ein, und *Elsa* bringt sie dann mehr oder weniger direkt und zügig zum Ziel, sehr häufig wenigstens (!).

Aber zurück zu den Radfahrern und Radfahrerinnen! Da ist meist einer, der glaubt, vieles zu wissen, den Weg und die wichtigsten Allgemeinheiten allemal.

Hahaha! Vielleicht die Allgemeinheiten, aber nicht die Gemeinheiten! Denn am Freitag, und wir fuhren am Freitag, sind die Sperwerke über Pinnau und Krückau eben **nicht** bis 13:15 Uhr, sondern nur bis 12:45/12:15 Uhr geöffnet!

Und da 13:15 Uhr ein wenig später ist als 12:15 Uhr (!), durften sich die Radfahrer



des tus BERNE (nur die, die am 17. Juni 2011 nach Glückstadt gefahren sind!) dann auf einem ca. 24 Kilometer langen Um- und Erlebnisweg die Vororte von Elmshorn ansehen (wann kommt man da auch sonst schon hin!?!).

Aber irgendwann sind dann alle in der Juche (Jugendherberge) angekommen.

Zimmerverteilung lief ganz von alleine und so traf man sich bald in der Stadt wieder. Denn da war doch ... – richtig, dazu ist ja noch gar nichts gesagt worden! In Glückstadt sind in dieser Woche, also gestern, die Matjeswochen ausgebrochen bzw. angefangen!

Was eine Woche ist, das weiß beinahe jeder! Aber Matjes??

Matjes sind besonders milde Salzheringe, die durch Enzyme in einer Salzlake gereift sind. Der ursprüngliche Herstellungsprozess wurde bereits im Mittelalter in den Niederlanden entwickelt.

Es werden Heringe verwendet, die Ende Mai bis Anfang Juni in der Nordsee vor Dänemark oder Norwegen gefangen werden, bevor ihre Fortpflanzungszeit beginnt. Dann haben sie einen relativ hohen Fettgehalt (über 15 %) und Rogen oder Milch sind noch nicht ausgebildet.

Durch einen Kehlschnitt werden die Kiemen entfernt und der Hering teilweise ausgenommen; Teile des Darms und insbesondere die enzymhaltige Bauchspeicheldrüse verbleiben im Fisch. Anschließend werden die Heringe in einer Salzlake für ungefähr fünf Tage eingelegt, traditionell in Eichenfässern. Die Enzyme der Bauchspeicheldrüse fermentieren das Matjesfleisch teilweise, was als Reifung der Matjes verstanden wird. Das ohnehin gut verdauliche Fischeiweiß wird dadurch noch leichter verdaulich.

Bei niederländischen Matjes liegt der Salzgehalt der Lake deutlich niedriger als beim deutschen Loggermatjes, deswegen ist er später auch weit milder im Geschmack. Zum Schutz vor fischschädigenden Nematoden schreiben die Niederlande eine Tiefkühlung von mindestens -45 °C vor dem Einsalzen vor. Dadurch können Matjes auch unabhängig von der Jahreszeit produziert werden.

Der deutsche Begriff Matjes stammt vom niederländischen Maatjesharing. Dies ist eine Abwandlung von Maagdenharing, was so viel wie Mädchenhering oder Jungfrauenhering bedeutet und sich auf die geschlechtliche Unreife der gefangenen Heringe bezieht.

Aus Wikipedia

Und noch etwas Interessantes:

Das Geheimnis der vergessenen Bauchspeicheldrüse

Der Niederländer Wilhelm Beukelzoon war es auch, der im Jahr 1395 versehentlich die Art erfand, einen Hering in Matjes zu verwandeln: Zunächst „kehlte“ er seinen Fang - ein Schnitt unterhalb des Kopfes -, dann rupfte er die Eingeweide raus und salzte ihn zum Konservieren leicht ein. Die Bauchspeicheldrüse, die Beukelzoon dabei im Fisch vergaß, ist das Geheimnis: Ihr Enzym lässt den Hering reifen, zusammen mit dem Salz. Das Kehlen bereitet Mühe, das Reifen kostet Zeit, und beides mag heute kaum noch jemand investieren, weshalb es in Deutschland nur noch einen Ort gibt, der echte Matjes produziert - Glückstadt. In Konkurrenz zu ganz Holland.

Gefunden in Stern Ausgabe 22/2007



So, und nun ist damit Schluss, mit der Belehrung! Was hat es denn sonst noch so gegeben?

Wissen tut der Schreiberling nur, dass ein Großteil der Gruppe sich an den Abenden auf dem Rathausmarkt ganz köstlich amüsiert hat, und dass eine ganz tolle Stimmung herrschte! Es war laut – und damit nach allgemeiner Einschätzung öffentlicher Veranstaltungen – schön!

Die Stimmung war gut, oder waren Wein und Bier gut? Das weiß ich nicht mehr so genau!

Wandern auf dem Deich zum Sperrwerk der Stör war angenehm und erholsam, über ein paar Regentropfen wollen wir uns hier nicht weiter auslassen; das mit den Schafen war hier in Ordnung.

Apropos Schafe: Total vergessen hat der Schreiber dieser Zeilen zu erwähnen, dass auf der Herfahrt zwischen Wedel und Glückstadt die Gruppe mehr Schafe auf Deich und Wiese als Blätter an den Bäumen gesehen hat, und dass die Erzeugnisse der Schafe (gemeint ist nicht die Wolle!) ganz schön ..., na ja, also nicht so angenehm war!

Die Rückfahrt am Sonntag war dann "sommerlichzwanzigelf" – es regnete! Und zwar ununterbrochen! Das hat aber auch einen Vorteil, man vergeudet unterwegs keine Zeit, es wird zügig gefahren!

Aber Spaß beiseite, in Wedel kamen wir total nass an. Einige wollten sich so nicht in die S-Bahn setzen und fuhren gleich weiter nach Berne – ach Berne, mein Berne!

Und wenn man dann einen Strich unter das Wochenende zieht, und alles für- und gegeneinander aufrechnet, dann bleibt übrig:

Es war ein schönes, ein erlebnisreiches langes Wochenende – mit Matjes und viel Spaß!

D. P.



Peter Greß

BAUAUSFÜHRUNGEN

Meisterbetrieb für
Maurer- und Fliesenarbeiten

Bauen im Bestand

Tel.: 040/644 41 90 • Mobil: 0176/25 17 76 14



Die neue Organisation des Wanderns

Unser alter, bewährter, beliebter, fachkundiger, umsichtiger und geschätzter Wanderwart, Jürgen Burmester, möchte diese Aufgabe bekanntlich zukünftig nicht mehr wahrnehmen.

Seit März 2011 haben wir keinen gewählten Wanderwart mehr. Jürgen macht dies noch kommissarisch bis Ende 2011, um neue Leute einzuarbeiten. **Was dann?**

Dazu fand am 25.07.2011 ein Treffen der Wanderer und Wanderinnen aus der Abteilung Ski + Wandern im tus BERNE mit 40 Teilnehmern statt.

Der Ehrenvorsitzende des tus BERNE, Gründer und 1. Wanderwart, Günther Meier, erläuterte in einfachen Worten die Aufgaben. Scherzhaft schloss er: „Die beiden letzten Wanderwarte Teddy Tennigkeit (17 Jahre lang) und Jürgen Burmester (12 Jahre) sind aufgrund ihrer Perfektion Schuld an der Misere, dass sich niemand traut, diese Aufgabe zu übernehmen“.

Es wurde herausgestellt, dass die Arbeit des Wanderwartes sich nicht nur auf die eigentliche Wanderung bezieht, sodass nicht nur körperlich laufstarke Kandidaten infrage kommen. Die Hauptaufgabe liegt vielmehr in der gedanklichen Vorarbeit, und zwar:

- **der erste Gedanke, wo wandern**
- **die Kartenarbeit**
- **die Vortour**
- **Tourenbeschreibung erstellen**
- **die eigentliche Tagestour selbst**

Ein einzelner Kandidat (alleine) ist offensichtlich nicht zu finden. Daher wurde darum gebeten, dass sich Personen melden mögen, die bereit sind, zusammen mit anderen mitzuwirken und Verantwortung zu übernehmen.

Große Erleichterung: Es meldeten sich insgesamt verbindlich neun Personen:

Lotti Feist erklärt sich bereit, die Vortour einschließlich Pkw mit anderen zusammen mitzumachen. **Elsa Kind** erklärt sich dazu ebenfalls bereit und zusätzlich noch „die letzte Frau“ zu spielen.

Rosel Pontzen ist bereit, vorhandene Wanderausarbeitungen nochmals durchzuführen. **Uwe Mommsen** und **Eva Mommsen** möchten auch bei der Vorbereitung, Planung und Durchführung mitwirken. Im Winterhalbjahr würde **Helga Meier** auch mitwirken. **Jürgen Lackner** organisiert eine Wanderung im Jahr. **Harald Rathje** organisiert auch mit. Für Fahrdienste bietet **Horst Menzel** sich und seinen Pkw an. Weitere Meldungen von Interessierten gehen ein, die am heutigen Tag nicht anwesend sein können, z. B. die aktiven **Irmis Busche** und **Harald Hinsch**. Der bisherige Wanderwart, **Jürgen Burmester**, bekräftigt, dass er das neue Team noch bis Ende 2011 begleitet und einarbeitet, und auch noch die beiden Altmühltalwanderungen organisiert.

Also: Die weiteren Wanderungen sind gesichert! Wir werden noch von den elf Organisatoren viel hören und berichten. Ein guter Weg.

(siehe auch "Kurz und knapp aus der WA")

Frank Giesselbach

Neues aus der Wanderabteilung

„Kurz und knapp aus der WA“

Hallo liebe Wanderfreunde, wie schon bekannt, hat Jürgen sein Amt als Wanderführer leider abgegeben. Es ist zwar sehr, sehr schade, aber wir wollen ihm voller Dankbarkeit für die viele Arbeit und die lange Zeit die verdiente Ruhe gönnen. Wir bewundern seine Arbeit sehr und müssen jetzt versuchen weiterzumachen. Es haben sich jetzt zwölf Wanderer und Wanderinnen gefunden, die dafür sorgen, dass das Wandern weitergehen kann. Harald Hinsch und Harald Rathje sind als kommissarische Wanderführer ernannt worden.

Die neuen zwölf „Wanderführerhelfer“ wollen sich gegenseitig unterstützen und zusammenarbeiten, damit weitere Wandertouren durchgeführt werden können.

Jürgen hat, nett, wie er ist, versprochen, uns einzuarbeiten. Damit opfert er wieder enorm viel Zeit für uns. Danke, Jürgen!

Unter der neuen Rubrik „Kurz und knapp aus der WA“ werde ich berichten, wie es uns mit der neuen Aufgabe ergangen ist.

Eure Eva M.

Da, wo alles begann!

Am 13. August 2011 wanderten wir auf unserer 296. Fußtour am Vierer See (Ostholstein) entlang und dabei kam mir der Gedanke, dass genau dort ja unser damaliger 1. Vorsitzender vom tus BERNE, Günther Meier, im August 1983 die Idee hatte, nicht nur im Winter Sport (Skifahren) zu treiben.

Genau hier muss ich eine Berichtigung einfügen, denn es war nicht der Vierer See, sondern damals der Lanker See, der aber auch in der Holsteinischen Schweiz liegt.

Günther meinte also, auch im Sommer kann man sportlich sein, beim Wandern zum Beispiel. „Was haltet ihr vom E1, dem Europäischen Fernwanderweg von Flensburg bis Genua?“, wurden wir gefragt. Gesagt, getan. Am 26. November 1983 stand dann zum 1. Mal ein Hörmann-Bus am Volkshaus Berne und brachte uns nach Flensburg an die dänische Grenze. 47 Teilnehmer waren noch nicht nach heutigen Verhältnissen wandermäßig ausgerüstet, aber voller Neugier, was kommt – und es kam. 21 km sollten wir wandern – bei Regen!

Na ja, am Abend taten nicht nur die Füße weh, sondern auch alles andere, aber schön war's trotzdem.

So ging's dann weiter; viele, viele Wanderwege wurden bewältigt.

Zuerst hat Günther Meier die Wandertouren vorbereitet, er wurde dann von Teddy Tennigkeit als Wanderwart abgelöst. Nach Teddy übernahm Jürgen Burmester den Posten und heute haben wir ein neues Wanderwart-Team, das uns sicher noch viele schöne Wandertage erleben lassen wird, bis wir in 2013 unser 30-jähriges Wanderjubiläum feiern können. Doch vorher freuen wir uns auf die 300. Fußtour im Dezember 2011.

Elfriede Hinsch



Ski- und Wanderabteilung

Gesamtleistungen ab 26.11.1983 bis einschl. 30. April 2011

Wanderweg-Name	km	m Anstieg
E 1	2.294	41.147
E 6	1.652	33.419
Niederlande-Harz-Wanderweg - E11 ...	233	4.429
Nordsee-Ostsee-Wanderweg	118	324
Schlei-Eider-Elbe-Wanderweg	409	1.411
Naturparkweg	545	3.157
Stormarnweg	237	1.206
Freudenthalweg	160	667
Hermann-Billung-Weg	153	491
Weserweg	180	234
Hanseatenweg	340	922
E 9 Küstenweg	67	492
Elbufer-(Höhen) Weg	159	744
Göhrde-Drawehn-Wanderwege (versch.)	244	1.375
Naturparks Lauenburg. Seen, Schaalsee, Mecklenburg-Vorpommern..	449	2.298
Hamburg-Umrundung	228	1.933
Sonst.Gemein. Touren	6.837	153.999
Einzel Touren	12.900	339.571
Fußtouren gesamt	27.205	587.819
Ski-Touren gesamt	27.067	364.815

Ankündigung: 300. Fußtouren-Tageswanderung

Die Jubiläen überschlagen sich. Mal 25 Jahre Skiabteilung. Mal 20 Jahre Wandern. Mal "Deutscher Meister" im Tourenwandern. Mal individuelle Jubiläen.

Jetzt ist es die **300. Fußtouren-Tageswanderung** im Dezember. Der Festausschuss arbeitet schon daran, diesen Tag, Samstag, 10.12.2011, anlassgerecht zu gestalten. Mehr auf der Mitgliederversammlung am 26.10.2011 im Vereinszentrum.

Frank Giesselbach

Das Interview

In zwangloser Folge beantworten wir Fragen oder interviewen Mitglieder der Abteilung.

Heute: Rose Maria (Rosel) Pontzen:



Blickpunkt: Seit wann wanderst Du?

Rosel: Ich bin seit Januar 1992 im tus BERNE und wandere seit März 1998. Seit 2009 gehöre ich als dienstjüngstes Mitglied dem Festausschuss an.

Blickpunkt: Wie bist Du zu uns gekommen?

Rosel: Ich bin ja, wie man an meiner Sprache merkt, eine Württembergerin und habe dort schon intensiv Sport getrieben und auch locker gewandert. So etwas suchte ich in Hamburg und fand den tus BERNE. Zur Ski- und Wanderabteilung bin ich konkret durch Nachbar Teddy Tennigkeit geworden worden, der mir die Sportlichkeit des Wanderns für Frohsinn und Gesundheit nahe brachte.

Blickpunkt: Was war Dein schönstes Erlebnis?

Rosel: Statt eine besondere Wanderung hervorzuheben, möchte ich nur sagen „Die Gemeinschaft finde ich ganz toll.“

Blickpunkt: Welche Tipps hast Du für die Leser?

Rosel: Niemand braucht Angst zu haben wegen der Länge der Touren. Jeder kann selbst bestimmen wie viel und wie schnell er wandert.

Die Fragen stellte Frank Giesselbach

Nicht vergessen:

Am Mittwoch, 26. Oktober 2011, 19:30 Uhr findet die traditionelle **Herbst-Abteilungsversammlung** im Vereinszentrum des tus BERNE statt. Wichtige Themen stehen an: Die Vorschau auf die restlichen Wanderungen bis Ende des Jahres, einschl. Weihnachtswanderung. Eine Vorausschau auf das Wandern im Jahre 2012 unter neuen Bedingungen, inkl. der Wanderung im Altmühltal. Außerdem gibt es wieder den heiß begehrten Terminplan, der es jedem Mitglied ermöglicht, seine Terminplanung langfristig vorzunehmen. Bei dieser Versammlung sollte keiner fehlen.

D. P.



Wochenwanderung auf dem Altmühltal-Panoramaweg

Vom 09.09.2011 bis 18.09.2011 waren 36 Wanderer und Wanderinnen des tus BERNE mit einem eigenen Bus und Fahrer Nils Meier zur 25. Wochen-Wanderung im Altmühltal in Bayern.

Zusammengefasst: Das Wetter war super, sonnig und trocken.

Unser kommissarischer „Noch-Wanderwart Jürgen Burmester hatte jede Wanderung in drei Teilstrecken aufgeteilt.

An Start und Ziel jeder Teilstrecke stand der Bus zur Verfügung. Also konnte jeder je nach seiner Leistung so in etwa 6 oder 12 oder auch 18 km am

Tage wandern. Dies wurde auch dankbar angenommen. Der erste Abschnitt 2011 ging vom Altmühltal-Quellgebiet in Gunzenhausen bis nach Rieshofen bei Eichstätt. Wer alle Teilstrecken gewandert ist, der hat 146,5 km Strecke und 3.164 Meter Anstieg erwandert. Das schafften so cirka ein Drittel.

Der zweite Abschnitt wird in 2012 gewandert: Von Eichstätt bis zur Mündung der Altmühl in die Donau bei Kehlheim.

Frank Giesselbach

Altmühltal-Panoramaweg: Erfahrung einer neuen Wanderin

Wir hatten auch Gäste dabei. Aus mehreren Gesprächen mit Sabine Heckner, einer Gast-Wanderin, die zu unseren Jüngsten zählt, hier einige ihrer Eindrücke:

Zu der Wandergruppe bin ich durch einen Artikel im Blickpunkt gekommen. Groß vorbereitet habe ich mich nicht. Ich habe seit April an den Tageswanderungen teilgenommen. Aber ich habe mir doch richtige Wanderschuhe mit hohem Schaft gekauft, damit ich einen festeren Halt habe, was auch sehr sinnvoll war. Diese, die 25. Wochenwanderung, ist meine erste.

Die Organisation fand ich sehr gut. Wanderunterlagen und die Zeitplanung waren perfekt. Die Gruppe, d.h. die anderen 35 Teilnehmer, waren sehr offen, fröhlich und ich fühlte mich sehr wohl inmitten der Gruppe. Wir haben viel gelacht.

Zum Schwierigkeitsgrad des Wanderns: Ich habe die eine oder andere Teilstrecke ausgelassen. Aber ansonsten war das Ganze gut machbar.

Zu den Hotels/Restaurants: Die beiden Hotels in Weißenburg und in Eichstätt-Geländer waren in Ordnung. Das eine mehr. Das andere weniger. Das Abendessen – wir hatten Halbpension – war in beiden Häusern in der Auswahl und in der Qualität sehr

gut. Wenn auch in Weißenburg die Wartezeiten sehr lange waren. Aber bei einer so unterhaltsamen Gruppe haben wir

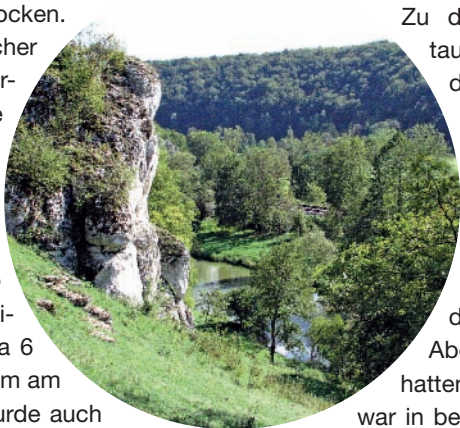
das auch ausgestanden.

Zu meiner Überraschung war dies nicht nur eine reine Wanderreise, sondern es wurde auch kulturell was geboten: z. B. die mächtige Festung Wilsburg, Kirchen, Orgelspiel, Nachtwächterin-Abendrundgang, Museum der Jura-Versteinerungen u. v. a. m.

Was mir noch aufgefallen ist: Es gibt Rennwanderer und es gibt Naturwanderer. Das beißt sich natürlich. Wie man mir berichtete, ist dies seit Gründung der Wanderabteilung ein permanentes Thema und es gibt halt verschiedene Wandertypen. Dies versucht der Wanderwart durch ausführliche Wanderunterlagen zu lösen, mit denen jeder fast individuell wandern kann. Und durch die Unterteilung in Teilwanderstrecken.

Insgesamt eine sehr gelungene Reise. Und ich überlege, falls es möglich ist, auch den 2. Abschnitt in 2012 bis zur Donaumündung in Kehlheim mitzuwandern.“

Nach Gesprächen mit Sabine Heckner aufgeschrieben von Frank Giesselbach



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

Barbara von Chmielewski
Entspannungsmassagen & medizinische Massagetherapien

Barbara von Chmielewski

staatl. geprüfte Masseurin und medizinische Bademeisterin,
Fußreflexzonen-therapeutin & Lymphdrainagetherapeutin

Werfelring 60 · 22175 Hamburg

Tel. 040 - 63 64 87 09 · Fax 040 - 63 97 36 02

Email: chmielewski@med-massagetherapie-hamburg.de

www.med-massagetherapie-hamburg.de





Sommerliche Radtour der Herzsportgruppe Mo/2

Unsere diesjährige Radtour, die inzwischen schon Tradition geworden ist, wurde bereits zum 3. Mal infolge von Karl-Heinz Tappendorf organisiert.

Am 17. Juli starteten 18 Herzsportler – von Sonnenschein begleitet – die Fahrt ins Unbekannte. Über Bergstedt, vorbei an der „Alten Mühle“ und der Mellingburger Schleuse, auf dem Alsterwanderweg in Richtung Alsterquelle. Bergauf, bergab, durch das Naturschutzgebiet Wittmoor (herrliche Gegend mit Heidelandschaft) über Duvenstedt nach Ohlstedt, durch den Wald am Quellenhof vorbei nach Hoisbüttel. Dort Einkehr: jetzt 26 Personen.



Am späten Nachmittag war unsere schöne Tour dann zu Ende. Ein herzlicher Dank geht an Karl-Heinz.

Wir freuen uns schon aufs nächste Jahr.

Hallo Sylvia

21 Jahre sind eine lange Zeit. Wenn diese 21 Jahre der Gesundheit „anderer“ dienen, dann sind sie besonders erwähnenswert. Sylvia war immer eine engagierte Übungsleiterin, die ihre Weiblein und Männlein stets tüchtig auf Trab hielt (soweit es bei Herzkranken möglich ist). Wert legte sie immer auf die Stabilisierung des Kreislaufs und die Ertüchtigung des Herzens. Auch die kleinen grauen Zellen wurden durch entsprechende kleine Gedächtnisübungen nicht vernachlässigt.

Über all diese Jahre hatte sie die Geselligkeit mit einem großen Stellenwert versehen.



Es wurden Weihnachtsfeiern in lustiger Runde abgehalten, Wanderungen im Winter arrangiert mit anschließendem Grünkohlessen, oder hin und wieder sogar eine Zusammenkunft ohne speziellen Anlass durchgeführt. In den letzten Jahren gab es dann auch Touren mit dem Fahrrad, die zwar einen Organisator hatten, aber Sylvia als Übungsleiterin musste jeweils grünes Licht zum Programm der Veranstaltung geben.

Die Herzsportgruppen müssen nun mit einem lachenden und einem weinenden Auge von Sylvia Abschied nehmen. Das lachende Auge steht dafür, dass wir alle uns freuen, dass sie nun über mehr Freizeit verfügen kann zur Erfüllung ihrer geheimen Wünsche. Das weinende? Nun ja, wir sind alle sehr traurig darüber, eine liebenswerte und engagierte Übungsleiterin zu verlieren, die wir über viele Jahre zu schätzen gelernt haben.

Liebe Sylvia, Deine Herzsportgruppen wünschen Dir für Deine Zukunft alles Gute. Bleib gesund und munter, und lass Dich hin und wieder bei uns sehen!

W. Schneider

Habt Ihr vielleicht auch solche Probleme?

- Ach, wie war noch sein Name?
- Wann wollten wir uns das nächste Mal treffen?
- Was wollte ich denn eigentlich noch einkaufen?

Wenn wir ehrlich zu uns sind, dann müssen wir zugeben:

Unser Gedächtnis ist nicht mehr so zuverlässig, wie wir es früher gewohnt waren. Doch es gibt Möglichkeiten, die Gedächtniskraft zu verbessern. Der tus BERNE bietet im Rahmen seiner REHA-Sport-Aktivitäten neuerdings auch **Gedächtnistraining bzw. Gedächtnis-jogging**

an und seit dem 01. September 2011 wieder jeden Donnerstag von 09:30 bis 11:00 Uhr in den Räumlichkeiten des Vereinszentrums.

Jutta Ewert, die bereits seit vielen Jahren für den Bürgerverein in Rahlstedt ähnliche Kurse leitet, konnten wir für den tus BERNE gewinnen.

25 JAHRE HERZSPORT mit dem tus BERNE Das sollte gefeiert werden!

Hierzu lädt die REHA-Sportabteilung alle ihre Mitglieder recht herzlich ein

WANN: am 13. November 2011, um 11:00 Uhr
WO: Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6, 22159 Hamburg

Programm: auszugsweise
- Rückblick bis in die Gründerjahre
- Herz-Lungen-Wiederbelebungs-Übungen
- Schreiten über den Bewegungsparcours
- gemeinsames Plauschen beim Mittagsbuffet

Was bleibt für euch zu tun:
- Anmeldung mit oder ohne Partner/in bis zum 16.10.2011
- welche Köstlichkeit dürfen wir fürs Buffet erwarten?

Weitere Einzelheiten könnt Ihr von Eurer Übungsleiterin erfahren.



Sie führt die 90-minütigen wöchentlichen Übungsstunden mit einem sehr abwechslungsreichen Angebot durch, sodass wir als ihre Teilnehmer stets überrascht sind, wie schnell die Zeit bis 11:00 Uhr vergangen ist. Kleine Bewegungsübungen zur Anregung des Gedächtnisses zeigt sie uns, damit wir sie auch weiterhin zu Hause täglich anwenden können. Ebenfalls beeindruckend ist ihre Methode, einen intensiven Gedankenaustausch zwischen den Teilnehmern anzuregen. Zum Kursende nehmen wir dann gerne ihre Anweisungen zur „Hausarbeit“ für die nächste Stunde entgegen.

Weitere Informationen zum Thema findet Ihr auf unserer Website unter

- www.tusberne.de
- Sportarten – REHA
- Gedächtnistraining

Telefonisch auch unter 040-604 42 88-0 in der Geschäftsstelle, die auch gerne Eure Anmeldung zum Gedächtnistraining annimmt.

Diabetesgruppe im tus BERNE

Sie fühlen sich nicht wohl? Ihr Arzt sagt, dass Sie Diabetes haben? Sie wissen nicht, was Sie tun sollten?

Kommen Sie zu uns! Wir, das ist die Diabetes-Gruppe im tus BERNE. Zurzeit sind wir eine Gruppe von 17 Leuten, Männlein und Weiblein, fröhliche und motivierte Nordic-Walker. Wir alle kennen die Probleme, die Sie im Moment bewegen. Wir haben den ersten Schritt bereits hinter uns und fühlen uns wohl dabei. Seit sechs Jahren besteht die Gruppe und die Gründungsmitglieder sind fast alle noch dabei. Das spricht doch für uns, oder?

Probieren Sie es doch einfach mal aus. Wir treffen uns jeden Donnerstag, um 15:00 Uhr, im Sport- und Kulturzentrum Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6. Bei weiteren Fragen können Sie sich auch gerne an die Geschäftsstelle des tus BERNE wenden - Tel.: 604 42 88 0.

Marlis



GLASEREI & FENSTERBAU UTU

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

Torsten Uckermark Glasermeister

Uhlenbusch 19 · 22962 Stek/Meilsdorf
Tel. 04107/85 02 81 · Fax 04107/85 02 82 · Mobil: 0177-214 83 29
info@glaserei-utu.de · www.glaserei-utu.de

Fahrschule



Mit uns immer einen Sprung voraus !
www.fahrschule-angerer.de

Berne

Tel.: 647 88 99
Hermann-Balk-Str. 99
Mo-Do 16-19 Uhr
Fr 16-18 Uhr

Rahlstedt

Tel.: 678 49 80
Heestweg 1
(Jumicar-Gelände)
Mo-Do 16-18.30 Uhr



**Fitness ist
keine Frage
des Alters**

„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



Fröhliches Schleifchen- turnier 2011

Ein gelungenes Tennisfest bescherten sich über 30 Teilnehmer am diesjährigen Schleifchenturnier zu Pfingsten 2011.



Tolles Wetter, viele verschiedene und überraschende Tennispaarungen sowie am Ende einige glückliche Gewinner von Tennisbällen und Sonderpreisen waren die „Zutaten“ für das beliebteste Turnier im Verein.

Kampf der Generationen – G.Cup 2011

Sportwettkampf Alt gegen Jung, der Jüngste 42, der Älteste 70 - geht das? Ja, im tus BERNE-Tennis. Einen vereinsinternen Wettkampf haben die Medemannschaften Herren 55+ und die Herren 40+ mit je acht Einzel und vier Doppel im Hochsommer 2011(!) ausgetragen. Die einen wollten endlich mal die Alten vom Platz fegen und die anderen den Ansturm der Jungen noch einmal abwehren. Letzteres ist erfolgreich mit 7:5 gelungen. Hart aber fair, kampfbetont, aber

Endergebnis MEDENSPIELE 2011 tus BERNE-Tennis:

Mannschaft	Mannschaftsführer	Spielklasse	Auf-/Abstieg Klasse gehalten
Junioren U 12	Jugendwartin	III	kein Abstieg
Junioren U 14	Jugendwartin	IV	Klasse gehalten
Junioren U16/18 I	Jugendwartin	III	Klasse gehalten
Junioren U16/U18II	Jugendwartin	IV	Klasse gehalten
Juniorinnen U12	Jugendwartin	I	Klasse gehalten
Juniorinnen U16/U18	Jugendwartin	III	Klasse gehalten
Damen 40 I	Beate Ziesmann	Oberliga	Abstieg
Damen 40 II	Marlies Zierau	II	Klasse gehalten
Damen 40 III	Monika Pfundner	V	Klasse gehalten
Damen 40 IV	Petra Garny	V	Klasse gehalten
Damen 50 Mittwoch	Ingeborg Wagner	Verbandsklasse	Aufstieg
Damen 50 Wo.	Marlies Grabinski	Verbandsklasse	Abstieg
Herren	Julian Pohl	IV	Klasse gehalten
Herren 30	Martin Riedl	III	Abstieg
Herren 40 I	Fritz Pfundner	II	Abstieg
Herren 40 II	Ingo Knittel	V	Klasse gehalten
Herren 50	Uwe Zierau	II	Klasse gehalten
Herren 55	Jürgen Gora	Oberliga	Abstieg
Herren 65	Rüdiger Lammek	II	Klasse gehalten
Herren 70	Ehlert Brockmann	Verbandsklasse	Abstieg

Den Damen 50 (Mittwoch) sagen wir: „Herzlichen Glückwunsch“, für eine tolle Saison und den Aufstieg. Den Absteigern wünschen wir einen gelungenen Neustart in 2012. Allen anderen drücken wir die Daumen für ein weiterhin erfolgreiches und spannendes Tennis, in welcher Gruppe auch immer, im nächsten Jahr.



friedlich, gegeneinander, aber sportfreundschaftlich, und mit einigen unerwarteten Ergebnissen mündete alles in einem geselligen Beisammensein auf der Clubterrasse. Alle waren sich einig: In 2012 gibt es eine Revanche. Also, alle gesund bleiben!

Auch Fritz, Mannschaftsführer Herren 40+, durfte den neuen Wanderpokal einmal kurz hochhalten.



35. Winterlauf-, Walking-, Nordic-Walking- und Wanderserie 2011/2012

Startberechtigt: Jedermann! Vereinszugehörigkeit ist nicht erforderlich. Die Veranstaltung hat keinen Wettkampfcharakter und findet bei jedem Wetter statt. Der Veranstalter behält sich vor bei extremen Wetterbedingungen die Veranstaltung abzusagen.

Startzeit: 8.00 – 11.00 Uhr. Laufender Start. Keine Sollzeit.

Schluss der Veranstaltung: 12.30 Uhr

Start und Ziel: Schule Berne, Lienaustraße 32, 22159 Hamburg-Berne

Strecke: Die Berner Volkslaufstrecke, die teilweise durch ein Naturschutzgebiet führt, mit 10 km Rundkurs. Es können pro Veranstaltung mehrere Runden absolviert werden.



STARTTERMINE

Sonntag, 06. Nov. 2011

Sonntag, 04. Dez. 2011

Sonntag, 08. Jan. 2012

Sonntag, 05. Feb. 2012

Sonntag, 04. März 2012

Sonntag, 01. April 2012

Startgeld: Einzelstart,
Euro 2,50 pro Starttag.

Auszeichnung: Auf Wunsch kann jeder Teilnehmer am letzten Lauftag eine Urkunde erhalten. Nach Bestehen der gesamten Winterserie kann von jedem Teilnehmer ein Ehrenpreis mit Gravur, „50, 100, 200 km Winterserie 2011/12“, erworben werden. Bestellungen spätestens bis **08. Januar 2012**.

Anmeldung: Am Start

Haftung: Da die Strecke einige Male verkehrsreiche Straßen überquert, ist hier besondere Vorsicht geboten.

Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Unfälle, Diebstähle und Schäden sonstiger Art. Es gelten die Regeln der DLO.

Verpflegung: Am Start und Ziel wird kostenlos Tee und Brühe ausgeteilt. **Bitte eigenen Trinkbecher mitbringen.**

Umkleidung: Umkleidemöglichkeiten am Start und Ziel in der Schule Lienaustraße.

Veranstalter: Turn- und Sportverein Berne e.V., Volkslaufausschuss,
Berner Allee 64, 22159 Hamburg-Berne, Telefon: (0 40) 604 42 88-0

Leitung: Harry Heinisch



HOOK

Ein Weihnachtsmärchen für Kinder und Erwachsene ab 6 Jahren!

Peter Pan, der kindliche Abenteurer ist erwachsen geworden. Er ist erfolgreicher Anwalt von 40 Jahren und die Vergangenheit ist für ihn nur ein Märchen, solange, bis Kapitän Hook, sein alter Erzfeind, seine Kinder ins Nimmerland entführt. Peter, ohne die Kräfte von einst, ist

verzweifelt. Da kommt unerwartet Hilfe von der Elfe Glöckchen, die ihn ins Nimmerland führt. Kapitän Hook gibt seine Kinder aber nicht kampflos her und deshalb muss Peter Pan wieder kämpfen lernen. Dabei helfen ihm die verlorenen Jungs, aber auch alle anderen Nimmerlandbewohner. Ob Peter seine Fantasie wiederfindet, und ob er wieder kämpfen und fliegen lernt, seht

ihr im Sport- und Kulturzentrum Volkshaus Berne, Saselheider Weg 6.

Termine:


Sonntag, 20. November, um 16:00 Uhr - Premiere!

Samstag, 10. Dezember, um 15:00 Uhr

Sonntag, 11. Dezember, um 15:00 Uhr

Eintritt: Kinder 6,- / Erwachsene 9,-

Unser Sportangebot – Ein starkes Stück Gemeinschaft



Aikido

Abteilungsleiter
Wolfgang Glöckner 630 83 51

Stellvertreterin
Eleni Sotiropoulos 630 83 51



Handball

Abteilungsleiter
Oliver Zabel 415 46 151

Stellvertreter
Jörn Harms 645 36 476



Krafttraining

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

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



Badminton

Abteilungsleiterin
Christina Graubner 59 45 28 91

Stellvertreter
Felix Bopp 0179 513 64 05



Inline-Skating

Abteilungsleiter
Holger Maiwald 0171 261 23 75



Leichtathletik


Abteilungsleiter
Bernd Springer 697 05 888

Stellvertreterin
Heimke Mellin 796 94 795



Basketball

Abteilungsleiter
Sebastian Mellin 18 99 31 59



Judo

Abteilungsleiter
Oliver Ortmüller 0171 890 81 59

Stellvertreter
Uwe Waßmann 648 04 75



Reha-Sport

Abteilungsleiter
Heinz Pollender 644 24 160

Stellvertreterin
Birgit Grafe 644 43 01



Bogensport

Abteilungsleiter
Wolfgang Höber 0175-45 84 770



Ju-Jutsu


Abteilungsleiter
Bernhard Kempa 0171 524 94 86

Stellvertreter
Darius Kempa 471 93 519



Schwimmen

Abteilungsleiterin
S. Rieck



Folklore

Abteilungsleiterin
Frauke Riecke 645 25 91
(Zugvogel)

Peter Mau 644 01 59
(Regenbogen)



Kanu

Abteilungsleiter
Klaus-Peter Graefe 640 56 00



Selbstverteidigung

Abteilungsleiter
Bernhard Kempa 0171 524 94 86

Stellvertreter
Darius Kempa 471 93 519



Fußball

Abteilungsleiter
Oliver von Elm 668 53 745

Stellvertreter
Frank Martin Hirsch 0170 243 91 38
Björn Jacobs 0171 646 29 34

Jugendleiterin
Claudia Wohlers 0170 730 61 55

Schiedsrichterobmann
Thorsten Bodenstern 0163 289 97 38



Karate

Abteilungsleiter
Foad Ghassemzadeh 0178 480 460 3



Skat

Abteilungsleiter
Erwin Winkler 678 06 53


Stellvertreter
Uwe Hübener 644 39 33



Ski und Wandern

Abteilungsleiter
Dietbert Pfullmann 640 04 14

Stellvertreterin
Renate Franz 647 79 83



Tennis

Abteilungsleiter
Uwe Zierau 601 18 15


Stellvertreter
Rüdiger Lammek 640 12 88



Tischtennis

Abteilungsleiter
Dr. Benjamin Schulz 645 04 847


Stellvertreter
Axel Kranich 0173 646 66 86



Taekwon Do


Abteilungsleiter
Jürgen Lemme 500 70 57

Stellvertreter
Süren Kobs 28 57 32 93



Turnen, Fitness und Prävention

Abteilungsleiterin Regina Pfullmann 640 04 14	Leistungsturnen Babett Stadthaler 401 62 024
Stellvertreterin Marianne Marthiens 647 53 25	Ballett Claudia Lienau 656 02 76



Tanzsport

Abteilungsleiter
Jürgen Neubauer 640 42 16

Stellvertreter
Peter Mau 644 01 59



Vereinsorchester

Abteilungsleiter
Werner Voss 601 36 05

Markus Schimm 639 17 994



Volleyball

Abteilungsleiter
Holger Müller 644 98 38

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 und Kegelbahnvermietung 604 42 88-0 (Telefon)
Bürozeiten: Mo 9-12 Uhr und 17-20 Uhr, 604 42 88-9 (Fax)
Do 9-12 Uhr

Gaststätte „Am Sportplatz“ 644 80 27
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: Ulrich Gerner 0179-399 74 60
Vertretung und Vermietung: Heike Heinsch 604 42 88-2

Bankverbindungen:
Hauptkonto: Haspa BLZ 200 505 50 Konto-Nr.: 1249 126 200
Volkshaus: Haspa BLZ 200 505 50 Konto-Nr.: 1249 123 926

Vorstand

1. Vorsitzender Hans-Joachim Pütjer	603 23 10
2. Vorsitzender Dr. Benjamin Schulz	64 50 48 47
Schatzmeister Adolf Tillner	640 16 26
Pressewart Ulrich Gerner	0179-399 74 60
Protokollführerin Monika Witt	733 88 79
Sportwart Holger Maiwald	0171-261 23 75
Jugendwartin Jana Hansen	0173-180 89 70
Jugendwart Florian Kolka	0160-91 72 77 32

Internet/Schaukästen

Internetkoordinator Björn Jacobs	0171-646 29 34
Schaukästen Hermann Bzdzion	604 42 880

Ehrevorsitzender

Günther Meier



**DIE
WALDKINDER
HAMBURG**

Unser Naturkindergarten am Bauspielplatz Berne
(im Berner Gutspark)

Betreuungszeit bis zu 6 Stunden
qualifizierte Vorschularbeit
moderne und gemütliche Räume
langjährige Erfahrungen in der Naturpädagogik
umfangreiche Projekte und Exkursionen
Hospitalationen sind jederzeit möglich

UNSER MOTTO: GEBILDET - GEBORGEN - GESUND

Anmeldung & Kontakt:
Naturkindergarten
Die Waldkinder Hamburg gGmbH
Leitung: Sylke Greß

Krautgraben 21 • 22159 Hamburg
Tel.: 040-644 41 90 • Mobil: 0176 24 85 17 74
sg@waldkinder-hamburg.de
www.waldkinder-hamburg.de

André Mairwald



Holzarbeiten aller Art

- Fenster & Türen
- Fensterreparatur
- Bodenbelagsarbeiten für Garage und Balkon
- Laminat & Parkett
- Reparaturarbeiten an Möbel und sonstigen
- Einbruchschutz für Türen und Fenstern
- Küchenverkauf & -einbau
- Türöffnung & Schließanlagen

*André Mairwald • Mandelweg 30 • 22175 Hamburg
Mobil: 0177/5201811 • Tel.: 180 33 990 • Fax: 180 33 991
E-Mail: Andre-Mairwald@web.de*

Ziel Reisen

Ihr Reisebüro in Berne

*Wir erfüllen Ihre Reisewünsche,
seien sie noch so ausgefallen
oder speziell.*

*Berner Stieg 2 - 22147 Hamburg
Tel./Fax: 040 6440991/ 6445155
Email: info@ziel-reisen.de
www.ziel-reisen.de*