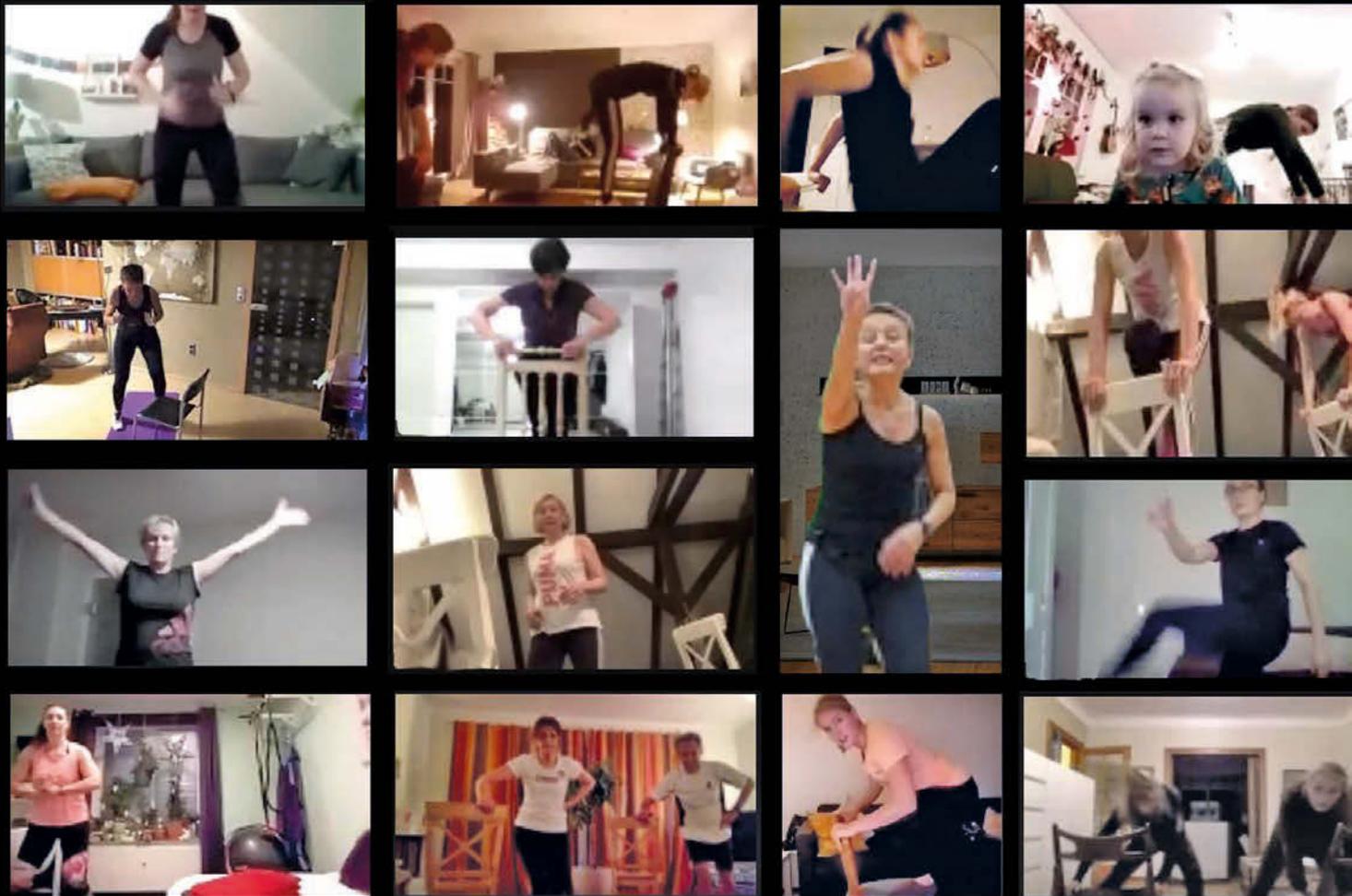




Vereins-Spiegel



WORKOUT. Online-Kurse mit Britta Behm.

Mach mit! Und Dein Wohnzimmer wird zum Fitnessstudio.





KINDERMASKERADE

Seite 6



HANDBALL

Seite 22



KONDITIONSTRAINING

Seite 48

Sportwart Jahresbericht	4
Kindermaskerade	6
Boxen	8
Fußball	10
Sportabzeichen	12
Gesundheitssport	16
Nordic Walking	18
Wandern	20
Handball	22
Judo	26
JuJutsu	28
Leichtathletik	32
Schwimmen	34
Segeln	36
Tennis	38
Tischtennis	40
Turnen	44
Badminton	49
Volleyball	50

ANSPRECHPARTNER



in unserer **Geschäftsstelle im Focksweg 14** (hinterer Eingang der Gorch-Fock-Halle) sind **Martina Friedrichs** und **Sportwart Sergej Balbuzki**

ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag bis Donnerstag
 09:00 bis 11:30 und
 12:00 bis 15:30 Uhr
Freitag
 09.00 bis 13.00 Uhr

Telefon: 040 7 42 58 11

E-Mail: geschaeftsstelle@tusfinkenwerder.de

IMPRESSUM

Herausgeber:

Turn- und Sportverein Finkenwerder von 1893 e.V. (V.i.S.d.P.)
 Mitglied im Hamburger Sportbund

Layout & Herstellung :

Martina King, Rolf King

Auflage: 1000 Exemplare,
 Bezugs geld ist im Mitgliedsbeitrag
 enthalten

Erscheinungsweise:

1 x jährlich im Dezember

Bei Fragen zu Beiträgen, Trainingszeiten und Veranstaltungen könnt Ihr Euch gerne an unsere Geschäftsstelle wenden. Auch auf unserer Website findet Ihr alle Kontaktdaten: **www.tusfinkenwerder.de**



Liebe Vereinsmitglieder, liebe Freunde des TuS Finkenwerder.

Jahresende – man möchte sagen, Gott sei Dank. Ein Jahr, wie wir es alle noch nicht erlebt haben. Der vordringlichste Gedanke, der mich hier umtreibt, ist der, dass Ihr alle gesund durch das Jahr gekommen seid und dass Ihr das auch bleiben möget.

Vieles, was uns selbstverständlich erschien, war (und ist) es seit März 2020 nicht mehr. Menschliche Nähe war plötzlich nicht mehr gewünscht, weil sie als potenziell gefährlich angesehen wurde. Aufgrund der Maßnahmen gegen die Ausbreitung des Covid-19-Virus blieb vieles auf der Strecke, insbesondere wurde uns erstmals in unserer neueren Geschichte unser Sport verboten.

Zudem erleben wir, dass Mitglieder- und Abteilungsversammlungen nicht stattfinden dürfen und durften und somit der Wille unserer Mitglieder – wie auch auf politischer Ebene – nicht zum Ausdruck gebracht werden kann. In dieser schwierigen Situation sind uns fast alle Mitglieder treu geblieben und haben weiterhin ihre Beiträge entrichtet, und das, obgleich über mehrere Monate unsere Sportkurse nicht oder nur in einer sehr eingeschränkten Weise stattfinden durften.

Unsere Trainer, Übungs- und Abteilungsleiter haben durch die Entwicklung von Online-Kursen oder durch die Distanz wahrende Anpassung des Trainingsprogramms versucht, so viel Sport wie möglich sicher und gemäß den Bestimmungen der Corona-Verordnung stattfinden zu lassen. Unsere beiden hauptamtlichen Mitarbeiter haben alles getan, um die Wünsche und Anliegen unserer Mitglieder und Trainer schnell und zu aller Zufriedenheit zu erfüllen.

Allen unseren Mitgliedern, Trainern, Abteilungsleitern und Mitarbeitern herzlichen Dank für ihren Einsatz!

Selbstverständlich stand und steht in dieser Lage auch jedes Mitglied des Vorstands dem TuS uneingeschränkt weiter zur Verfügung.

Finanziell, und das ist ja mit das Wesentliche der Entscheidungsfindung durch die Mitglieder, hat sich im Jahr 2020 gegenüber 2019 nicht wesentlich etwas verändert. Der mit den Abteilungsleitern abgestimmte Haushaltsplan und auch der Jahresabschluss können jederzeit für Interessierte nach Voranmeldung in der Geschäftsstelle eingesehen werden.

Die seitens des Senats für Sportvereine angedachte finanzielle Unterstützung brauchten wir nicht in Anspruch zu nehmen, da ihr uns als Mitglieder treu geblieben seid und wir keine Einnahmeeinbußen hinnehmen mussten. Unsere Übungsleiter wurden weiter entlohnt, weil wir uns in der Verantwortung sahen, wie auch sie uns in schwierigen Zeiten unterstützt haben, sie jetzt nicht im Regen stehen zu lassen.

Jetzt am Jahresende weiß man mehr, und die im November 2020 erlassenen Maßnahmen fielen, jedenfalls für den Sport, ein wenig differenzierter aus als die vorangegangenen. Ich hätte mir allerdings gewünscht, dass man von Seiten der Politik und des Hamburger Sportbundes ein wenig mutiger gewesen wäre und uns mehr Gestaltungsspielraum zugebilligt hätte.

Denn zusammen mit unseren Abteilungsleitern und Trainern haben wir alles getan, um den Hygienevorschriften Genüge zu tun, und hatten Erfolg damit. Und die bundesweiten Ansteckungshotspots waren nicht im Sportbereich zu finden.

Ich glaube, dass uns dieses Virus noch länger beschäftigen wird und wir in den kommenden Jahren nicht mehr so befreit und unbeschwert wie bisher miteinander umgehen können. Wir werden alles versuchen, um ein gewisses Maß an Normalität wieder herzustellen.

Ich wünsche uns allen, dass wir gesund durch die nächste Zeit kommen und sich unser Leben irgendwann wieder normalisieren wird.

Thomas Kielhorn
1. Vorsitzender



Thomas Kielhorn
1. Vorsitzender



Maximilian Konau
2. Vorsitzender



Katrin Albrecht
Geschäftsverwalterin



Michael König
Jugendwart



Claudius Matthies
Schriftwart



Anselm Stolte
Pressewart

Der TuS im Jahr 2020

Liebe Vereinsmitglieder,

2020 – ein spannendes Jahr, ein Jahr, in dem so wenig Sport betrieben wurde wie noch nie und doch sehr viel im Verein passiert ist. Neue Vorstandsmitglieder, neue Abteilungsleiter, neue Trainerinnen und Trainer, zusätzliche Sportangebote und erneuerte Anlagen.

Der TuS Finkenwerder wächst stetig weiter, und so haben sich auch unser Vorstand und unsere Geschäftsstelle erweitert, um die Aufgaben und Herausforderungen besser bewältigen zu können. Zusätzlich zu Thomas Kielhorn (1. Vorsitzender), Maximilian Konau (2. Vorsitzender), Katrin Albrecht (Geschäftsverwalterin) und Michael König (Jugendwart) unterstützen nun auch Claudius Matthies (Schriftwart), Anselm Stolte (Pressewart) und Sergej Balbuzki (Sportwart) unseren Verein in den jeweiligen Ämtern.

Claudius und Anselm üben ihre Ämter bisher „nur“ kommissarisch aus, denn aufgrund der Corona-Maßnahmen fiel die Mitgliederversammlung leider aus und wird dieses Jahr auch wohl nicht mehr stattfinden können. Ich, Sergej, bin seit März (zusammen mit Martina Friedrichs) hauptamtlicher Mitarbeiter und vorher schon jahrelang als Trainer und Sportler mit dem Verein eng verbunden.

Aufgrund der Pandemie stand der Sport in diesem Jahr hintenan. Wir mussten uns alle privat und beruflich auf eine noch nie da gewesene Situation einstellen. Homeoffice und Homelearning sind wohl nach Corona die meistbenutzten Wörter des Jahres. Diverse Veranstaltungen wurden abgesagt, und jeglicher Sportbetrieb in unseren Sportstätten musste eingestellt werden.



Leere Hallen und Spielfelder – doch der Verein stand und steht dennoch nicht still.

Gehen wir zurück in den Februar dieses Jahres, als eine unserer tollsten Veranstaltungen stattfand: die Kindermaskerade, organisiert von Michael König. Wie jedes Jahr war die Gorch-Fock-Halle voller Kinder und Eltern. Alle fröhlich und wunderschön verkleidet! Michael, vielen Dank für Dein Engagement, dieses Ereignis immer zum größten und schönsten für unsere Vereinskinder zu machen!

Eine weitere Erfolgsveranstaltung – in der Gorch-Fock-Halle – verdanken wir der Abteilung Boxen: Mecit Cetinkaya orga-



nierte das erste Boxevent dieses Jahres auf unserer Insel. Sein Hilfstrainer Milad unterstützte ihn, die junge Mannschaft auf die Kämpfe vorzubereiten. Milad hat mittlerweile mit der Ausbildung zur Trainer-C Lizenz begonnen und wird auch als ausgebildeter Trainer weiterhin für die Boxabteilung tätig sein.

Nicht nur im Boxen bilden sich die Trainer weiter. Beim Ju-Jutsu hat Marc Behm dieses Jahr seine Trainer-B-Lizenz bestanden. Herzlichen Glückwunsch! Wir freuen uns, dass unsere Sportlerinnen und Sportler auch den Weg als Trainer einschlagen und ihr Wissen an die nächsten Generationen weitergeben, und unterstützen die Weiterbildung unserer Trainer.

Unser Trainerteam hat nicht nur durch Weiterbildung an Qualität gewonnen, sondern auch durch Zuwachs. Wir haben in den Bereichen Ball-, Gesundheitssport und Fitness unser Trainerteam vergrößern können. Herzlich willkommen an alle Neuzugänge! Liebe Mitglieder, nehmt die neuen Trainerinnen und Trainer an die Hand und zeigt ihnen unseren starken Zusammenhalt im Verein! Sie werden es Euch mit ihrem kompetenten Training Woche für Woche danken.

Im Judo fand der wohl aufregendste Wechsel dieses Jahr statt: Heiner Intzen gab sein Amt nach über 60 Jahren an zwei seiner Schüler weiter. Vielen Dank für Dein unermüdliches Engagement, Heiner! Ohne Dich wäre die Judosparte des TuS nie so erfolgreich geworden!



Anne-Luis Pisch und Arne Wulff haben seit Juni als starkes Duo die Abteilung übernommen und werden die traditionelle japanische Kampfkunst weiter lehren. Wir glauben an Euch und wünschen Euch viel Erfolg!

Beim Fuß-, Hand- und Volleyball gibt es neue Mannschaften und/oder Trainingseinheiten für Kinder und Jugendliche. Nicht nur in diesen Abteilungen wächst unser Sportangebot für Kinder unter zehn Jahren. Informiert Euch bei unseren jeweiligen Trainern und Trainerinnen, die helfen Euch gern weiter. Vor allem bei den be-

Der schnellste Weg zu unseren Social-Media-Inhalten. Unsere QR-Codes:

FEEDBACK



FACEBOOK



INSTAGRAM



WEBSITE





grenzten Teilnehmerzahlen beim Schwimmen hilft eine frühzeitige Anmeldung.



Mit dem Kursangebot Yoga von Jana Josi Ahlf haben wir unsere Sportvielfalt noch weiter ausbauen können: eine Trainingseinheit für Jung und Alt zur aktiven Entspannung. Für die aktive Kräftigung konnten wir ebenfalls neue Trainer im Gesundheitssport und Fitness akquirieren: Roman Rahn, Peter Kiel und Gabriela Berger decken unseren bisherigen Trainermangel in diesen Abteilungen nun sehr gut ab und bieten Potenzial für mehr – wenn da der mittlerweile entstandene Mangel an Räumlichkeiten nicht wäre. Eine Herausforderung, der wir uns im Vorstand mit Weitblick, Nachdruck und Geduld widmen, denn städtische Prozesse erfordern vor allem eines: Zeit.



Davon verbrachten unsere Jugendlichen diesen Sommer viel auf und im Wasser. Während die jungen Seglerinnen und Segler die jährliche Sommertour mit dem Vereinskutter antraten, fuhren die Ju-Jutsuka an die Ostsee ins Freizeitcamp. Die Tennisabteilung blieb ihrem Sport treu und veranstaltete ein Tenniscamp auf unseren Anlagen.



So bot sich trotz der geschlossenen Schulhallen ein buntes Sommerangebot. Noch bunter wurde es im Herbst. Mit dem Fallen der Blätter „fiel“ auch die Fassade des Segelheims. Diese wurde komplett erneuert und ist nun fertig gestellt. Ein schöner moderner Anblick. Was für die Segler wind- und wasserfest sein muss, muss für unsere Schützen feuerfest gemacht werden. Nach den bereits begonnenen und abgeschlossenen Renovierungsarbeiten muss nun nur noch der Brandschutz folgen.

Auch in der Geschäftsstelle wird renoviert, aber nicht physisch, sondern digital. Wir möchten es Euch ermöglichen, immer mehr Angelegenheiten über unsere Homepage online zu erledigen. Nach dem Anpassen der optischen Ansicht unserer Webseite erfolgen bereits die ersten Änderungen im Hintergrund. Wir wollen Euch damit eine papierlose, umweltfreundlichere und schnellere Bearbeitung Eurer Anliegen bieten.



Digital liefen bereits im Frühjahr die Kurse von Britta Behm. Auch im November finden diese online statt. Wenn Ihr also nicht gerade mit den Winterarbeiten an Eurem Boot beschäftigt seid (und auch keine andere Ausrede parat habt), nutzt dieses Angebot, um an Euch zu arbeiten. Auch unsere Segler nutzten die moderne Technik, um alte Traditionen nicht zu vernachlässigen: Das Standerniederholen wurde dieses Jahr gefilmt und an die Segler (und Seglerinnen) digital verschickt. So konnte jeder daran teilhaben. In diesem Sinne „Goden Wind“.

Ich freue mich darauf, Euch nächstes Jahr über die weiteren spannenden Entwicklungen im TuS zu berichten.

Sergej
Balbuzki
Sportwart



Kings of Prints

Jahr für Jahr bezaubert uns der Vereinsspiegel mit tollen Rückblicken auf die Erfolge und Aktivitäten im TuS. In erster Linie sind unsere Mitglieder dafür verantwortlich – also IHR. Denn ihr steht im Vereinsspiegel immer im Vordergrund. Ihr sorgt für die tollen Ereignisse und macht die tollen Fotos für uns.



Aber an dieser Stelle wollen wir auch einen Blick hinter den Vereinsspiegel werfen. Auf zwei Menschen, die jedes Jahr den Vereinsspiegel erstellen. Die euch und eure Erfolge sehr aufwendig und mit viel Liebe fürs Detail in Szene setzen.

Denn der Weg von einem Bericht mit einigen Fotos bis zum gedruckten Artikel im Vereinsspiegel ist lang: Bilder müssen skaliert, geschärft, Farben korrigiert und dann noch passend platziert werden. Berichte müssen redigiert, lektoriert und angepasst werden. Dieser ganze Prozess geschieht für jede Abteilung. Bei unserer Vereinsgröße ist das ein wochenlanges Projekt für **Martina und Rolf King**

Den Zeit-, Arbeits- und Energieaufwand, den diese zwei jedes Jahr in den Vereinsspiegel stecken, können wir gar nicht genug würdigen.

Deshalb freuen wir uns sehr, dass ihr, Martina und Rolf, auch dieses Jahr beide wieder dabei seid! Dank eurer Leidenschaft für das Projekt ‚Vereinsspiegel‘ erfahrt ihr jedes Jahr aufs neue hunderte TuS-Mitglieder und kreiert nebenbei zudem schon fast ein Geschichtsbuch über den TuS Finkenwerder. Denn im Vereinsspiegel werden nicht einfach nur die Ereignisse des Jahres, sondern Emotionen gesammelt. Jeder Ausflug, jedes Trainingslager, jedes Turnier, jeder Sieg – aber auch jede Niederlage – werden dort zusammengefasst. Ihr macht es möglich.

Wir danken euch herzlich für euer bemerkenswertes Engagement!

Fotos:
Andreas
Vallbracht



Kinder- maskerade

Am 16. Februar 2020 fand der Karneval in Venedig statt.

Eine gute Gelegenheit für den TuS Finkenwerder, an diesem Tag auch die Kindermaskerade in der festlich dekorierten Gorch-Fock-Halle auszurichten!

Mehr als 220 kleine und große Gäste konnten wir ab 14 Uhr begrüßen – viele davon waren bunt kostümiert. DJ Frank („Right-Time-Disco“) unterhielt uns mit Musik, Kinderhitparade und kleinen Spielen. Kurz vor 18 Uhr fand die Veranstaltung ihr Ende.

Unterstützt wurde der TuS mit Geld- und Sachspenden von der Baugenossenschaft Finkenwärder-Hoffnung eG, dem Kulturkreis Finkenwerder, der Hamburger Volksbank und der Bäckerei Körner.

Logistische Hilfe erhielten wir von der FF Finkenwerder und vom Getränkevertrieb Prigge (Jan Mehner).

Einen großen Dank an die Organisatoren und die vielen helfenden Hände, ohne die diese gelungene Veranstaltung nicht möglich war!

Die tollen Bilder von Euch hat Andreas Vallbracht gemacht. Vielen Dank dafür!

Der Vereins-Kasper





Große Boxveranstaltung auf Finkenwerder

Am 7. März 2020 fand für dieses Jahr die erste Boxveranstaltung in Finkenwerder statt.

Die Messlatte wurde hier schon hoch gelegt. Es waren 300 Zuschauer anwesend und 15 Vereine, und es wurden über 20 Kämpfe ausgetragen.

Es nahmen auch fünf Kämpfer aus Finkenwerder teil, dazu gleich mehr. An dieser Stelle möchten wir noch den Besuchern für die tolle Stimmung, den ehrenamtlichen Helfern für die Organisation und das Catering und den teilnehmenden Vereinen danken, die auch einen langen Weg auf sich genommen haben, um in Finkenwerder kämpfen zu dürfen, denn von den 15 Mannschaften waren je ein Team aus Hannover, Bremerhaven, Schwerin und Berlin anwesend.

Neshwan Kadir (Junioren 48 kg) durfte als Erster von unseren Jungs in den Ring. Hier wurde bereits das hohe Niveau unseres Teams deutlich. Neshwan zeigte eine tolle Leistung gegen einen Sportler vom Team Wacker 04 Ham-

burg, und der Kampf ging unentschieden aus. Umut Tozlu (Junioren 54 kg) glänzte mit seinem souveränen Kampfstil. Von Anfang an ließ er seinem Gegner vom TV Fischbek keine Chance und beendete den Kampf siegreich in der zweiten Runde durch technischen KO.

Milad Hosseini (Jugend 64 kg), Kämpfer und Nachwuchstrainer im Verein, zeigte sich dominant und landete im ganzen Kampf viele Treffer, doch leider sah das Kampfgericht das etwas anders, und Milad verlor knapp mit 2 zu 1 nach Punkten gegen den Berliner aus dem Isigym.

Jihan Kilinc (Junioren 66 kg) kämpfte sich alle drei Runden tapfer durch, musste sich jedoch am Ende dem Isigym-Athleten aus Berlin nach Punkten geschlagen geben.

Kanun Eskici (Jugend 69 kg) last but not least: Kanun zeigte am Ende noch mal eine Höchstleistung, die sich sehen ließ. So gewann er den Kampf in der zweiten Runde durch einen technischen KO!



ABTEILUNGSLEITUNG

Mecit Cetinkaya
mecit@gmx.de



Abschied von Denis

Nach 15-jähriger Trainertätigkeit beendete Denis Zepcan im Sommer seinen Job bei der 1.-Herren-Fußballmannschaft unseres Vereins. Er engagierte sich von der ersten bis zur letzten Sekunde mit vollem Herzen für unser Team, brachte mit seinem Einsatz unendlich viel Leben in unseren Amateurfußball und erarbeitete sich große Anerkennung bei allen Sportbegeisterten.

Im Sommer dieses Jahres stand die Fußballabteilung vor dem Scherbenhaufen, die Personallücke Denis Zepcan und Crew schließen zu müssen. Für einen Magier wie Denis war es von großer Leichtigkeit, den Klebstoff für das Zusammenfügen des Scherbenhaufens selbst zu mischen. Er arrangierte frühzeitig zielführende Gespräche mit etablierten Finkenwerder Ligaspielern, die bereit für die schwere Aufgabe waren, seine Arbeit in

Zukunft fortführen zu können. Sein oberstes Ziel war es, seine Mannschaft in gute Hände zu übergeben, später als Fan den Uhlenhoff zu besuchen, in netter Gesellschaft ein Bierchen mit alten Weggefährten zu trinken und als besserwissender Bundestrainer seinen Senf in die Runde geben zu können. Wir haben Denis diese Tür weit geöffnet, denn bei seiner Verabschiedung hat er unter anderem eine Dauerkarte auf Lebenszeit erhalten, damit er weiterhin Leben in Finkenwerders Fußballwelt bringen kann. Denis besitzt wie kaum ein Zweiter auf unserer Halbinsel Erinnerungen an all die emotionalen Momente unseres Weges. In erster Linie stehen dabei die schönen Erlebnisse hervor, wie der einmalige Aufstieg in die Landesliga, ein unglaubliches Trainingslager in Wien sowie der Pokalfight mit dem Regionalligateam von

Altona 93 vor atemraubender Kulisse. Aber auch Niederlagen mit damit verbundenen Abstiegen bleiben unvergessen, denn gerade aus diesen haben wir stets mit Zusammenhalt und Kraft Wege gefunden, zurück auf die Sonnenseite des Sports zu gelangen.

Denis kann mit Stolz in die Vergangenheit und Zukunft schauen, denn er hat es geschafft, eine Mannschaft über Jahre bei allerbesten Laune zu halten, einen Scherbenhaufen mit Zusammenklebeanleitung zu hinterlassen und Spielern als Freunde begrüßen zu können. Wir als Mannschaft möchten Denis Zepcan an dieser Stelle noch einmal von ganzem Herzen für seine herausragende Arbeit als Trainer danken und freuen uns auf ein Wiedersehen.

1. Herren Team





Neues Führungsteam



Die 1. Herren musste sich nach dem Bekanntwerden des Aufhörens der drei Trainer Denis Zepcan, Silvio Zepcan und Kai Heimsoth komplett neu aufstellen.

Der TuS Finkenwerder möchte allen dreien und vor allem Denis Zepcan für ihr langjähriges Arbeiten ein ganz großes Dankeschön ausdrücken!

Nun begann zu Saisonbeginn eine neue Führung, bestehend aus Kris Fabian Heitmann (Liga-Manager und Fußball-Obmann), Christoph Schmidt (Trainer), Christian Meyer (Co-Trainer), Michael Rüter (Co-Trainer) und Peter Heinrich (Torwart-Trainer), ihre Aufgabe.

Wir wollen hier einmal alle neuen/alten Gesichter kurz vorstellen: **Kris Fabian Heitmann** (34), langjähriger Spieler der 1. Herren, wird nun mehr die Geschicke rund um das Team übernehmen. Verletzungsbedingt erfolgte nun der Wechsel vom Aktiven zum Passiven. Die Besetzung dieser Stelle stand bereits frühzeitig fest, so dass er zeitig erste Verhandlungsgespräche mit einem neuen Trainergespann führen konnte und letztlich auch diese Stellen zeitig besetzen konnte.

Unser neuer Headcoach ist nun **Christoph „Schmidde“ Schmidt**, welcher vom Bostelbeker SV nach Finkenwerder wechselt. Nach einigen guten Gesprächen befand man sich direkt auf einem Nenner und konnte sich einigen. Christoph ist ein junger (32) und ehrgeiziger Trainer, der mit vollem Elan seine neue Aufgabe angenommen hat. Er ist verheiratet und Vater einer kleinen Tochter. Seine ehemaligen Vereine lauten: Moorburg, Harburger SC, Buxtehuder SV und Bostelbeker SV.

Das neue Co-Trainer-Gespann besteht nun aus unseren beiden langjährigen und verdienten Ex-Spielern **Christian „Chrischi“ Meyer** und **Michael „Michi“ Rüter**. Beide kennen das Team und das Finkenwerder Umfeld sehr lange, und wir freuen uns,

die beiden so behalten zu haben! **Chrischi** (34) ist allen bekannt als unsere langjährige Katze im Tor, der leider vor zwei Jahren seine aktive Karriere in der 1. Herren beenden musste. Einstmals gehörte er zu den besten Keepern der Region. Neben der 1. Herren von Finkenwerder war **Chrischi** auch beim FC Süderelbe als Stammtorwart in der Region gefürchtet für seine tollen Paraden. **Michi** (gefühlte ewige 29) wird der zweite Co im Team und stellt die lebende Finkenwerder Legende dar! Bereits seit 1984 schnürt **Michi** seine Fußballschuhe für den TuS Finkenwerder, ab 1997 für 21 Jahre für die 1. Mannschaft! Geschätzte 600 Partien kamen hierbei für ihn zustande. **Michi** widerstand zahlreichen Lockrufen der umliegenden höher spielenden Vereine und bleibt uns nun also auch weiterhin in neuer Rolle erhalten. Auch heute noch ist er stets ein Vorbild für alle jungen Spieler und marschiert mit seiner Fitness in den Trainingseinheiten immer mit vorneweg.

Komplettiert wird das Gespann durch den erfreulichen Verbleib unseres Torwarttrainers **Peter Heinrich**! **Peter** gehörte bereits die letzten Jahre zum festen Stamm des Gespanns, und die Freude über seinen Verbleib ist dementsprechend groß! Durch seine motivierende, fitte und mannschaftsdienliche Art ist **Peter** für alle Bereiche ein absoluter Gewinn.

Der Saisonauftakt mit einer langen und intensiven Vorbereitung inklusive vieler Testspiele ist nicht wie erwünscht ausgefallen – aus den ersten vier Spielen konnten nur vier Punkte gesammelt werden, ehe eine erneute Pause aufgrund der Pandemie nun eingesetzt worden ist.

Zahlreiche Neuzugänge konnten von **Kris** nun bereits für den TuS gewonnen werden und hängen sich voll rein. Auch zwei Spieler der zweiten Herren sind hochgezogen worden und drängen sich motivierend und fit auf!

Auch in der Winterpause werden weitere Gespräche mit potenziellen Neuzugängen geführt, um die sportlichen Ziele erreichen zu können.

Wir alle freuen uns auf die zukünftige Zusammenarbeit, vor allem auch mit unserer zweiten und neuen dritten Herren.

Als Highlight konnte während der ersten beiden Heimspiele trotz des Hygienekonzepts unser neuer Imbisswagen präsentiert werden!

Des Weiteren möchte sich **Kris Heitmann** auch an dieser Stelle noch einmal für die treue Unterstützung durch Sponsoren und Zuschauer bedanken!

Wir hoffen auf eine schnelle Besserung der Lage und einen baldigen Restart mit dann hoffentlich besseren Ergebnissen im laufenden Ligabetrieb.

Die Zusammenarbeit in der neuen Zusammensetzung läuft außerordentlich gut, und der beginnende Veränderungsprozess bekommt alle Zeit, die es braucht, um den gewünschten Erfolg einzustellen. Es herrscht vollstes Vertrauen in die Mannschaft und die Offiziellen.

Kris Fabian Heitmann

ABTEILUNGSLEITUNG

Kris Fabian Heitmann
abt_fussball@tusfinkenwerder.de



Das Team wird wachsen

Jahresbericht der 2. Herren TuS Finkenwerder

In der Hinrunde hatten wir nie dieselbe Mannschaft wie die Jahre zuvor. Erfreulich war der Zugang von André Mongo aus der A-Jugend, der den Sprung in die Herren geschafft hat. Für Bommel ist es dann die zweite Herren-Saison.

Obwohl wir auf einem Abstiegsplatz waren, haben wir dank des guten Willens gegen die Mannschaften auf den oberen Tabellenplätzen gewonnen. Die Spiele gegen die anderen Mannschaften liefen dagegen nicht so gut. Aufgrund von Corona wurde dann die Saison beendet, was uns den

Klassenerhalt ermöglicht hat. Denn durch Corona gab es keine Absteiger!

Wir haben uns für die kommende Saison wieder für die höhere Klasse gemeldet.

Während des Lockdown haben wir dann unter Einhaltung entsprechender Hygieneregeln mit dem ersten Training (Vorbereitung, Ausdauer) begonnen, ohne zu wissen, wann und ob es einen Saisonstart gibt.

Es haben uns mehrere Spieler verlassen: Jonah und Jasko sind in die Liga gewechselt, Moritz zur 3. Herren. Glenn und Ti-

mo sind zu FFC08 gegangen, Marcello und Hakan haben vermutlich aus familiären Gründen aufgehört. Ebenso haben Simon Meyer und Hagelstein die „Schuhe an den Nagel gehängt“. Neuzugänge konnten wir aber auch verzeichnen: einen Messi haben wir jetzt auch, Niklas und André Mongo. Und Hannes ist zurück. Das ist ein knapper Kader, und die Mannschaft muss es zeigen. Das Team wird wachsen.

Jana Ahlf, Yoga-Trainerin aus Buchholz, sollte uns Dehnübungen zeigen, aber leider hat uns das Wetter immer einen Strich durch die Rechnung gemacht. Ich bleibe dran.



Ziel ist die Konstanz der Aufstellung, damit wir nichts mit dem Abstieg zu tun haben. Nach vier Spielen haben wir jetzt sechs Punkte und sind auf Tabellenplatz 9.

Nach heftiger Niederlage im zweiten Spiel hat die Mannschaft Charakter gezeigt und den Derby-Sieg gegen Altenwerder 3 geschafft. Und wir wissen jetzt, wo die neue Geschäftsstelle ist. Mit dem neuen Platzwart auf dem Uhlenhoff werden wir uns auch anfreunden. Er kennt uns ja. Nach der ersten Pokalrunde sind wir weiter. Nächste Runde geht es gegen Altenwerder 2.

Danke für die Unterstützung der Liga mit ihrem großen Kader! Nachdem die Liga neu aufgestellt wurde, ist es für uns auch eine neue Situation der Zusammenarbeit. Ein Dank geht an Denis und Silvio für die unkomplizierte Unterstützung der 2. Herren. Ebenso danke an die 3. Herren.

Wann und wie es in dieser Saison weitergeht, ist weiterhin offen. Das Training in der Soccer-Halle ist wegen Corona weiterhin abgesagt. Der Termin für Fußballgolf war genau richtig. Leider konnten unsere neuen Spieler nicht dabei sein.

Aber wir haben ja noch 2021.

Bleibt alle gesund und dem TuS treu. Der Verein braucht euch.

Danke, schöne Weihnachten und einen guten Rutsch.

*Folker Richter
Coach 2. Herren*

ABTEILUNGSLEITUNG

Kris Fabian Heitmann
abt_fussball@tusfinkenwerder.de



Hintere Reihe von links: Frank Bauer, Folker Richter, Maik Kassner, Kai Heimsoth, Ali Elaman, Hans Rüter, Wolfgang Drinkhahn. Vordere Reihe von links: Mohammad Hadrous, Mustapha Bouzlim, Uwe Maskos, Gerd Neumann.

35. Harburger Hallen-Cup

Bei diesem Turnier werden die kompletten Einnahmen aus Eintritts- und Startgeld und einer Verlosung sowie die Spenden einer sozialen Harburger Einrichtung zur Verfügung gestellt. Dort werden die Entwicklung und Förderung von geistig und körperlich behinderten Kindern gefördert.

Am 25. Januar nahmen wir am 35. Harburger Hallen-Cup für Super-Senioren teil.

Folgende Mannschaften waren mit dabei: Harburger SC, TuS Finkenwerder, SC Concordia, Moorburg/Altenwerder, FC Süderelbe, ESV Einigkeit, FSVR/GW Harburg.

Es spielten alle Mannschaften gegeneinander. So sahen unsere Spielergebnisse aus:

2:1 gegen Harburger SC,
0:0 gegen FSVR/GW Harburg,
0:0 gegen SC Concordia,
1:3 gegen ESV Einigkeit,

0:1 gegen Moorburg / Altenwerder,
0:2 gegen FC Süderelbe.

Mit diesem Spielstand reichte es leider nur für den sechsten Platz.

Turniersieger wurde FC Süderelbe.

Gerd Neumann



1. Fußball - Supersenioren TuS Finkenwerder

Saison 2020/21, Spielklasse Ü 60, 7er-Kleinfeld

Zum 1. Mal in der Finkenwerder Fußballgeschichte gibt es in der Saison 2020/21 eine Fußballmannschaft Ü 60. Dies bedeutet, alle Spieler müssen mindestens 60 Jahre alt sein.

Ausnahme: Drei Spieler dürfen jünger als 60, müssen aber mindestens 57 Jahre alt sein.

Gespielt wird mit sechs Spielern und einem Torwart. Nach dem Abbruch der Saison 2019/20 (Corona-Pandemie) in unserer Spielklasse Ü55, 7er haben wir beschlossen, für die Saison 2020/21 eine Ü60-Mannschaft zu melden. Das erste Spiel gegen Holm wurde gewonnen.

Gerd Neumann

So setzt sich die Mannschaft zusammen: (das Bild wurde im ersten Spiel gegen Holm aufgenommen)

Auf dem Bild oben von links:

Gerd Neumann, Hans Rüter, Rainer Külper, Maik Kassner, Gerald Kohl, Thorsten Sumfleth,
Teammanager Wolfgang Drinkhahn

Unten von links: Ali Elaman, Rainer Aust, Frank Bauer, Joachim Moschko, Uwe Maskos,

Weiter zur Mannschaft gehören:

Bert Camper, Hans-Peter Ehrlich, Kai Heimsoth, Peter Heinrich, Jens Kummrow, Folker Richter, Frank Schulz, Heiko Tremp, Andreas Vollpott, Mustapha Bouzlim.

Mannschaft	Spiele	G	U	V	Torverhältnis	Tordifferenz	Punkte Ø
DW 96/SV Blank. 2.Sen. SG	1	1	0	0	4:1	3	3,00
Finkenwerder 1.Sen.	1	1	0	0	2:0	2	3,00
Egenbüttel 1.Sen.	0	0	0	0	0:0	0	0,00
Ellerau 2.Sen.	0	0	0	0	0:0	0	0,00
Holsatia/Sparrieshoop 2.Sen. SG	0	0	0	0	0:0	0	0,00
St. Pauli 1.Sen.	0	0	0	0	0:0	0	0,00
Holm 1.Sen.	1	0	0	1	0:2	-2	0,00



Sportabzeichen 2020

Wie überall stellte das Jahr 2020 für die Abnahme des Sportabzeichens eine besondere Herausforderung dar.



Nachdem der Auftakt mit dem Radfahren ganz ausfiel, konnten die Disziplinen der Leichtathletik zeitlich nur eingeschränkt stattfinden. Durch diese Einschränkungen begrüßten wir in diesem Jahr leider weniger Prüflinge als in den Vorjahren. Die einzelnen Leistungen konnten sich dafür aber wieder sehen lassen. Es wurden Urkunden in Bronze, Silber und Gold ausgestellt. Wir gratulieren allen erfolgreichen Sportlern zu ihren Leistungen. Unter allen gab es aber auch ein paar Wiederholungstäter mit besonders herausragenden Ergebnissen. **Michael König** trat diesmal bereits zum 30. Mal an und erreichte in diesem Jahr ebenfalls Gold. Herzlichen Glückwunsch für die 30 Jahre

**Zum 45. Mal stellte sich
Heinz Fock
den Herausforderungen
und erfüllte souverän die
geforderten Leistungen für
das Goldabzeichen.
Herzlichen Glückwunsch für
45 Jahre Sportabzeichen!**

während erfolgreiche Teilnahme am Sportabzeichen! Noch nicht ganz so lange, aber ebenso souverän erreichten **Tanja Ribitzki, Stephanie Carls** und **Birgit Karrasch-Wilms** zum fünften Mal das Sportabzeichen. Herzlichen Glückwunsch!

Bei den Kindern gab es das Sportabzeichen in Gold für **Hanna Lange**. Bereits beim ersten Versuch erfüllte sie jeweils die Anforderungen in den einzelnen Disziplinen. Herzlichen Glückwunsch, Hanna! Milena, Anthony und Alexander probierten sich in unterschiedlichen Disziplinen der jeweiligen Anforderungsgruppen aus, bis sie ihre Übungen herausgefunden hatten. Mit ein wenig Training erarbeiteten sich **Milena** und **Anthony** das Sportabzeichen in Bronze und **Alexander** in Silber. Herzlichen Glückwunsch zu Eurem Sportabzeichen! Wir freuen uns auf die Prüfungen im kommenden Jahr! Mehr Infos und die Termine findet Ihr dann auf der Website des TuS Finkenwerder.



Gesundheitssport im Jahr 2020

Auch für unsere Sparte gab es nach der Auszeit im Frühjahr bei der Wiederaufnahme der Kurse einiges zu beachten.

Nach der Auszeit im Frühjahr durfte zunächst nur draußen auf Sportanlagen und zu eingeschränkten Zeiten und mit eingeschränkter Teilnehmerzahl trainiert werden.

Und so waren unsere Walker die Ersten, die ihre Aktivität wieder aufnahmen. Runde um Runde vermaßen sie das Uhlenhoff-Stadion bis zum Drehwurm.

Durch sich fast wöchentlich ändernde Vorschriften war es aber kurz darauf möglich, auf gewohnten Strecken wieder die Natur zu genießen.

Unsere Seniorengruppen am Vormittag starteten dann als Nächstes. Auch sie verlegten ihre Aktivitäten nach draußen und behielten dieses auch über die Öffnung der Sporthallen hinaus bei, um vielen die Möglichkeit zu bieten, sich wieder sportlich zu betätigen.

Von dieser Möglichkeit machte auch Maya mit ihrer Gruppe am Sonnabend Gebrauch, bis im Herbst die Temperaturen

spürbar fielen und die Hallen auch am Wochenende wieder geöffnet wurden.

Mit der Öffnung der Sporthallen nahmen dann auch alle anderen Kurse ihren Sportbetrieb wieder auf. Für unsere Trainer und Trainerinnen bedeutete dies aber deutlich mehr Aufwand.

Es galt und gilt immer noch, die Auflagen des Abstands- und Hygienekonzepts zu erfüllen. Nicht nur die genutzten Materialien müssen gereinigt werden, sondern am Wochenende ebenfalls die Sanitäranlagen, da die reguläre Reinigung nur von Montag bis Freitag stattfindet.

Besonders schlimm trifft es hier Maya und Tatjana, die regelmäßig die Nebenräume der Gorch-Fock-Halle in einem desolaten Zustand vorfinden, sie aber aufgrund des Hygienekonzepts gereinigt und aufgeräumt hinterlassen müssen.

Danke allen, die dazu beitragen, dass der Sportbetrieb fast ohne Einschränkungen wieder möglich ist.

Und wie jedes Jahr heißt es für uns Abschied nehmen von langjährigen Trainern und Trainerinnen. **Heiner-Peter Intzen** gab im Sommer schweren Herzens seine lieb gewonnenen Seniorengruppen in die Hände von **Roman Rahn** ab. Heiner, wir wünschen Dir alles Gute für den nächsten – trainerlosen – Lebensabschnitt. Roman, herzlich willkommen im Trainerteam des TuS! Wir freuen uns und hoffen, dass Du uns noch lange erhalten bleibst.

Und nach einjähriger Pause können wir seit den Sommerferien auch wieder Yoga unter der Leitung von **Jana Josie Ahlf** anbieten. Jana, herzlich willkommen im TuS Finkenwerder! Wir freuen uns, dass Du unser Sportangebot erweiterst.

Lilian Kielhorn

ABTEILUNGSLEITUNG

Lilian Kielhorn
gesundheitsport@tusfinkenwerder.de

Neues von den Finkenwalkern

Nordic Walking ist ein gesunder Sport für alle Altersgruppen.

Einsteiger, Wiedereinsteiger und besonders Teilnehmer mit Gelenkproblemen sind willkommen.



Süderdeich

Draußen in der Natur gemeinsam zu walken bei fast jedem Wetter und jeder Jahreszeit wird eigentlich nie langweilig.

Wir entdecken auf unseren Touren immer etwas. An der Wiet zwischen den Apfelreihen waren einige Rehe zu sehen. Die Fischreiher suchen ihre Nahrung in den Gräben. Die Äpfel und Birnen sind inzwischen geerntet worden.

Vom Süderdeich haben wir einen wunderbaren Weitblick über die Alte Süderelbe

und die Obsthöfe.

Seit Kurzem können wir über die alte Bahntrasse vom Marktplatz zum Osterfelddeich walken. Hier entscheiden wir, ob es Richtung Elbe zum Gorch-Fock-Park zu den neuen Sportgeräten für Erwachsene geht und weiter zum Rüschnpark.

Eine beliebte Walkingstrecke ist auch der Weg entlang der Alten Süderelbe zu den Kleingärten. Gern walken wir auf dem neuen Wanderweg Richtung Neuenfelder Kirche und genießen den Weitblick über das



Geräte im Gorch-Fock-Park

Airbus-Gelände oder die Obstplantagen.

Im Sommer konnten wir uns mit Abstand unter Einhaltung der Hygienerichtlinien an den jeweiligen Walkingtagen der Gruppen auf dem Hof bei Anette treffen. Ein gemütliches Beisammensein war wieder möglich.

Auch in diesem Jahr waren wir wieder mit viel Freude und Motivation unterwegs.

Weitere Infos unter tusfinkenwerder.de und bewegung-in-der-natur.de

Anette Winkler



Rüschnpark



„After Walking“ auf dem Hof



Neuer
Kurs
Montag,
15.3.2021,
Obsthof



Einsteiger Lauf-Kurs

Das gute Gefühl gemeinsam etwas für den eigenen Körper zu tun, motiviert immer wieder dazu loszulaufen. Egal wie gerade das Wetter ist.

Man ist mit Anderen verabredet und hat das Ziel, nach 10 Wochen leichtem Laufen mit vielen Gehpausen zwischendurch, 30 Minuten locker durchlaufen zu können.

Eine kleine Läufergruppe steht gerade kurz vorm Ziel. In der nächsten Woche schaffen sie die 30 Minuten ohne Gehpausen zu laufen.

Abstand halten und die Hygienemaßnahmen einzuhalten fällt draußen nicht so schwer.

Vor dem Lauftraining stehen kleine Laufaufwärmübungen, Mobilisation der Gelenke und Koordinationsübungen. Auch Übungen aus dem Lauf ABC, Laufkraft werden ins Training integriert.

Wir fördern unsere Ausdauer, Kraft, Mobilisation, Koordination und Entspannungsfähigkeit.

Nach dem Einsteiger Lauf Kurs haben sich schon einige Laufgruppen gebildet. Die Jogging Queens laufen schon seit 2016 immer montags durch Finkenwerder. Die Montagsläufer sind seit 2018 aktiv und hoch motiviert. Sie starten abwechselnd bei den jeweiligen Läufern vor der Haustür und haben so unterschiedliche Laufstrecken. Sie haben ihre Laufleistung kontinuierlich gesteigert. Bequeme Joggingschuhe

und gute Laune sind immer dabei. Der Kopf wird frei für Neues. Der Spaß kommt beim gemeinsamen Sport nicht zu kurz.

Einsteiger und Wiedereinsteiger sind willkommen. Homepage: Bewegung-inder-natur.de

Anette Winkler

ABTEILUNGSLEITUNG

Anette Winkler
nordicwalking@tusfinkenwerder.de



Gemeinsam Hamburg und Umgebung entdecken

Nach wie vor stößt das Wandern auf große Beliebtheit – nicht nur bei denen, die seit Jahren oder schon seit Jahrzehnten wandern, angefangen mit den Wanderführern Heini und Eva. Auch Neulinge fühlen sich gleich wohl und gut aufgehoben in der Wandergruppe.

2019: Gestartet sind wir im Januar mit einer Führung im Kaffeemuseum Burg. Sehr interessant waren die Informationen über den Kaffeeanbau, die verschiedenen Kaffeearten und die Sammlung der Kaffeemühlen. Anschließend sind wir durch den Lohsepark gegangen und zum neuen U-Bahnhof Elbbrücken gefahren. Von hier aus haben wir die Aussicht auf Hamburgs Kirchen genossen. Im neu gestalteten Park am Baakenhafen haben wir unsere Muskeln an den Sportgeräten für Erwachsene gestärkt.

10 Jahre wandern mit Anette: Wir waren uns sofort einig, das müssen wir irgendwie feiern. Es ging mit 55 Wanderern mit dem

Bus nach Bad Bevensen. In Medingen erhielten wir eine Klosterführung. Von dort wanderten wir an der Ilmenau entlang zum Kurpark. Nach dem Mittagessen teilte sich die Gruppe. Einige von uns genossen das schöne warme Wasser in der Therme. Die anderen waren in der Kirche, in der Altstadt und zum Kaffee trinken.

In den nächsten Monaten wanderten wir unter anderem

– von Sinstorf an der Engelbek zur Außenmühle und bis zur Schlossinsel im Harburger Hafen,

– durch das alte grüne Wilhelmsburg an der Dove entlang zum Energieberg und von dort aus zur Windmühle Johanna und

– an der Alster vom Lattenkamp zum Wellingsbüttler Torhaus.

Ein Highlight war auf jeden Fall unsere jährliche Busausfahrt im September. Wir fuhren ins Wendland. Die Rundlingsdörfer wurden uns bei einer Führung in Satemin erklärt. In Hitzacker wanderten wir durch den Kurpark über den Weinberg mit Blick auf die Elbtalauen in die Altstadt.

Auf allen unseren Wanderungen waren wir immer wieder sehr erstaunt, wie grün Hamburg ist.

Zurzeit sind wir 58 aktive Wanderer. Wir freuen uns auf viele weitere Wanderungen.

Anette und Angelika

Muskeln stärken im Baakenhafen



Bad Bevensen erkunden



Im Wendland, Kirche in Satemin





Zoologisches Museum, Hamburg

Unsere erste Wanderung 2020 führte uns durch die Wallanlagen ins Zoologische Museum. Die meisten Wanderer waren völlig überrascht, mitten in Hamburg auf dem Unigelände so ein authentisches Museum zu sehen. Obwohl die Tiere ausgestopft sind, wirkten sie sehr lebendig. Wir waren begeistert.

Botanischer Garten, Hamburg



Sehr lecker war anschließend unser Mittagessen im indischen Restaurant „Maharani“. Zum Abschluss wanderten wir am schönen Kaiser-Friedrich-Ufer entlang.

Im Februar genossen wir einen lustigen Nachmittag bei den „Fleetenkiekern“ in Neuenfelde.

Im August haben wir uns wieder getraut zu wandern. Es ging zum Botanischen Garten mit Picknick an zwei unterschiedlichen Tagen in Kleingruppen. Wir haben uns riesig gefreut, wieder unterwegs sein zu können. Es hat uns allen sehr gutgetan.

Im September hat uns der neue Rad-/Wanderweg bis zum Osterfeldeich begeistert. Vom alten Bahndamm hatten wir einen herrlichen Blick zur Nikolaikirche und über die Apfelbaumreihen zu den



Rad-/Wanderweg, Finkenwerder

Kränen im Hafen. Weiter ging es über den Osterfeld-, Süder- und Westerdeich über die Kleingärten zum Picknick an der Alten Süderelbe.

Den Wandertag ließen wir ausklingen mit einer Überraschung: Bärbel hatte für alle Kuchen gebacken. Wir genossen auf dem Apfelhof von Anette das gemeinsame Beisammensein, den leckeren Kuchen und das wunderschöne Wetter.

Jetzt hoffen wir auf weitere schöne Wanderungen ...

Anette und Angelika

ABTEILUNGSLEITUNG

Anette Winkler

nordicwalking@tusfinkenwerder.de

Kuchen von Bärbel auf dem Apfelhof von Anette







Glück im Unglück

„Abbruch der Saison 19/20“...: Die Nachricht mussten wir erst zweimal lesen, um zu begreifen, was das für uns bedeuten sollte.

Aber erst mal alles auf Anfang: In guter Konstellation starteten wir die Saison in der Landesliga. Nur eine Position war wie immer Mangelware: die Torwartin. Zum Glück halfen uns die Torhüterinnen aus der A-Jugend und der zweiten Damen immer wieder aus (danke, danke, danke!). Gleichzeitig konnten wir auch noch unsere Lea für Handball begeistern. Normalerweise ist sie Fußballtorwartin, aber hat in ganz jungen Jahren auch schon mal auf dem Handballfeld gestanden. Und das merkt man auch.

Doch trotz der Verstärkung kamen wir nicht richtig gut in die Saison. Zu unserer nicht ausreichenden spielerischen Leistung kam oftmals auch noch Pech dazu, und wir verloren viele Spiele mit nur einem Tor Differenz. In solchen Zeiten ist es schwierig, den Kopf oben zu halten und immer wieder anzugreifen. Doch das gelang uns in der Rückrunde! Endlich kamen die ersten Punkte auf das Punktekonto, und in uns schimmerte die Hoffnung, die Mannschaft in der Landesliga halten zu können. Endlich spielten wir richtig zusammen, und jeder wusste, was der an-

dere tut, und konnte sich darauf einstellen. Strahlende Gesichter waren wieder an der Tagesordnung.

Doch dann kam etwas für uns alle Neues hinzu: Covid 19. Plötzlich darf niemand mehr zum Training, und keiner weiß so recht, was nun passiert. Irgendwann wurde jedoch klar, dass die Saison nicht zu Ende gebracht werden kann. Doch was sollte das für uns heißen? Steigen wir ab? Jetzt, wo wir uns doch gerade gefangen hatten? Und dann die Erlösung: Kein Team steigt ab! Es wird nur Aufsteiger geben.

Uns fiel ein Stein vom Herzen, und wir jubelten, nicht wissend, was noch auf uns zukommen sollte: Denn plötzlich verkündigten einige Spielerinnen, dass sie in der nächsten Saison nicht mehr dabei sein werden. Ob aus Zeitgründen, Schichtarbeit oder Umzug in die Innenstadt oder gar in die Schweiz! Verständlich war alles, doch auch umso trauriger, denn mit dem Rest konnten wir keine Mannschaft mehr stellen.

Was nun? Soll man den Verein wechseln, in die zweite Damenmannschaft gehen, die eigentlich schon gut besetzt, ist oder

gar ganz mit Handball aufhören? Verzweiflung machte sich breit. Wie soll man Spieler anlocken, wenn man nicht mal garantieren kann, dass es eine komplette Mannschaft geben wird?

Aber manchmal hilft einem dann doch der Handballgott. Plötzlich stehen sie da: sehr bekannte Gesichter, denn fast alle haben schon in ihrer Jugendzeit oder auch als Damen in unserem Verein gespielt und fragen, ob wir nicht Verstärkung brauchen. Unfassbar! Ein wildes Hin- und Hertelefonieren beginnt. Und wir schaffen es!

Eine neue Mannschaft steht da, und doch kennt sich fast jeder. Aus Fischbek begrüßen wir (zurück) Britta und Kristin als Rückraumspieler, Jessi als Kreisläufer und Kathrin (wir konnten es kaum fassen) als Torwart! Unsere Kaddy entschied sich nach einer Handballpause auch wieder für diesen einmaligen Sport, und auch Linda können wir nach langer Verletzung wieder willkommen heißen.

Und dann steht sie da: Anna, aus Bayern zurück nach Finkenwerder gezogen, fragt, ob sie bei uns spielen kann. Sie ergänzt unser Team jetzt auf der Kreis- und Rechtsaußenposition. Aus der Ursprungsmannschaft bleiben Chrissy, Isi, Kirsten, Lea und Marion. Zwölf Spielerinnen die sich freuen ihr neues/altes Team kennenzulernen!

Und so laufen wir schon seit Monaten an der frischen Luft, durften irgendwann auch endlich unter Auflagen wieder zusammen in der Halle trainieren und wachsen zusammen.

Doch einer wurde hier noch nicht erwähnt: Wir begrüßen zusätzlich Henning in unserem Team – und wie am Namen nicht schwer zu erkennen ist, ist das keine weitere Spielerin, sondern unser neuer Trainer! Henning wird uns zusammen mit Thees in die neue Saison führen. Dafür quält er uns schon erfolgreich seit seinem ersten Tag im Verein, ganz nach dem Motto: „Höher, schneller, weiter“.

Leider wurde die Saison, die am 24. Oktober 2020 starten sollte, wieder gestrichen. Einerseits schade, denn wir wollten gern sehen, inwieweit wir schon harmonieren, andererseits haben wir so noch etwas mehr Zeit, „eins“ zu werden. Zudem geht die Gesundheit aller einfach vor. So hoffen wir, dass der Spielbetrieb vielleicht im Januar starten kann. Bis dahin heißt es Daumen drücken, sich fit halten und gesund bleiben.

Hoffentlich sehen wir uns im nächsten Jahr in der Sporthalle wieder! Entweder als Fan auf der Tribüne oder vielleicht sogar als Spielerin auf dem Feld. Unsere Trainingszeiten sind montags von 20:00 bis 21:30 Uhr und donnerstags von 19:00 bis 20:30 Uhr. Genauere Informationen findet Ihr auf tusfinkenwerder.de, auf Facebook (1. Damen TuS Finkenwerder-Handball), auf Instagram (1.damenfkwhandball) oder auf der Seite des Hamburger Handballverbands.

Auf ein baldiges Wiedersehen! Eure 1. Damen.

Kirsten Buck

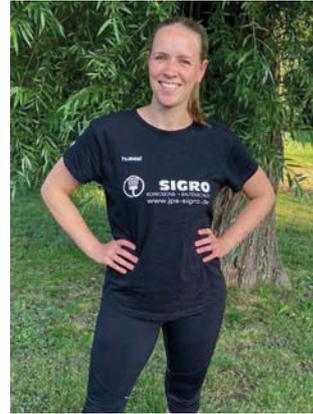




Anna



Britta



Chrissy



Henning



Isi



Jessi



Kaddy



Kathrin



Kirsten



Kristin



Lea



Linda

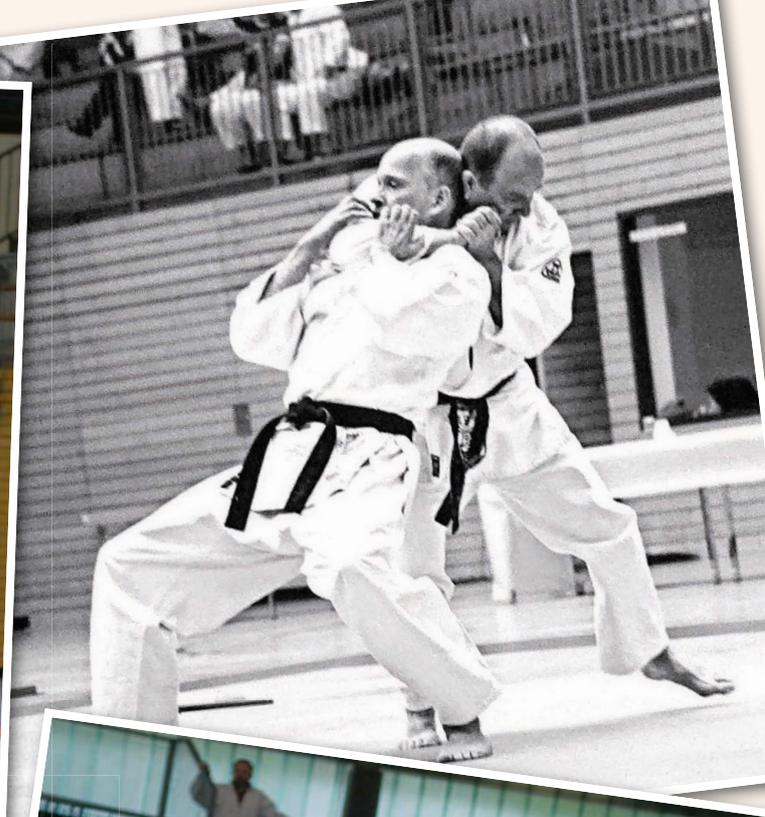


Marion



ABTEILUNGSLEITUNG

Ralf Pietsch
abt_handball@tusfinkenwerder.de





Lieber Heiner,

ich habe einmal überlegt, wie lange wir uns schon kennen. Es sind bereits 35 Jahre, und Du bist der beste Beweis dafür, dass es ein Judo-Leben nach dem 20. Geburtstag gibt.

Anfangen hat alles auf der Matte bei Hein Gas in Tiefstack. Du hattest Arnes Trainingsgruppe übernommen. Du erinnerst Dich sicherlich an Otto, Björn, Jessica und Thorsten. Seit diesen Tagen ist eine Menge passiert. Nachdem ich meine Aus- und Weiterbildungsjahre beendet hatte, fiel mir zu Hause die Decke auf den Kopf, und ich erinnerte mich daran, dass Du Trainer in Finkenwerder warst.

Ich bin dann mal so „zufällig“ in die Westerschule nach Finkenwerder zum Judo-Training gefahren und bin am 3. September 1996 in den Verein eingetreten. Du hast mich dann dazu angeleitet, eine Trainerlizenz zu machen. 1998 bist Du mit den Judokindern zu meiner Hochzeit vor die Kirche zum „Gürteldurchschneiden“ gekommen. Ich habe mich riesig darüber gefreut.

In Sachen Judo haben wir beide eine Menge erlebt und unternommen. Ich denke da zum Beispiel an die Kata-Lehrgänge mit Shiro Yamamoto. Das war wirklich etwas ganz Besonderes, und es hat uns beide in Sachen Kata weitergebracht als andere Lehrgänge.

Wir haben an etlichen Kata-Meisterschaften erfolgreich teilgenommen, darunter die deutschen Meisterschaften in Bochum, Erlangen und Probsteierhagen, bei der wir zusammen mit der Kodokan Goshin Jutsu deutsche Meister wurden. Bei allen Meisterschaften hatten wir Marion als Vereinspressefotografin dabei. Das war richtig super.

Neben der Teilnahme an Judo-Lehrgängen haben wir auch selbst Lehrgänge gegeben. Ich erinnere mich zum Beispiel an den Kata-Lehrgang beim Traditionslehrgang der SV-Polizei oder den Judo-SV Lehrgang vom HJV.

Du siehst also: Wir haben die Matten so richtig „donnern“ lassen.

Ich habe Dir eine Menge zu verdanken: Meine Trainerlizenz, den 1., 2., und 3. Dan, den Spaß am Judo und am Ju-Jutsu. Doch was das Wichtigste ist: Deine Freundschaft!

Wenn jemand den Titel Dan verdient, dann bist Du das. Dan sein heißt Vorbild sein!

Schade, dass wir Dich als Trainer verlieren. Wir freuen uns aber sehr, wenn Du uns im Dojo besuchen kommst. Du bist jederzeit bei uns willkommen.

Danke dafür, dass Du mein Judo- und Ju-Jutsu Lehrer warst – und danke, dass Du mein Freund bist.

Dirk



Erlöse			
Tag	Art und Ort der Veranstaltung	Platz und Klasse	Die Web-Kampfleitung
27. APR 2008	HH Kata-Winterschaft	A. RL	
15.06.2008	Deutsche Kata-Meistersch	Bochum	T.
16. FEB 2009	offene Kata-Hausersch	Erlangen	
28.03.09	Kata-Hausersch	Erlangen	
21	HKH 2011		
12	Kata-Hausersch	2. PL	
10	Juba		
20.08.2013	offene Hamburger Kata-Siebel	2013	

ABTEILUNGSLEITUNG
Arne Wulff
 abt_judo@tusfinkenwerder.de

Ju-Jutsu: die sanfte Kunst

Ju-Jutsu ist Selbstverteidigung und Zweikampfsport, der Elemente aus Judo (Würfe, Würge- und Festlegetechniken) und Karate (Abblocken, Schläge und Tritte) in sich vereint. Ju-Jutsu heißt übersetzt nachgebende oder auch sanfte Kunst. Die waffenlose Selbstverteidigung asiatischen Ursprungs wurde vormalig Jiu-Jitsu genannt. Es geht darum, mit möglichst geringem Krafteinsatz und unter Ausnutzung der Bewegung und Kraft des Gegners Angriffe erfolgreich abzuwehren.

„Ju“ bedeutet „sanft“, das heißt ausweichen, anpassen, nachgeben. „Jutsu“ bedeutet „Kunst oder Kunstgriff“.

Ju-Jutsu ist also die Kunst, durch Ausweichen oder Nachgeben die Kraft des Angreifers zu nutzen und ihn damit zu besiegen.

Ju-Jutsu ist zwar in Deutschland entstanden, wurde aber ursprünglich auf japanischen Kampfkünsten aufgebaut. Das ist der Grund, wieso auch heute noch viele japanische Worte beim Training benutzt werden.

Die Techniken im Ju-Jutsu sind mit deutschen Worten beschrieben. In anderen traditionelleren Kampfkünsten aus Japan müssen die Schüler die japanischen Worte zu den Techniken lernen.



Begriffserklärung:

Atemi: Schlag, Stoß oder Tritt
 Dan: Meistergrad
 Dojo: die Trainingsstätte
 Gi: der Kampfanzug
 Hajime: kämpft
 Ju-Jutsu: die sanfte Kunst
 Ju-Jutsuka: der Ju-Jutsu-Sportler
 Kyu: Schülergrad
 Mate: lasst ab (Kampfende)
 Mokuso: Konzentriert Euch!
 Kehrt in Euch!
 Randori: Übungskampf
 Re: grüßt
 Sensei: der Meister (Trainer)
 Tatami: die Matte
 Tori: der Verteidiger
 Obi: der Gürtel
 Uke: der Angreifer
 Yame: fertig

Es gibt folgende Wurftechniken | japanische Bezeichnung:

Fußfegen | De-ashi-barai
 Knierad | Hiza-guruma
 Große Außensichel | O-soto-gari
 Großer Hüftwurf | O-goshi
 Große Innensichel | O-uchi-gari
 Schulterwurf | Seoi-nage
 Kleine Außensichel | Ko-soto-gari
 Ko-uchi-gari | Kleine Innensichel
 Hüfttrad | Koshi-guruma
 Fußnachfegen | Okuri-ashi-barai
 Körperwurf | Tai-otoshi
 Außenschenkelwurf | Harai-goshi
 Fuß-Innenschenkelwurf | Ashi-Uchi-mata
 Kleines Einhängen | Ko-soto-gake
 Hüftzug | Tsuru-goshi
 Seitfallzug | Yoko-otoshi
 Beinrad | Ashi-guruma
 Springhüftwurf | Hane-goshi

Heute besteht Ju-Jutsu aus den folgenden Elementen, welche auch Bestandteil der Gurtprüfungen sind:

Fallschule
 Abwehrtechniken
 Bodenkampf
 Atemtechniken
 Wurftechnik
 Hebeltechniken
 Würgetechniken
 Sicherungstechniken
 Festlegetechniken
 Nothilfetechniken
 Waffenabwehr
 inklusive gezielter
 Entwaffnung
 Transporttechniken
 Nervendruckpunkt-
 techniken





Gurtprüfung

In Deutschland gibt es vom Gelbgurt bis zum 5. Dan ein einheitliches Prüfungsprogramm.

Gürtelgrade

Der Gürtelgrad zeigt den Fortschritt der Person im Ju-Jitsu an. Erworben wird der Gürtelgrad durch Bestehen einer Prüfung.

Schülergrade:

5. Kyu = gelb
4. Kyu = orange
3. Kyu = grün
2. Kyu = blau
1. Kyu = braun

Meistergrade:

1. Dan – 5. Dan = schwarz

Großmeistergrade:

6. Dan – 8. Dan = rot/weiß
9. Dan – 10. Dan = rot



Gründung der Abteilung

Gegründet wurde die Ju-Jitsu-Abteilung des TuS Finkenwerder am 1. Januar 1981 durch Jürgen Heinemann. Damals bildete sich ein harter Kern von Ju-Jitsukas heraus, welche heute das Fundament dieser Abteilung bilden. Jürgen sagte später einmal, dass die Abteilung mit Claus-Dieter Bergmann-Behm ihren Motor fand. Claus ging aus Jürgens Jugendarbeit hervor. Claus war selbst erfolgreicher Kämpfer und erwies sich bald als unvergleichlicher Motivator, Organisator und Talentförderer. So wurde aus einer kleinen Abteilung eines der Aushängeschilder des TuS.

Mittlerweile haben wir bereits einige Dan-Träger (Schwarzgurt) hervorgebracht. Der Schwarzgurt ist ein „Meistergrad“ – folgende Sportler dürfen diesen nach bestandener Prüfung tragen.:

Siggi, Arndt, Sven, Mathias, Svenja, Ute, Joss, Maxi, Sergej, Marc, Finn, Lucas, Jonas, Claudius

Es braucht schon einige Jahre, um in den Genuss und den Verdienst zu kommen, diesen Gurt tragen zu dürfen.



Claus und Jürgen

Unsere aktuellen Trainer

Abteilungsleitung:

Claus-D. Bergmann-Behm

7. Dan
Trainer A

Sergej Balbuzki

2. Dan
Trainer A

Marc Behm

1. Dan
Trainer B

Mathias Schreiber

1. Dan
Assistenztrainer (kleiner Trainerschein)

Wir bieten verschiedene Möglichkeiten des Ju-Jitsu-Trainings an:

– Techniktraining und Prüfungsprogramm (Anfänger und Fortgeschrittene)

– Ju-Jitsu Fighting (Anfänger und Fortgeschrittene)

Wir legen außerordentlichen Wert auf Fortbildungen und Trainerscheine.

Hier ein kleiner Eindruck vom Ju-Jitsu – schaut mal unter folgendem Link:

www.youtube.com/watch?v=iYr6VgG_e2o



Ju-Jutsu Fighting (Wettkampf)

Der Ju-Jutsu-Wettkampf besteht aus drei Teilen:



1. Teil

Die Kämpfer versuchen durch Schläge und Tritte (Atemitechniken) zu punkten. Der Gegner muss getroffen werden. Im Jugendbereich ist der Kontakt zum Kopf verboten.

2. Teil

Der Gegner muss ausschließlich durch einen Wurf zu Boden gebracht werden. Sobald gefasst wird, sind Atemtechniken verboten.

3. Teil

Bodenkampf. Hier ist das Ziel, seinen Gegner 15 Sekunden mit einer Festlegetechnik zu halten oder ihn mit einer Würge- oder Hebeltechnik vorzeitig zur Aufgabe zu bringen.

Zwischen den drei Teilen kann beliebig gewechselt werden.

Erreicht ein Kämpfer in allen drei Teilen einen Ippon, so gewinnt er unabhängig vom Punktstand den Kampf vorzeitig durch 14:0. Sonst zählt der Punktstand.

Um an der Deutschen Meisterschaft teilnehmen zu können, muss man sich zunächst bei der Hamburger und dann auf der Norddeutschen Meisterschaft qualifizieren.

Um an der Europameisterschaft oder Weltmeisterschaft teilnehmen zu können, muss man Mitglied der Nationalmannschaft sein.

Die Kampfklassen unterscheiden sich nach Alter, Gewicht und Geschlecht.



Claus Dieter Bergmann-Behm

Vom Wettkämpfer zum Trainer

Claus, der das Fighting hier im Verein aufgebaut hat, war bis 1996 selbst erfolgreicher Wettkämpfer. Ein Unfall beendete damals leider seine Wettkampfkariere.

Hier einige seiner größten Erfolge:

- mehrfacher Hamburger Meister
- mehrfacher Norddeutscher Meister
- viermal Deutscher Meister, Sieger eines Preisgeldturniers und Mitglied der Deutschen Nationalmannschaft
- dritter Platz auf der Europameisterschaft und internationale Siege.

Auch als Trainer konnte und kann Claus viele Erfolge feiern.

Wir haben viele erfolgreichen Talente, die Claus in all den Jahren durch sein zielstrebiges Training und den Spaß am Sport, den er selbst vorlebt, von Erfolg zu Erfolg scheidet. Ohne Fleiß kein Preis.

Viele Kämpfer des TuS haben bei Claus angefangen, als sie noch im Kindergarten waren. Mittlerweile sind davon schon einige Dan-Träger und sogar Trainer. Wir haben nicht nur Finkenwerder Jungs und Mädels hier beim Training – nein, unsere Sportler kommen auch von der anderen Elbseite zu uns.

Unsere Erfolge

Alle können wir unmöglich alle auflisten, aber einen kleinen Ausschnitt unserer Erfolge können wir Euch aufzeigen:

Wir haben jedes Jahr Hamburger und Norddeutsche Meister!

Unser Trainer Sergej Balbuzki:

- mehrfacher Hamburger, Norddeutscher und Deutscher Meister. ehemaliges Mitglied der Nationalmannschaft
- Europameister und Vizeweltmeister mit der Mannschaft

Unser Trainer Marc Behm:

- mehrfacher Hamburger und Norddeutscher Meister
- Deutscher Meister
- ehemaliges Mitglied der Nationalmannschaft
- Teilnahme an der Europameisterschaft (in der Schalke Arena)



Sergej Balbuzki



Marc Behm



Joss Feindt

ABTEILUNGSLEITUNG

abt_jujutsu@tusfinkenwerder.de
Claus-D. Bergmann-Behm

Zusammenfassung der Erfolge

Deutsche Meister:

Andreas Herglotz, Svenja Kasischke, Sergej Balbuzki, Joss Feindt, Marc Behm

Europameister:

Sergej Balbuzki
 Joss Feindt
 Alex Balbuzki

Weltmeister:

Svenja Kasischke
 Joss Feindt
 Alex Balbuzki
 Maximilian Bartels

Vizeweltmeister:

Christian Naranjo-Hisek

Dritter Platz bei der WM:

Melina Tittel

Dieses Jahr haben wir zwei Mädels für den Nationalkader sichten lassen: Antonia Vellguth und Amelie Staack

Und der Nachwuchs ist **ganz stark** am Start. Wir werden noch einiges hören.

Und hier gibt es ein paar Eindrücke vom Wettkampf:

www.youtube.com/watch?v=T17q7l7Bgzk&feature=youtu.be



Zuschauer
waren 2020
oft nur
„Zaungäste“



ABTEILUNGSLEITUNG

Thomas Hupfer

abt_leichtathletik@tusfinkenwerder.de

Speerwerfen



Als wir uns im Februar schon freuten, dieses Jahr viel mit dem Speer zu werfen und das Frühjahr auszunutzen, hatte noch keiner eine Ahnung davon, was auf alle zukam. Normalerweise hätten wir im April angefangen, statt in der Halle wieder auf dem Platz zu trainieren, doch durch die Quarantänezeit konnten wir das erst Ende Mai.

Als wir uns dann nach fast drei Monaten alle beim Training wiedersahen, gab es die Umstellung: eine höhere Gewichtsklasse der Speere! Ema warf dieses Jahr mit 400 g, und ich stieg von 400 g auf 500 g um. Mit unseren Trainern Dorothee und Thomas trainierten wir dann stets dreimal die Woche, und das für die folgenden drei Monate. Wir lernten kontinuierlich Neues und verbesserten immer mehr unsere Technik.

Durch die Pandemie war unklar, wann im Herbst Wettkämpfe stattfinden würden. Doch im Juli bekamen wir die Bestätigung, dass die Hamburger Meisterschaften im September stattfinden würden. Das wurde also unser Ziel, auf das wir hinarbeiteten. Als es so weit war und wir nur noch wenige Trainingstage bis zum Wettkampf hatten, waren Ema und ich bereit, uns zu beweisen. Am Freitag, ein Tag vor dem Wettkampf, stellte sich jedoch plötzlich mir etwas in den Weg. In meiner Jahrgangsstufe in der Schule gab es einen Corona-Fall, und ich musste zwei Wochen in Quarantäne gehen.

Die Hamburger Meisterschaften in Emas Jahrgang fanden allerdings statt, und da zeigte Ema, dass sich das Training auszahlt! Neben W13-400 g-Speerwurf nahm Ema auch am W12-200 g-Ballwurf teil.

Sie gewann die Titel Hamburger Meisterin Jugend W12 im Schlagballwurf (mit 40 m) und Hamburger Vizemeisterin Jugend W13 im Speerwurf (mit 25,10 m)!

Als wir diesen Erfolg gefeiert hatten, dachten wir schon beinahe, dass das der letzte und einzige Wettkampf der Saison gewesen war, doch Thomas fand noch spontan einen Wettkampf Anfang Oktober in Brunsbüttel. Nach langer Fahrt dorthin hatten wir schlussendlich doch noch einen erfolgreichen Wettkampf mit starker Konkurrenz! Ich warf 29,55 m und wurde in der weiblichen U16 Dritte, und Ema warf sich den zweiten Platz in der Jugend W12 mit 25,20 m!

Ein außergewöhnliches Jahr, auch für den Speerwurf im TuS Finkenwerder!

Zora





Ein trockenes 2020

Das Jahr 2020 war auf ein sehr trockenes Jahr für die Schwimmabteilung. Über ein halbes Jahr nicht in „unsere“ Schwimmhalle in Finkenwerder zu dürfen war für viele eine große Herausforderung! Umso schöner, dass uns in der Zeit immer mal wieder Bilder von Kindern in Planschbecken, in Ost- und Nordsee, in Badeseen oder Wasserrutschen im Garten erreichten. Und auch die Erwachsenen suchten sich zum Großteil Alternativen, um zu schwimmen.

Noch alles beim Alten war bei unseren 31. Vereinsmeisterschaften am 2. Dezember 2019. Viele kleine und ein paar große Schwimmer gingen an den Start und schwammen um Medaillen und die Pokale. Unsere Vereinsmeister 2019 über 100 m Freistil sind Lea und Jannes! Herzlichen Glückwunsch!

Und bei den Masters wurden Wilma und Gregor ein weiteres Mal Vereinsmeister! Auch hier herzlichen Glückwunsch!

Auch der Weihnachtsmann hat uns ein weiteres Mal auf der Weihnachtsfeier besucht, und bei unseren Erwachsenen fand das immer wieder beliebte Kerzenschwimmen statt.





Viel Spaß gemacht hat den Kindern im Frühjahr das „Schlafanzug-Schwimmen“. Ziel des Tages ist es jedes Jahr wieder, dass die Kinder spüren, wie es sich anfühlt, mit Kleidung ins Wasser zu fallen. Zudem lernen sie, wie sie sich in solch einem Fall verhalten sollen (Schaffe ich es an den Rand, oder spare ich meine Kräfte mit einem Seestern auf dem Rücken?) und wie sie sich im Wasser von der Kleidung befreien können.

Dieses Jahr werden leider die Vereinsmeisterschaften nicht stattfinden können. Auch die Weihnachtsfeier und Kerzenschwimmen führen wir nicht wie gewohnt durch, aber neue Situationen brin-

gen neue Ideen – einen Jahresabschluss für die Schwimmerinnen und Schwimmer wird es geben! Wir freuen uns, dass zwei Drittel der Schwimmerinnen und Schwimmer wieder ins Wasser dürfen inklusive Hygienekonzept, Abstandsregeln und halbierten Wasserzeiten, und sind gespannt, was das Jahr 2021 uns bringen wird!

Daniela Kock

ABTEILUNGSLEITUNG

Daniela Kock

abt_schwimmen@tusfinkenwerder.de

Geänderte Schwimmabzeichen für das Jahr 2021

Die Regeln für die Schwimmabzeichen wurden vom Deutschen Schwimmverband überarbeitet.

Ab 2021 gelten die neuen Vorgaben, die wir bei der Abnahme der Schwimmabzeichen zu beachten haben. Die neuen Vorgaben seht ihr hier:

Anfängerzeugnis (Seepferdchen)

- Sprung vom Beckenrand mit anschließendem 25 m Schwimmen in einer Schwimmart in Bauch- oder Rückenlage. (Grobform, während des Schwimmens in Bauchlage erkennbar ins Wasser ausatmen)
- Herauffholen eines Gegenstandes mit den Händen aus

schultertiefem Wasser (Schultertiefe bezogen auf den Prüfling)

- Kenntnis von Baderegeln

Deutsches Schwimmabzeichen Bronze

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 15 Minuten Schwimmen.

In dieser Zeit sind mindestens 200 m zurückzulegen, davon 150 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 50 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Schwimmbahn ohne Festhalten).

- einmal ca. 2 m Tieftauchen mit

Herauffholen eines kleinen Gegenstandes (zum Beispiel kleiner Tauchring).

- Ein Paketsprung vom Startblock oder 1-m-Brett.
- Kenntnis von Baderegeln.

Deutsches Schwimmabzeichen Silber

- Sprung kopfwärts vom Beckenrand und 20 Minuten Schwimmen.

In dieser Zeit sind mindestens 400 m zurückzulegen, davon 300 m in Bauch- oder Rückenlage in einer erkennbaren Schwimmart und 100 m in der anderen Körperlage (Wechsel der Körperlage während des Schwimmens auf der Bahn ohne Festhalten).

- zweimal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Herauffholen je eines kleinen Gegenstandes (zum Beispiel kleinen Tauchringen).

- 10 m Streckentauchen mit Abstoßen vom Beckenrand im Wasser
- Ein Sprung aus 3 m Höhe oder zwei verschiedene Sprünge aus 1 m Höhe.
- Kenntnis von Baderegeln und Verhalten zur Selbstrettung (zum Beispiel Verhalten bei Erschöpfung, Lösen von Krämpfen).

Alle Prüfungen sind ohne Hilfsmittel (wie Auftriebshilfen, Schwimmbrille, Kälteschutzanzug usw.) abzulegen.

Mehr Infos sowie die Anforderungen für das Gold-Abzeichen unter: dsv.de/fitness-gesundheit/schwimmabzeichen

Die Sommertour

Unterwegs mit dem Jugendwanderkutter „Finke“ aus der Sicht der Crewmitglieder Emma und Nike

Die Sommertour ist der Höhepunkt der Saison für einen jeden Kuttersegler! Und so freute sich auch die Finkenwerder (26) sehr, dass sie genügend Crew zusammenbekam, um mit den anderen Jugendwanderkuttern, der Teufelsbrück „T“ (14) und der Möwe vom Köhlfleet „Möwe“ (39), in das Abenteuer des Sommers aufbrechen zu können.

Wir starteten im Heimathafen der Finke und schlängelten uns von dort entlang der Elbe nach Wedel hoch. Dort trafen wir nämlich auf „T“ und „Möwe“. Von jetzt an im Dreiergespann legten wir die restliche Strecke der Elbe zurück und verabschiedeten uns in Brunsbüttel von unserem geliebten Fluss, um von dort durch den Nord-Ostsee-Kanal geschleppt zu werden.

Und auf dieser Fahrt begann die Sommertour erst richtig, denn langsam, aber sicher vollzogen wir Süßwassermatrosen unsere Verwandlung und wurden zu den Seglern des leicht salzigen Brackwassers der Ostsee.

In der Nähe von Kiel machten wir dann unsere letzten deutschen Einkäufe. Unser erster Erwerb von dänischen Spezialitäten fand auf Ærøskøbing statt. So segelten wir gute drei Wochen von dänischem Hafen zu dänischem Hafen, an denen wir ganz wetterabhängig mal länger oder kürzer verblieben. Apropos „wetterabhängig“, so lässt sich jede einzelne Kuttertour beschreiben: von schmerzenden Händen, weil man die Schoten so fest gegen den Wind halten muss über mehrere Stunden bei Flaute pullen zu entspannt sich beim passiven Segeln zu sonnen war jede Art Tour dabei. Manchmal wurde es sogar sportlich. Der nördlichste Hafen, den wir erreichten, war Kerteminde. Danach machten wir kehrt und fuhren unter anderem über Marstal, Fynshav und Strande zurück nach Finkenwerder.

Insgesamt war die Sommertour 2020 sehr schön: Wir haben Tümmeler gesehen, neue Freunde gefunden, das Segeln genossen und vor allem starke sowie witzige Andenken geschaffen. *Emma*





Ich konnte dieses Jahr leider erst nachträglich zur Sommertour dazustoßen. Und so fuhr ich zusammen mit einer Freundin und sehr viel Motivation am 15. Juli nach Troense, wo wir fast zeitgleich mit den drei anderen Kuttern, der „Unterelbe Express“ und der „Sprinta“, ankamen. Leider fing es ziemlich schnell an zu regnen, was uns jedoch nicht die gute Laune nahm – einfach Ölhose und Gummistiefel raus, und schon kann es weitergehen. Bei lauter Musik wurde im Klubhaus zusammen gekocht, gegessen und gelacht. Am nächsten Morgen fuhr ich dann meine erste richtige Tour mit der „Finke“ in diesem Jahr, da durch das Coronavirus leider das Kuttersegeln vorher nicht wirklich möglich war. Das machte das Segeln und die Sommertour dieses Jahr umso schöner, da die Sommertour 2020 so lange auf der Kippe stand.

Wir hatten im weiteren Verlauf der Sommertour viele schöne und lustige Touren mit verschiedenen Konstellationen, bei unterschiedlichem Wetter und zu verschiedenen Tageszeiten. Im Endeffekt trägt jede Tour, jeder Hafentag und auch mal eine anstrengendere Fahrt bei schlechtem Wetter irgendwie ihren Teil zu einer gelungenen Sommertour bei. Wenn auf einer Fahrt mal Langeweile aufkam, wurden Spiele wie „Wer bin Ich?“ mit Kutterkategorien gespielt, viel Musik gehört, die „Bravo“ gelesen, diverse Rätsel gelöst oder auch einfach mal im Öschgang geschlafen.

Im Hafen angekommen, haben wir immer erst mal den Kutter aufgeklärt und meistens auch schon die Persenning gebaut, bevor gebackschaftet und eingekauft wurde. Bei gutem Wetter sind wir wie in Lohals oft noch baden gegangen, durch die Orte gelaufen oder gefahren, um die Gegend zu erkunden und zum Beispiel Fotos zu machen. An den Abenden saßen wir meist noch lange mit den anderen KutterseglerInnen zusammen, was sich an dem einen oder anderen Morgen, wenn wir früh aufbrechen mussten, als nicht so gute Idee erwies. Doch auch wenn am Morgen manchmal die Motivation gefehlt hat, wenn es viel zu früh nach einer Runde Sandwichs raus auf die Ostsee ging, kam die Motivation meistens schnell beim Segeln zurück.

Dieses Jahr hatten wir auch viele Hafentage wie in Marstal, an denen wir aufgrund von zu viel Wind den Hafen leider nicht verlassen konnten. An diesen Tagen konnten wir gemütlich ausschlafen und uns morgens unter der Persenning zusammenkuscheln, während wir tagsüber die Inseln erkundeten und verschiedenen Aktivitäten nachgingen. Wenn an solchen Tagen das Wetter gut war, saßen wir – wie in Kerteminde nach der Bilgewäsche – noch lange am Strand, spielten Volleyball, kochten in der Küche und gingen in einer kleinen Gruppe bei Nacht noch einmal baden, wo wir Meeresleuchten beobachten konnten.

Auf dem Rückweg nach Hamburg mussten wir leider drei Tage im Nord-Ostsee-Kanal verbringen, da wir keinen passenden Schlepp gefunden hatten. In Brunsbüttel gingen die „T“ und die „Finke“ dann noch mal zusammen zum „All you can eat“, um den Abschluss der Sommertour zu feiern. Daraufhin verbrachten wir den letzten gemeinsamen Abend mit allen zusammen neben der Schleuse und feierten die gelungene Sommertour 2020.

Zum Leidwesen aller mussten wir am nächsten Morgen früh aufstehen, da wir schon um sechs Uhr zur Schleuse gepullt sind. Endlich wieder auf der Elbe angekommen, segelten wir eine schöne letzte Tour mit kleinen Wettfahrten zwischen den drei Kuttern und Gesprächen über die Reling hinweg. Am Nachmittag kamen wir dann bei gutem Wetter, erschöpft und traurig über das Ende der Sommertour, aber trotz allem gut gelaunt in unserem Heimathafen Finkenwerder an.

Nike



Liebe Tennismitglieder, liebe Vereinsmitglieder!

Die Corona-Pandemie hat alle in diesem Jahr stark eingeschränkt – besonders die Kontaktbeschränkungen haben dazu geführt, dass wir in diesem Jahr vieles nicht umsetzen konnten.

Hierzu zählen zum Beispiel das Tenniscamp der Herren- und Damen in Timmendorfer Strand, der Herren- und Damentag, Deutschland spielt Tennis, unser Tennisball oder unsere Arbeitseinsätze, die unsere Mitglieder jedoch in kleinen Gruppen ersetzen konnten.

Wir hoffen, dass wir 2021 wieder viele unserer jährlichen Veranstaltungen und Aktionen stattfinden lassen können.

Das Wichtigste ist und bleibt jedoch, dass alle gesund bleiben!

Du hast Lust, auf unserer schönen Tennisanlage direkt an der Elbe zu werben?

Wir haben freie Werbeflächen auf den Außenplätzen (großes Werbebanner) zur Verfügung.

Bei Interesse kann man sich über die günstigen Konditionen informieren bei tennis-pressewart@tusfinkenwerder.de.



Kinder- und Jugendtenniscamp

Vom 29. Juni bis zum 2. Juli 2020 fand das erste Sommer-Kinder- und Jugendtrainingslager für Kinder zwischen 7 und 15 Jahren statt. Das Camp ging über vier Tage, jeweils von 10:00 bis 15:00 Uhr, zwischendurch mit einer Pause.

Ziel war es, die Tennisfähigkeiten durch technische, taktische und konditionelle Inhalte, ergänzt durch Ball- und Sportspiele, sowie kleine Wettkampfsituationen zu verbessern.

Insgesamt 23 Kinder und Jugendliche nahmen in der ersten Wo-

che teil, das ist eine tolle Anzahl. Alle Kinder schafften es, den nötigen Abstand einzuhalten, damit auch in der Zeit von Covid-19 so eine Veranstaltung möglich ist.

Organisiert wurde das Camp von Antje Reckow, die als weitere Hilfen unsere Trainer Marco Möller, Juri Reckow und Boris Reckow einsetzte. Euch allen ein großes Dankeschön!

Neben dem Sommercamp gab es noch ein weiteres Camp im Oktober, das ebenfalls sehr erfolgreich war.

LK-Turniere

Trotz Corona konnten wir auch in diesem Jahr wieder zwei LK-Tagesturniere organisieren. Am 6. September 2020 fand das Turnier für die Altersklassen 40 und 50 statt. Der Andrang an diesem Tag war so groß, dass wir leider einigen absagen mussten. Bei Sonnenschein und sehr guter Atmosphäre wurde bis in die Dunkelheit hinein gespielt.

Am folgenden Sonntag, dem 13. September gab es dann das zweite LK-Turnier, diesmal für die Herren und die Herren 30. Bei den Damen gab es leider zu wenige Anmeldungen, weshalb diese nicht spielten. Mit 24 Herren war aber auch dieser Tag gut besucht, und das Wetter enttäuschte uns zum Glück nicht!

Der TuS Finkenwerder konnte sich an beiden Tagen gut präsentieren. Die Spieler, die zum Teil auch lange Anfahrten (Braunschweig) in Kauf nahmen, lobten die Lage der Anlage und unsere Plätze sehr. Die Organisation klappte auch sehr gut, und für das Orga-Team um Anke gab es nichts Schöneres, als dass sich die Gäste bei der Verabschiedung bedankten und anmerkten, dass sie sich sehr wohlfühlten und im nächsten Jahr wiederkommen wollen.

Es freut uns sehr, dass es Anke Jahr für Jahr schafft, ein erfolgreiches LK-Turnier zu veranstalten, und wir hoffen, dass die Turniere in den Folgejahren weiterhin erfolgreich sein werden. Danke Dir!



Nikolaus-Turnier

Am 8. Dezember 2019 fand unser beliebtes Nikolaus-Turnier statt. Insgesamt 27 Kinder waren am Start und schenkten sich in den jeweiligen Altersklassen keinen Sieg. Antje Reckow, die das Turnier mit unserem ehemaligen Jugendwart Marc Preetz organisierte, wies bei der Siegerehrung auf die guten Leistungen aller Kinder hin. Mit viel Fleiß, Training und natürlich Spaß können alle Kinder noch viel erreichen.

Auch Lea-Kim Thoms und Carmen Fock waren wieder dabei, um zu helfen, vielen Dank! Alle Kinder hatten viel Spaß. Am Ende erhielt jedes Kind neben einer Medaille und einem Schokoladen-Nikolaus auch einen TuS-Finkenwerder-Tennis-Dämpfer.

Brandts Center Court war während des Turniers auch gut gefüllt, und wir hoffen, dass alle Anwesenden ihren Spaß hatten.

Info: Das Bild wurde vor der Zeit von Covid-19 aufgenommen!

Reform der Leistungsklassen

Die LK2.0 ist seit dem 1. Oktober 2020 das neue System, das gerechter, dynamischer und zeitgemäßer sein soll als das alte System.

Zur Erinnerung:

Das alte System war so, dass man standardmäßig in der untersten Leistungsklasse (23) startete und durch genügend LK-Punkte in die nächsthöhere Leistungsklasse aufstieg. Hierfür waren 250 Punkte von LK 23 auf LK 22 notwendig, ein Sieg gegen einen Gegner derselben Leistungsklasse brachte 50 Punkte. Ein Doppelsieg brachte 10 LK-Punkte. Der LK-Aufstieg wurde dann zum Saisonende vollzogen.

Das neue System berechnet die Leistungsklasse wöchentlich, nämlich anhand einer neuen Formel. Um eine bessere Differenzierung zu erreichen, wurden die Leistungsklassen zum einen bis zur LK 25 erweitert, zudem gibt es nun auch Nachkommastellen. Nach einem Sieg ist es zum Beispiel möglich, von LK 23 auf LK 22,5 aufzusteigen.

In die Formel fließen folgende Faktoren ein:

P (Punktfunktion): Die Höhe der Punkte, die man für einen Sieg erhalten kann, ist abhängig von dem LK-Unterschied zum Gegner. Angefangen bei 10 Punkten, die man erhält, wenn der Gegner mehr als 3,5 LK unter der eigenen LK liegt, bis hin zu 110 Punkten, wenn der Gegner mehr als 3,5 LK über der eigenen ist.

H (Hürde): Die Hürde ist die Jahresmindestpunktzahl, die man im alten System benötigte, um eine Leistungsklasse aufzusteigen.

A (Altersklassenfaktor): Der Altersklassenfaktor soll das Alter berücksichtigen, was bisher nicht getan wurde. Dabei ist nicht das Alter des Gegners entscheidend, sondern die Altersklasse der Liga bzw. der Konkurrenz, in der das Ergebnis erzielt wurde. Nur bei Siegen der offenen Klasse, also der Damen und Herren, gibt es 100 % der Punkte. Es beginnt bei 20 % im Alter von 11 Jahren, geht hoch bis zu den Damen und Herren auf 100 % und fällt dann linear ab, bis man bei 30 % im Alter von 90 Jahren liegt.

Die Formel lautet: Verbesserung = Punktfunktion/Hürde * Altersklassenfaktor

Neu ist auch, dass Doppel nun mehr zählen, hier wird zur Berechnung ein Durchschnitt der LK einer Paarung ins Verhältnis mit der Durchschnitts-LK der Gegner gesetzt, um die Punktfunktion zu berechnen. Am Ende wird die Verbesserung der LK jedoch halbiert.

Wenn das Thema interessiert, der kann sich auf der Seite des Deutschen Tennis Bundes über alle Änderungen informieren, denn auf Themen wie Motivationsaufschlag, Bonus für Siege in Mannschaftsspielen, Bonus für die Teilnahme an Meisterschaften, Nichtantreten und jährlicher Abstieg bei Inaktivität wird hier nicht eingegangen.

ABTEILUNGSLEITUNG

Jörg Quast

abt_tennis@tusfinkenwerder.de

Ein sehr ungewöhnliches Jahr ...

2020 wurde ganz wesentlich bestimmt durch Corona und die Verhaltensmaßnahmen, um die unkontrollierte Ausbreitung zu vermeiden.

Auch unsere Spielaktivitäten wurden für mehrere Monate unterbrochen. Für Sportler, egal welche Sportart sie betreiben, ist es immer schwer, mit Ihrer Leidenschaft – ihrem Sport – zu pausieren. Da sind sechs Wochen Sommerferien schon zu viel. Und jetzt gleich mehrere Monate. Na ja, Ihr wisst alle, wovon ich schreibe, da Ihr alle dasselbe erlebt habt.

Genug der Einleitung. Kommen wir lieber zu den erfreulicheren Dingen, die unser Sportjahr begleitet haben. Da gibt es auch einiges zu berichten.

Erwachsenensport

Die 1. Herren konnte nach dem famosen Aufstieg in der Saison 2018/19 in die 2. Kreisliga in diesem Jahr die Klasse halten und kam auf Platz acht von zwölf Teams ins Ziel. Wie gesagt wurde die letzte Sai-

son zwar abgebrochen, da aber drei Viertel aller Spiele ausgetragen wurden, wurde sie auch gewertet. Insgesamt war es eine geschlossene Mannschaftsleistung, bei der kein Spieler durch seine Bilanzen deutlich nach oben oder unten ausgebrochen ist. Wir können alle mit unseren Leistungen sehr zufrieden sein. Wir finden, dass dies nach dem Aufstieg für jeden persönlich, aber auch für die gesamte Mannschaft ein ordentliches Ergebnis ist, mit dem wir echt zufrieden sind und welches wir in der Saison 2020/21 wieder bestätigen möchten.

Die 2. Herren ist leider auf dem letzten Platz ins Ziel gelaufen. Die Leistungen sind aber wesentlich besser gewesen als in ihrer Premiersaison. Man sieht es daran, dass erstens mehr Spiele gewonnen wurden als in der Vorsaison und zweitens

einige unglückliche Niederlagen dabei waren.

Als sehr positive Überraschung möchte ich aber unseren Nachwuchsspieler Patryk erwähnen. Er kann noch bei uns in der Jugend spielen, war aber auch in der Herrenmannschaft gemeldet und erspielte in seiner ersten Saison im Erwachsenen-sport eine Bilanz von 9:9, wobei er immer gegen die Positionen 1 und 2 des Gegners gespielt hat, also gegen die besten Spieler der gegnerischen Mannschaft.



Patryk



Liba und Hardy
beim Auswärtsspiel

Thomas, Horst und Nico beim Training



Kommen wir zu den Damen. Sie haben die Saison 2019/20 auf dem 9. Platz der 2. Landesliga abgeschlossen und sind damit leider abgestiegen. Jetzt muss ich leider doch nochmal auf den corona-bedingten Saisonabbruch zu sprechen kommen, da in der Hinrunde aus den jetzt ausgefallenen Spielen viele Punkte geholt wurden, die wahrscheinlich zum Klassenerhalt ausgereicht hätten. C'est la vie – mal verliert man, mal gewinnen die anderen. In diesem Fall konnte eine andere Mannschaft den Klassenerhalt feiern. Auch unsere Damen haben in der vergangenen Saison Zuwachs aus der eigenen Jugend bekommen. Hier ist Lara neu in die Mannschaft gekommen. Leider konnte Sie nicht die Bilanz von Patryk bei den Herren erspielen, aber wir gehen stark davon aus, dass sie bei dem Trainingseifer, den sie zeigt, in der laufenden Saison auch mehr Siege feiern wird.

In der Saison 2020/21 gibt es erhebliche, aber zum Glück nur vorübergehende Änderungen im Punktspiel- und Trainingsbetrieb, die alle eingeführt wurden, damit wir überhaupt an die Platte gehen können. Wer hätte zum Beispiel jemals daran gedacht, dass Tischtennis mal ohne Seitenwechsel gespielt wird, dass zwischen den Matches die Platte desinfiziert werden

muss, dass selbst die Bälle desinfiziert werden müssen oder Doppelspiele mal verboten werden. Ok, eine rein rhetorische Frage. Natürlich hätte das niemand erwartet. Aber wie gesagt, so konnten wir zumindest den Trainings- und Spielbetrieb fortsetzen.

In der laufenden Saison gibt es positive Nachrichten. Wir, damit meine ich die 1. Herren, belegen mit 5:1 Punkten aktuell den 3. Tabellenplatz, haben aber zwei Spiele weniger als der Tabellenführer Fischbek und nur einen Punkt weniger als der SV Wilhelmsburg, der auch unser nächster Gegner sein wird. Über die Bilanzen können wir nach nur drei Spielen natürlich noch nicht allzu viel sagen, allerdings muss ich auch bei uns unseren Nachwuchsspieler Patryk hervorheben, der sechs Einzel bestritten hat und alle sechs gewonnen hat.

Aktuell belegt unsere Zwote einen guten 8. Platz in einer Liga mit zwölf Mannschaften. Wie von mir bereits im letzten Bericht angekündigt, steigen die Leistungen und damit die Ergebnisse aller Spieler rasant an. Zum einen liegt das an einer hohen Trainingsdisziplin der Spieler, aber zum anderen stehen die „alten Hasen“ natürlich auch gern mal als Trainingspartner, Tippgeber oder Betreuer bei Punktspielen bereit. Ich gehe sehr davon aus, dass diese Entwicklung weitergehen wird und die Mannschaft

am Ende der Saison im Mittelfeld landen wird.

Unsere Damen spielen nach dem Abstieg jetzt in der 1. Bezirksliga und stehen auf Platz 9 in einer Liga mit zwölf Mannschaften. Allerdings hatten Sie auch bisher ausschließlich Teams aus der oberen Tabellenhälfte als Gegner. Somit ist doch stark davon auszugehen, dass sie gegen die Konkurrentinnen aus der unteren Tabellenhälfte punkten können und sich somit auch in der Tabelle wieder etwas weiter nach oben arbeiten werden. Zudem werden sich auch die jüngeren Spielerinnen Malin und Lara weiterentwickeln und dann regelmäßig Punkte besteuern.

Neben dem Punktspielbetrieb sind die Aktivitäten im vergangenen Jahr leider recht wenig geworden. Wir haben im Sommer zwar einen sehr kleinen Saisonabschluss gehabt, aber da blieb es bei einem sehr kleinen Kreis in einem Restaurant auf Finkenwerder.

Unser Sommerfest, das wir noch im Sommer 2019 mit Schwenkgrill, Salatbar, Tischfußball und kalten Getränken feierten und bei dem fast alle Aktiven anwesend waren, ist in diesem Sommer leider ausgefallen. Umso mehr freuen wir uns auf das Fest im Sommer 2021.



Unsere Trainerin Liba bei einer Motivationsansprache vor den Bezirksmeisterschaften.

Tischtennis Jugend

Im September 2019 schickten wir wieder zwei Mädchenmannschaften ins Rennen. Da einige unserer Jungen aus dem Schüleralter rausgewachsen sind, konnten sie nicht mehr bei den Jungen an den Start gehen, sondern mussten bei den U18 Junioren gemeldet werden. Eine zweite Mannschaft haben wir bei den Schülern gemeldet. Besonders die U18 Junioren konnten in der kurzen Punktspielzeit ihre Stärke und Erfahrung zeigen und spielten in den oberen Tabellenregionen.

Zum Punktspielbetrieb haben wir am Anfang des Jahres 2020 drei Mädchen Teams und zwei Schüler Teams gemeldet. Vor dem coronabedingten Saisonabbruch haben unsere erste und zweite Mädchenmannschaft jeweils in ihren Ligen um die Meisterschaft mitgespielt.

Herzlich willkommen bei den Spielen wollen wir auch unseren neuen „Kämpfer/innen“ am Start: Toni, Maram, Mina, Leonardo, Raphael, Alexander und Roger.

Im Dezember waren wie gewohnt die Hamburger Jugend Einzelmeisterschaften. Bei den U13 Mädchen konnte sich Josefi-



Bronze für Ela Neupauerova

ne über die Qualifikation für die Meisterschaft qualifizieren. Bei den U11 Mädchen sind 2 Mädchen bis in die Hauptrunde gekommen, die dann im KO-System gespielt wurde. Hier konnte sich Ela bis ins Halbfinale durchkämpfen und ist mit einer Bronzemedaille wiedergekommen.

Ein kleiner Ausflug aus dem Vereinssport zu dem Schulsport. Nach vielen Jahren hat das GymFi mal wieder ein Team an dem „Jugend-trainiert-für-Olympia“ Wettbewerb angemeldet. Das Team kam immerhin bis ins Hamburger Finalturnier und war damit unter den besten Teams aller Hamburger Schulen. Das erwähnen wir nur deshalb, weil in der Mannschaft auch einige Spieler von TuS Finkenwerder dabei waren. Unser Training zahlt sich also auch für das GymFi aus....

In der Jugend-Cup-Wertung des HTTV sind wir nun auch schon zum 3. Mal in Folge unter den Top 10 Vereinen. Diese Wertung berechnet immer den Quotienten aus Anzahl der Spieler/innen in der Vereinsju-

gend, den Erfolgen der Mannschaften und den Erfolgen bei Turnieren. Echt ein toller Erfolg, wenn man bedenkt, dass wir 2014 noch auf Platz 58 von 61 Vereinen gewesen sind. Wirklich ein toller Aufstieg und wie sagt man doch so schön: „nach oben kommen, ist nicht schwer, oben bleiben dagegen sehr.“ Klasse Jugendarbeit.

Einen weiteren Beleg für die Klasse Jugendarbeit, die die Platzierung beim Jugend-Cup begründet gab es dann bei den Bezirksmeisterschaften des Hamburger Südens mit Spielern u.a. aus Neuenfelde, Wilhelmsburg, Fischbek (mit einer sehr starken Jugend), den Harburger Vereinen, etc. Es klingt unglaublich, aber von knapp über 30 gestarteten Spielern von uns, konnten 30(!) einen Podestplatz erkämpfen. So wirklich enttäuscht ist somit keiner zurück nach Finkenwerder gekommen. Besonders hervorheben möchten wir unsere neuen Bezirksmeister:

Unsere Bezirksmeister im Doppel:

Mädchen: Lara und Alica

C-Schüler: Bedirhan und Raphael

C-Schülerinnen: Ela und Aleyana

Und unsere Bezirksmeister im Einzel:

Mädchen: Lara

B-Schüler: Agustin

C-Schülerinnen: Julia

Wir freuen uns sehr, dass unsere Jugendtrainer und -Betreuer so tolle Arbeit leisten und danken sehr dafür. Die Jugendarbeit ist im Tischtennis sehr aufwendig, da bei jedem Spiel und bei jedem Training jeder Spieler einzeln betreut werden muss, um individuell arbeiten und coachen zu können. Vielen Dank.

Jetzt bleibt mir noch wie jedes Jahr wieder, eine Einladung an alle Tischtennisbegeisterten Finkenwerder anzusprechen, uns doch mal beim Training zu besuchen und selber einen Schläger in die Hand zu nehmen. Leihschläger sind vorhanden.

Wir trainieren montags, mittwochs und freitags in der Turnhalle der Aueschule. Unsere Jugend ist immer freitags ab 16:00 Uhr aktiv.

Sportliche Grüße und bleibt alle gesund,

Nico

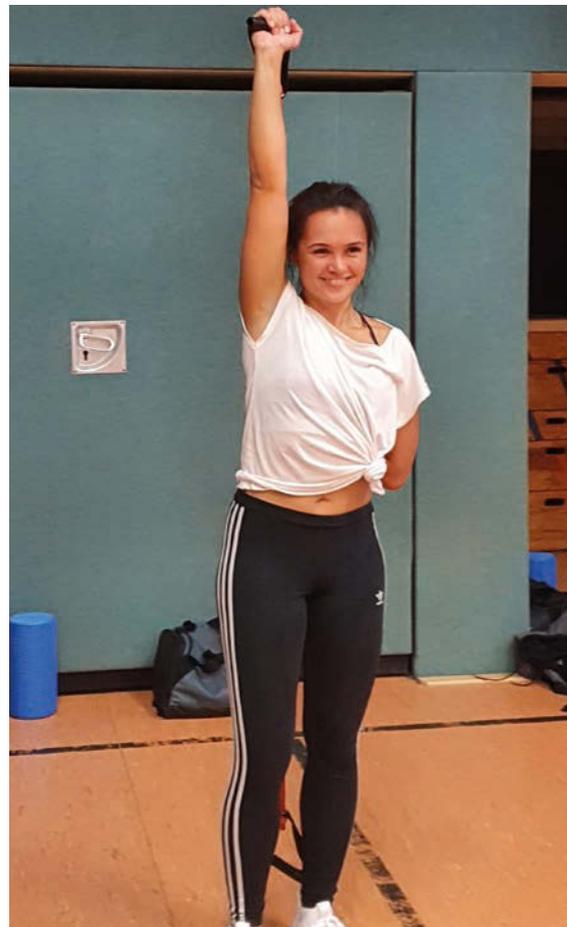
ABTEILUNGSLEITUNG

Anke Tormählen

abt_tischtennis@tusfinkenwerder.de



Vier Siegertypen



WORKOUT und Step-Aerobic am Donnerstag bei Britta

Während die meisten sich vermutlich jetzt erst fertig machen, um pünktlich bei Brittas Workout um 18:30 Uhr zu sein, stehen die ersten bereits vor der Turnhalle der Westerschule, um sich die heißbegehrten Plätze in der letzten Reihe zu sichern. Die Wartezeit wird noch für den Austausch des neuesten Klatsch und Tratsch genutzt, und am Ende ist die Halle stets gut gefüllt.

In den letzten Jahren ist es jedoch nie zu einem Engpass an Plätzen oder Materialien gekommen, und jeder, der kam, konnte mitmachen. Von Steps über Hanteln, Kettlebells, Therabänder, Softbälle und Faszienrollen ist alles mit dabei, und es ist stets für ausreichend Abwechslung gesorgt. Nicht zuletzt aufgrund der kleinen „Step-Choreo“, die Britta ebenso gern einbaut wie auch mal das eine oder andere Tabata (Zeitabschnitte von 20 bis 30 Sekunden mit hoher Belastung unterbrochen von kurzen Pausen), ist keine Stunde wie die andere.

Am Ende freut sich jeder, wenn es heißt: „Und jetzt auf den Rücken legen und alles schön lang strecken und entspannen.“ Für viele ist es dann nach einer Stunde geschafft, und die Halle leert sich mit einem Schlag. Ein kleiner Rest bleibt jedoch zurück, und einige wenige Neue kommen noch dazu.

Dieser „harte“ und kleine Kern kommt und bleibt, um noch eine Stunde Step Ae-

robic zu machen. Für einige ist es die „Belohnung“ nach dem Workout, für andere ist es eine Stunde, um noch mal ein bisschen was für den Kopf zu tun und Spaß zu haben. Zu motivierender Musik wird ein etwas anderes Fitnessstraining gemacht, das sowohl den Körper wie auch den Kopf fordert. Es gibt jedoch eine Sache, die dabei nicht fehlen darf: der Stepper, ohne diesen wäre der Kurs nur halb so anstrengend.

Alle zwei Wochen denkt sich Britta eine neue Choreo aus, von leicht bis schwer ist alles mit dabei, der Spaß kommt dabei aber nie zu kurz. In den letzten Jahren sind immer mal wieder neue Gesichter gekommen, aber leider nur die wenigsten geblieben. Dabei ist es gar nicht so schwierig und kompliziert, wie es aussieht, und wie bei jeder anderen Sportart, heißt es auch hier „Übung macht den Meister“.

Selbst die alteingesessenen Hasen haben mal einen Blackout und vergessen, welcher Schritt als Nächstes kommt, besonders dann, wenn es am Ende heißt „Jetzt filmen wir das Ganze“ oder „Jetzt stellen wir uns noch mal um“, und dann funktioniert auf einmal gar nichts mehr. Aber auch in diesem Fall heißt es nicht aufgeben und am Ball bleiben, denn am Ende wird man belohnt, es kommt eine richtig gute Choreo zustande, und alle verlassen kaputt, aber mit einem Lächeln im Gesicht die Halle.

Das „Am-Ball-Bleiben“ und „Durchhalten“

hat sich in diesem Jahr jedoch als besonders schwierig herausgestellt. Nach dem traditionellen „Lagerfeuer“ zum Abschluss eines sportlichen Jahres 2019, an dem sich viele noch einmal zusammengesetzt haben, um zu klönen, und den ersten hochmotivierenden Monaten kamen zunächst die Frühjahrsferien. Nach den Ferien war dann Corona da, und auf einmal hieß es: Alle Kurse im Verein dürfen nicht mehr stattfinden.

Doch die Motivation vieler, weiterhin Sport zu machen, war ungebrochen, und so fing es mit ein paar kleinen Videos mit Anleitungen und Übungen für ein Workout zu Hause an und endete mit einem Online-Training, an dem viele begeistert teilnahmen. Als es dann endlich nach mehreren Wochen hieß, dass wieder eine begrenzte Anzahl an Teilnehmern in der Halle trainieren darf, waren die Plätze natürlich jede Woche schnell vergeben. Das Online-Training ging jedoch weiter, so dass alle, die wollten, auch von zu Hause am Workout teilnehmen konnten. Hier ein großes Dankeschön an Sergej, der sich um die erforderliche Technik in der Halle gekümmert hat!

Der Step-Aerobic-Kurs konnte während der ganzen Zeit jedoch nicht stattfinden. Bei dem einen Versuch, den Kurs ebenfalls online zu machen, lief es mehr schlecht als recht. Nicht zuletzt aufgrund der spiegel-



verkehrten Ansicht hat es sich schwieriger herausgestellt als am Anfang gedacht. Aus diesem Grund waren alle froh, als nach der langen Zwangspause die Stepper in der Halle wieder genutzt werden konnten.

Der Teilnehmeranzahl hat das lange Warten jedoch zum Glück nicht geschadet. Es sind nicht mehr geworden, aber zum Glück auch nicht weniger. Jetzt heißt es unter anderem wieder Knee-Lift, Cha-Cha-Cha, Reverse und Mambo, aber auch noch viele weitere Schritte in den unterschiedlichsten Kombinationen kommen zum Einsatz. Die Motivation ist weiterhin ungebrochen, und es gilt immer noch „am Ball bleiben und manchmal einfach nicht nachdenken“, denn dann funktioniert es erfahrungsgemäß am besten, auch wenn es für viele nicht unbedingt nachvollziehbar ist.

Abschließend vielen Dank, Britta, dass Du uns in den ganzen letzten Jahren immer wieder motiviert und Dir so viele schöne und verrückte Kombinationen ausgedacht hast! Es macht jedes Mal unheimlich Spaß!

Hannah Lüdders



Ich danke Euch, dass Ihr immer so zahlreich zum Workout kommt! Mir macht es wahnsinnig Spaß mit Euch.

Und zum Step ... I love it. Es macht immer irre Spaß, am Ende einer Stunde eine komplette Choreographie abliefern zu können. Und Ihr seid sooo gut! Bleibt bitte immer dabei! Und es können auch immer gern neue Teilnehmer dazukommen.

Britta Behm



Turnen am Freitag

Leider haben wir durch Corona auch eine lange Zwangspause gehabt. Ich habe versucht, Euch mit diversen „Challenges“ zu locken, damit wir uns alle nicht aus den Augen verlieren, bevor wir uns dann irgendwann wieder in der Halle sehen!

Diese Challenges sollten in unsere Gruppe gestellt werden, so dass jeder jeden sehen konnte. Ich glaube, die Sachen, die nicht geklappt haben, haben nur Christina

und ich reingestellt. Aber glaubt mir, das werden wir uns alles noch mal zusammen anschauen!

Jetzt sind wir wieder in der Halle, und es ist toll! Ob Boden, Balken, Reck, Barren, Pferd (das ist nicht das Lieblingsgerät von allen ...), Trampolin, Air Track und und und, wir turnen alles. Turnen fördert und fordert den ganzen Körper und die Koordination.

Ich bin auch immer super glücklich und froh, wenn die „Alten“ auch immer noch oder mal wieder kommen. Mittlerweile auch mit Nachwuchs!! Wegen Ausbildung, Auslandsaufenthalt oder Studium müssen immer mal einige aufhören oder pausieren. Aber die meisten kommen wieder, wenn es möglich ist. Das ehrt mich. Ich mag das.

Auf hoffentlich noch viele weitere Jahre mit Euch!

Britta



Geräteturnen „Männer und Frauen“

Donnerstags 20:00 – 22:00 Uhr

Es gibt sie noch, die ehemaligen Leistungsturnerinnen und -turner, aber es war einmal: Geräteturnen für Männer und Frauen donnerstagabends. Wie man auf dem Foto erkennen kann, ist unsere Geräteturngruppe stark geschrumpft. Zum Fotoshooting waren allerdings urlaubsbedingt nicht alle anwesend. Da wir alle bis auf eine Ausnahme mittlerweile im Rentenalter sind und unsere Knochen ja auch nicht jünger werden, haben wir uns entschieden, nur noch Gymnastik zu machen. Auch das Hockeyspielen am Anfang der Sportstunde wurde auf-

grund von ständigen blauen Flecken an den Schienbeinen (ein blaues Auge gab es auch schon mal) aufgegeben. Rücksicht wurde da nämlich nicht genommen – Hauptsache, der Puck ging ins Tor.

Darum widmen wir uns jetzt lieber der etwas ungefährlicheren Gymnastik und zwar von allem etwas wie etwa Übungen mit Hanteln, Bauch Beine Po, Rücken, Pilates, Stretching. Ab und zu spielen wir am Ende des Übungsabends noch Prellball. Außerdem wird natürlich viel gelacht, das trainiert auch einige Muskeln.





Konditionstraining



Die hoch motivierte Sportgruppe trifft sich Donnerstagabend von 19:00 bis 20:00 Uhr in der Gorch-Fock-Halle. Die Frauen und Männer gemischten Alters verbessern die konditionellen Leistungsfähigkeiten durch Warm-up, kleine Ball- und Laufspiele, Workout, Gymnastik, Badminton und zum Ende mit einem Cool-Down. Fairness ist Grundvoraussetzung, der Spaß soll dabei nicht zu kurz kommen. Bei gutem Wetter machen wir Ausfahrten mit dem Fahrrad und ergänzen die Gemeinsamkeit durch Grillabende, Barkassentouren und andere Aktivitäten. Ein „Schnuppertraining“ für Interessierte ist immer möglich!

Der Kondi-König



Fotos: Andreas Vallbracht



Ich versteh' nur Badminton!

Neulich in der Badminton-Halle, Coaching-Situation zwischen Trainer und Spieler:

„Dein Gegner ist sehr gut im One-Step-Bereich. Versuche ihn also mit Clear und Drop aus dem Midcourt zu vertreiben. Konzentriere Dich auf Deine Bein- arbeit: Tiefentlastung, Umsprung, Malaien-Sprung, China-Sprung und einen tiefen Ausfallschritt vorn am Netz. Beim Aufschlag streue ab und zu einen Swip ein. Auf geht's!“

Du verstehst nur Bahnhof?

Wie wohl jede Sportart hat auch Badminton sein eigenes „Fach- chinesisch“ für spezielle Schläge, Schritte und Feldpositionen.

Wenn Du mitreden willst, komm zu uns in die Halle. Wir bieten Badminton für jedes Alter und jedes Können und freuen uns über jeden, der den Weg zu uns in die Halle findet. Sportbekleidung genügt – alles Weitere halten wir in der Halle parat.

Bis bald beim Badminton!

Übrigens: Im obigen Beispiel stellt der Trainer fest, dass der Gegner sehr gut in dem Feldbereich agiert, den er mit nur einem Schritt erreichen kann. Die äußeren Ecken des Spielfeldes erreicht er hingegen nicht so problemlos. Unser Spieler soll den Gegner mit sehr langen Bällen an die Grundlinie oder mit sehr kurzen Bällen knapp hinter das Netz aus seiner Komfortzone bewegen. Der Spieler selbst soll den Fokus auf seine Bein- arbeit legen – als sehr rasantes Spiel hält Badminton quasi für jede Feldecke eine optimale Laufbewegung parat. Den Swip-Aufschlag zeigen wir Dir dann bei Deinem Schnuppertraining live in der Halle.

Training
Kinder ab 5 Jahren:
Donnerstag, 17 – 18:30 Uhr
in der Westerschule

Jugend:
Freitag, 20 – 22 Uhr
in der Stadteilschule

Erwachsene:
Montag, 19 – 21 Uhr
in der Westerschule



ABTEILUNGSLEITUNG

Pamela Loop

abt_badminton@tusfinkenwerder.de

Volleyball – Jugend und Damen

Wir schauen zurück auf ein Jahr, das uns alle nicht nur überrascht, sondern auch vor die eine oder andere Herausforderung gestellt hat.

So auch die Volleyballabteilung – und das (teilweise) völlig ohne die Hilfe von Corona!

Denn in diesem Jahr konnten wir erfreulicherweise seit langer Zeit endlich wieder eine große Nachfrage an volleyballbegeisterten Jugendlichen verzeichnen. Dies freut uns riesig, da wir seit einigen Jahren eine echte Durststrecke im Jugendbereich verkraften mussten, die auf lange Sicht dem Volleyballsport beim TuS vermutlich das Genick gebrochen hätte.

Aufgrund dieser Nachfrage konnten wir zu Beginn des Jahres ein entsprechendes Jugendtraining anbieten. Dieses Training startete mit sechs bis acht volleyballbegeisterten Mädchen, die damit noch vor Beginn des Corona-Zeitalters in die Volleyballwelt starteten. Die dann folgende Corona-Zwangspause, die sich leider tapfer bis zu den Sommerferien hielt, konnte der Begeisterung jedoch keinen Abbruch tun, und so wurde das Training der weib-

lichen Jugend nach den Sommerferien mit großem Elan wieder aufgenommen.

Und: nicht nur das! Es mehrten sich nun auch Anfragen nach einer männlichen Volleyball-Trainingsmannschaft. Nicht nur für mich persönlich, die selbst seit Jugendtagen Volleyball spielt, sondern für uns alle stellte diese positive Rückmeldung eine sportliche Wohltat dar – und uns gleichwohl vor ein ganz neues Problem: woher nun einen (weiteren) Trainer nehmen?

Aber wir wären nicht Finkenwerder, ein Stadtteil, in dem man vielleicht doch noch ein bisschen anders miteinander verbunden lebt als anderswo, wenn wir nicht auch für dieses Problem eine entsprechende Lösung gefunden hätten. Und so haben sich eine Handvoll Freiwilliger gefunden, die es uns seit den Herbstferien ermöglichen, der volleyballinteressierten weiblichen und männlichen Jugend zweimal in der Woche eine Trainingszeit anzubieten (die Trainingszeiten können der Website des TuS

entnommen werden). An dieser Stelle ein großes Dankeschön an alle Engagierten!

Und: Auch bei der Damenmannschaft hat sich einiges getan! Wurden zu Beginn des Jahres die Trainingseinheiten noch schleppend mit zum Teil nur zwei, drei Teilnehmern bestritten oder mussten gar aufgrund zu geringer Teilnahme hin und wieder komplett ausfallen, da füllt sich nun die Halle am Dienstagabend mit immer mehr sporteifrigen Damen. Anfänger und alte Hasen, ein jeder kommt auf seine Kosten – und alle haben jede Menge Spaß!

Wir freuen uns auf jeden Fall auch weiterhin über jeden, der sich mit uns die Bälle um die Ohren schlagen möchte. Und wer weiß: Vielleicht schaffen wir es im kommenden Jahr, neben den Herrenmannschaften auch wieder mit einer Damen- und einer Jugendmannschaft an den Start gehen zu können.

Bettina Herpel





ABTEILUNGSLEITUNG

Bettina Herpel
abt_volleyball@tusfinkenwerder.de

2020

Turn- und Sportverein Finkenwerder von 1893 e.V.



Vereins-Spiegel



Unterwegs mit dem
Jugendwanderkutter
„Finke“

