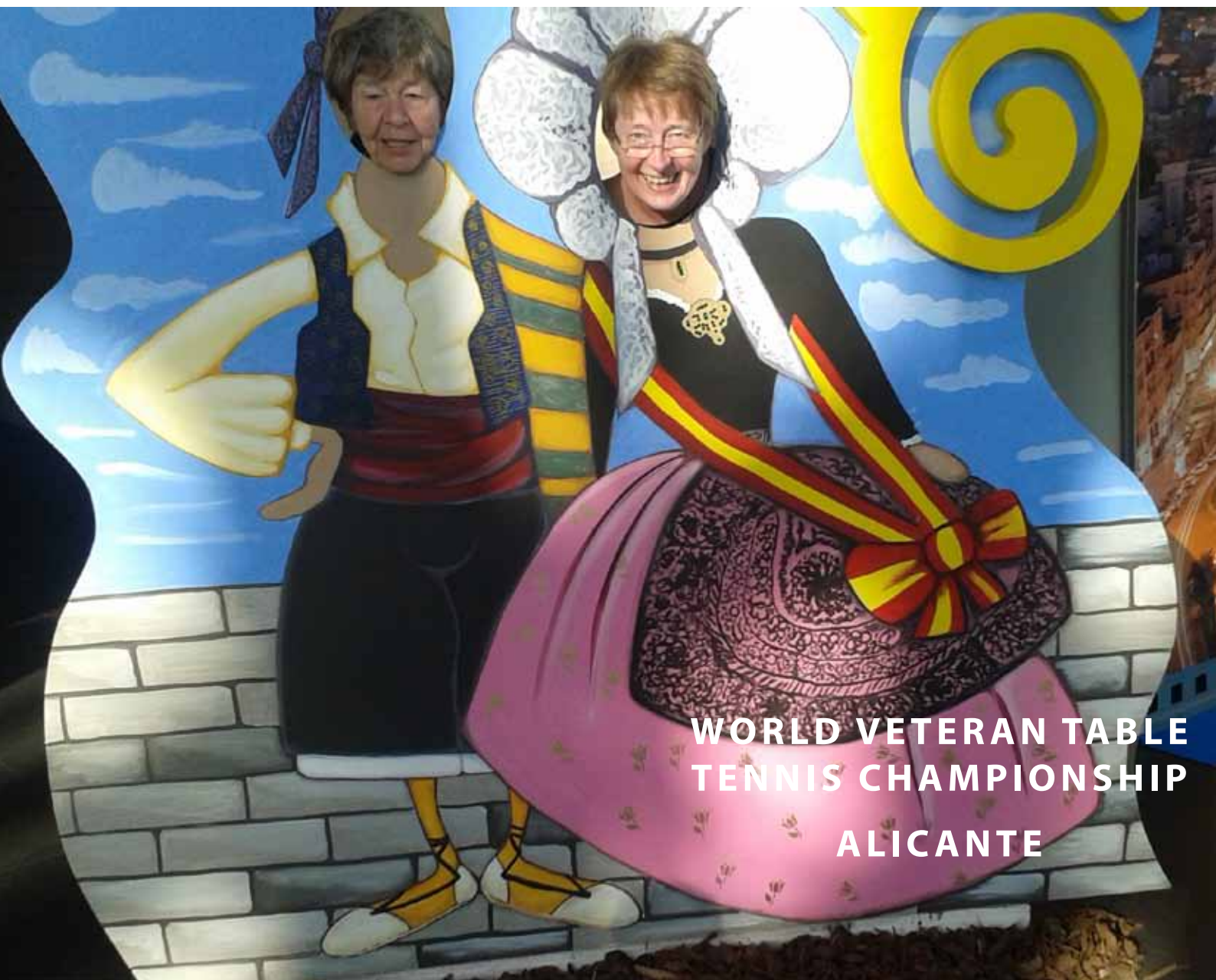
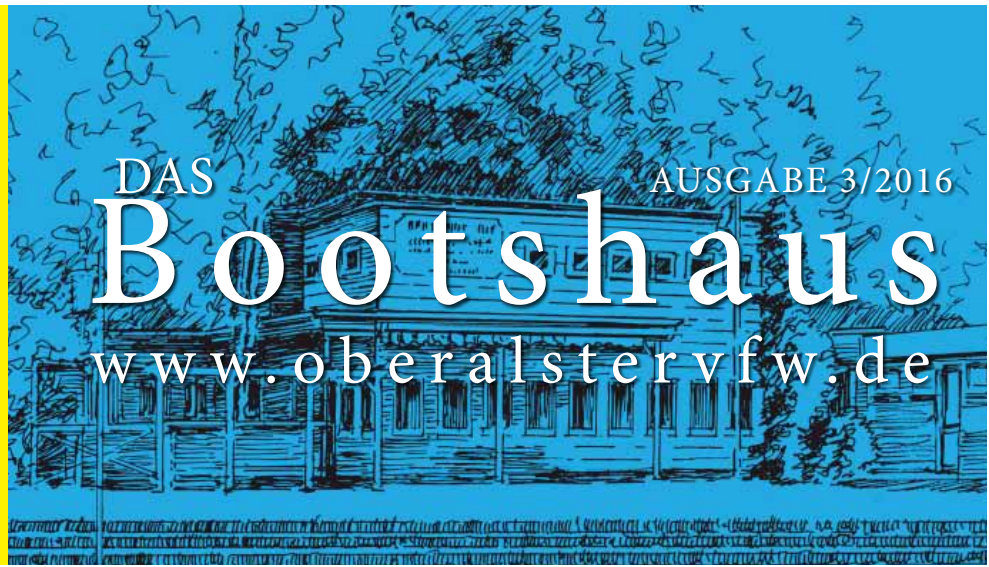




DAS AUSGABE 3/2016
Bootshaus
www.oberalstervfw.de



**WORLD VETERAN TABLE
TENNIS CHAMPIONSHIP
ALICANTE**

Das Programm Integration durch Sport wird gefördert durch:



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

02	Impressum
03	Editorial
04	Kanusport
12	Gymnastik
13	Handball
14	Tischtennis
22	Triathlon
24	Lauftreff
30	Trainingszeiten



Vereinshaus Oberalster V.f.W. e.V.
Wellingsbütteler Landstrasse 43A
Telefon: 0176 70853298

Neue Bewirtung : Dana Müller

BOOTSHAUS & SPORTANLAGEN
Wellingsbütteler Landstraße 43 a
Postfach 63 05 48
22337 Hamburg/Fuhlsbüttel
Telefon: 040 / 59 56 05

BANKVERBINDUNG
Institut: Hamburger Sparkasse
BLZ: 200 505 50
Konto-Nr.: 1057 21 43 12
IBAN: DE20200505501057214312
BIC: HASPDEHHXXX

HERAUSGEBER
„OBERALSTER“ Verein für Wassersport e.V.
Erscheinungshinweis: 4 x im Jahr.
Der Bezugspreis ist im Mitgliederbeitrag
enthalten.

1. VORSITZENDER
Heinz H. Paetz
Heschredder 8
22335 Hamburg
Telefon: 040 / 593 90 70 (Geschäft/Privat)
Fax: 040 / 593 90 737
E-Mail: info@paetz.com

2. VORSITZENDER
Benjamin Klimke
Insterburger Str. 17 b
22175 Hamburg
Telefon: 040 / 636 51 724
Mobil: 0179 / 512 59 42
E-Mail: benjamin.klimke@oberalstervfw.de

GESCHÄFTSFÜHRER
Tobias Facklam
Strassenbahnring 61

20251 Hamburg
Handy: 0170 316 78 10
E-Mail: facklam@activet.de

SCHATZMEISTER
Holger Willhöft
Hermann-Ruge-Weg 13
22339 Hamburg
Telefon: 040 / 538 82 73
Fax: 040 / 538 897 02
Mobil: 0175 183 04 96
E-Mail: ghwillhoeft@gmx.de

SPORTWART
Rolf Tyzük
Enzianstr. 12
22297 Hamburg
Telefon: 040 / 5142179
Mobil: 0176 223 82 216
E-Mail: tyzük@gmx.de

JUGENDWART
Dirk Schürer
E-Mail: jugendwart@oberalstervfw.de

BEISITZER

Gottfried Krause
Kurzer Kamp 34 d
22339 Hamburg
Telefon: 040 / 59 88 13
E-Mail: gottfried.krause@gmx.net

Manfred Brüggemann
Große Horst 39
22337 Hamburg
Telefon: 040 / 590416
E-Mail: mbruegge@aol.com

Angela Frauenstein-Kiewitt
Am Bronzehügel 78
22399 Hamburg
Telefon: 040 / 6061552
Mobil: 0171/9008181
E-Mail: angela.frauenstein-kiewitt@gmx.de

KASSENPRÜFER

Helmut Krautwurst, Heike Brandenburg

MITGLIEDERVERWALTUNG
Frauke Nikic
Theodor-Fahr-Strasse 20
22419 Hamburg
Telefon: 040 / 318 11 380

Fax: 040 / 318 11 383
E-Mail: frauke.nikic@gmx.de

ZEITUNG „DAS BOOTSHAUS“
Frauke Nikic

Telefon: 040 / 318 11 380
E-Mail: zeitung@oberalstervfw.de

INTERNET
www.oberalstervfw.de
Administrator: Julia Ludwig
E-Mail: julia.ludwig@oberalstervfw.de

Liebe Oberalsteraner,

die Hamburger Sommerferien neigen sich ihrem Ende zu. Die Olympischen Sommerspiele in Rio de Janeiro sind bis auf die Paralympics nur noch Geschichte. Für uns Oberalsteraner (jedenfalls für die Ballsportler) beginnt eine neue Spielzeit die im September beginnt und im Mannschaftssport mit den letzten Spielen im Mai des Folgejahres endet. Natürlich ist es da wichtig, dass die Aktiven gut vorbereitet in die neue Saison gehen. Oft ist dies aber nicht möglich, da die Sporthallen der Schulen in den Ferienzeiten zumeist für die Sportvereine geschlossen bleiben. Wir und auch der Hummelsbütteler SV können uns glücklich schätzen, dass uns wenigstens unsere gemeinsame Halle Hermann-Ruge-Weg zur Verfügung steht. Oft möchten Sportler aus anderen Vereinen bei uns in der Ferienzeit mittrainieren. Wenn ausreichend Platz ist, stellt dies auch kein Problem dar, denn auch unsere Spieler profitieren davon.



Wir sind jedenfalls superstolz, dass wir diese ausgedehnten Trainingsmöglichkeiten in dieser Halle haben. Der von beiden Vorständen (OA und HuSV) eingesetzte paritätische Hallenbeirat leistet jedenfalls seit Jahren eine bemerkenswerte Arbeit - unsere Halle ist nicht zuletzt daher jederzeit in einem Topzustand. Von welchen Schulturnhallen kann man dies behaupten?

Der vom Vorstand zum Jahresanfang vorgenommene Wechsel unserer Ökonomie in unserem Clubhaus hat sich - jedenfalls bis zum heutigen Zeitpunkt - als richtig erwiesen. Wir müssen bestrebt sein, dass wir unser „Bootshaus“ wieder zu einem Vereinstreff machen - so wie es zumindest einmal gewesen ist. Nach Training und Wettkämpfen wurde unsere Heimstätte von fast allen Abteilungen frequentiert. Es ist schwer, daran wieder anzuknüpfen. Die neue Wirtin unseres Clubhauses, Frau Dana Müller, gibt sich größte Mühe um Gäste und Vereinsmitglieder wieder vermehrt in unser Bootshaus zu bekommen. Uns allen sollte bewusst sein, welches Juwel wir mit unserer Anlage besitzen.

Nach im Frühjahr des Jahres abgeschlossenen umfangreichen Umbau- und Renovierungsarbeiten der Umkleiden und Duschräume, die finanziell im Rahmen unseres dafür vorgesehenen Budgets blieben, hat der Vorstand derzeitig aber immer noch einige „Baustellen“. Wir hoffen, dass zumindest die „endlose Geschichte“ um den Stromdiebstahl auf unserem Sportplatz zu einem verträglich finanziellen Ende gebracht werden kann.

Ich wünsche uns allen einen schönen Spätsommer !
Holger Willhöft



HIDDENSEEMARATHON 2016

Eine Runde rundherum

Nach reichlichem Abwägen entschieden wir Mitte Mai uns für den 15. Hiddenseemarathon als Mix-Team zu melden. Mit einigen Paddelkilometern vorab und Floppes Erfahrung bei seiner Teilnahme im Einer im vorhergehenden Jahr, fühlten wir uns für die 70 Kilometer lange Strecke gewappnet.

Den passenden Zweier hatten wir bereits bestellt-unsere Wahl war auf einen Nelo Waterman gefallen. Der Marathon



nahte unaufhaltbar. Das Boot, welches in Portugal gefertigt wird, war jedoch nicht in Sicht. Eine reichliche Woche vorm Termin erhielten wir durch den Händler die Nachricht, welche wir insgeheim bereits erwarteten: Euer Boot wird nicht rechtzeitig da sein.

Nun galt es eine Alternative zu finden. Einfach auf die Einer-Kajaks umzusteigen war für mich nur schwer vorstellbar. Nicht die Länge der Strecke bereitete mir besondere Sorgen, aber allein auf tosender See unterwegs zu sein, war wenig verlockend. Fünf Tage vorm Marathon fanden wir Zeit zum Bootshaus des Oberalster VfW e.V. zu fahren. Im Bootsbestand befindet

sich ein langer, schnittiger, teilbarer TM Express-Zweier, welcher nur selten aufs Wasser kommt. Wir entstaubten die alte Lady- vermutlich die Älteste von uns Dreien und los ging es. Nach einer Testrunde von knapp 11 Kilometern, bei denen es nicht zu schmerzenden oder eingeschlafenen Körperteilen kam, entschieden wir, dass eine Teilnahme am Marathon mit diesem Kajak möglich wäre. Eine bereits vorhandene Startnummer „3“ inspirierte uns dazu, es auf den Namen „Plan B“ zu taufen. Dies konnte unkompliziert mit Edding ergänzt werden und sodann, neben Bootstyp, Farbe und Name sowie Alter der Besatzung, an die Veranstalter übermittelt werden.

Beim Hiddenseemarathon, welcher vom Stralsunder Kanu Klub bereits zum 15. Mal organisiert wurde, gilt es, die Insel Hiddensee zu umrunden, wobei sich Start und Ziel in Stralsund befinden. Abhängig von den Wetterverhältnissen kann die Streckenführung auch verändert oder die Fahrt, beispielsweise bei aufziehendem Gewitter, vorzeitig abgebrochen werden. Denn die Sicherheit aller Teilnehmenden steht an erster Stelle. Um diese zu gewährleisten wird das Teilnehmerfeld der Paddler engmaschig von kleinen motorisierten Booten begleitet. Verteilt im Streckenverlauf gilt es vier Posten zu passieren und diese zu bestimmten Zeiten auch erreicht zu haben, um nicht aus dem Rennen genommen zu werden. Denn bis spätestens 18 Uhr sollen alle das Ziel erreicht haben können.

Am Vorabend des Marathons werden bei einer obligatorischen Einweisung alle wichtigen Informationen an Frau und Mann gebracht. Neben sicherheitsrelevanten Details, gibt es vor allem Spannendes und Wissenswertes zur Strecke selbst zu hören, denn weite Teile der Reise führen durch den Nationalpark „Vorpommersche Boddenküste“. Schließlich werden alle Teilnehmenden mit einer weithin sichtbaren, leuchtenden Schirmmütze ausgerüstet.

Samstagsmorgen war es dann soweit. Die Sonne war bereits Bilderbuch-schön aufgegangen und tauchte die Silhouette Stralsunds in ein herrliches Morgenlicht. Der Wind blies mäßig aus Nordost und sollte nur wenig auffrischen. Das schon gut vorbereitete, mit acht Litern Wasser, unzähligen Müsliriegeln sowie Bananen und mit reichlich Sitzkissen bestückte Boot konnte nach einem kurzen Frühstück zu Wasser gelassen werden. Alle Starter des ersten Startes (Bekanntermaßen schnellere Paddler starten eine Stunde später, um das Teilnehmerfeld dichter zu halten.) wurden noch einmal namentlich aufgerufen und kurz nach sechs Uhr ging es los.

Schon bald fanden sich Gruppen zusammen, die schnelleren Paddler zogen mit kräftigen Schlägen im gleichmäßigen Rhythmus durch den Strelasund davon. Schön, wenn jemand vorne fährt, dem die Strecke bekannt ist. Denn nach nicht langer Zeit hieß es, dass richtige Tonnenpaar anzusteuern, um im weiteren Verlauf der Fahrinne Richtung Barhöft und der Südspitze Hiddensees, folgen zu können. Links und rechts von dieser ist das Wasser oft nur wenige Zentimeter tief, zudem dürfen ein Großteil der Flächen aus Naturschutzgründen gar nicht befahren werden.

Nach etwa 15 Kilometern erreichten wir den ersten Streckenposten, ohne Schwierigkeiten innerhalb der dafür maximal vorgesehenen drei Stunden. Und genau zum richtigen Moment, um die nach vorn verrutschte Fußstütze samt Steueranlage richten zu können und mal wieder einen Müsliriegel zu vertilgen. Um künftige Bastelei zu verhindern, beschlossen wir, auf intensive Beinarbeit zu verzichten.

Nun endlich erreichten wir Hiddensees Westküste, deren nördliches Ende sich in weiter Ferne erahnen ließ. Bei etwas Gegenwind fanden wir in einen schönen Takt und ließen die Blicke über die herrliche Gegend schweifen. Gelegentlich kam ein kleines Motorboot vorbei gesaust und auch andere Paddler waren fast immer zu sehen. Nun jedoch schon deutlich vereinzelter unterwegs, als noch zu Beginn. Nachdem wir etwa 30 Kilometer der Gesamtstrecke zurückgelegt hatten, überholte uns ein Surfski Zweier aus der zweiten Startgruppe mit unglaublicher Leichtigkeit. Bald darauf passierten wir auch schon den nächsten Streckenposten, um uns dann der dringenden Frage des nötigen



Landganges zu widmen. Da es schier unmöglich schien, noch bis zum empfohlenen Sandstrand am „Toten Kerl“, der Nordspitze, zu kommen, wählten wir vorab eine Bucht unterhalb der Steilküste. Das war eine steinige und um das Boot in der Brandung zu schonen, etwas zeitaufwendige Angelegenheit, welche die Weiterfahrt jedoch um einiges angenehmer machte. Bald war es wieder erforderlich sich an der Fahrrinne zu orientieren, Wind und Wellen schoben ein wenig von schräg hinten und so ging es flott voran durch den Vitter Bodden.

Und plötzlich, mitten auf dem Schaproder Bodden, kam der insgeheim befürchtete Moment: Stralsunds Kirchtürme sind in Sicht, jedoch mit gut 20 Kilometern Distanz noch so unglaublich fern!

Nun begann der wirklich anstrengende Teil der Tour, mit großen Anforderungen an die Ausdauer und das Sitzfleisch und deutlich spürbar an gehäuften Müsliriegel- und Trinkpausen. Wind und Welle hatten bereits ein wenig zugenommen. Obwohl an so einiges gewöhnt, hatten sich auf unseren Händen inzwischen eine Vielzahl an Blasen angesammelt, die allein das Greifen des Paddels zu einer Herausforderung werden ließen.

Gelegentlich noch kamen die unermüdlichen Paddler der zweiten Startgruppe in unserer Nähe vorbei. Schon fast nahe genug an der Stadt, um das Ziel sehen zu können, legten wir eine weitere Müsliriegelpause ein, um den Rest der Strecke im Anschluss entspannt bewältigen zu können. Aus den Augenwinkeln nahmen wir dabei jedoch eine Bewegung war. Ein Einer-Kajak nahte, von welchem wir uns so kurz vorm Ziel natürlich nicht überholen lassen wollten. Was sich als leichter gesagt als getan herausstellte. Als der Paddler unsere Höhe quasi mühelos erreicht hatte und klar war, um wen es sich handelte, wollte sich die eine Hälfte unser Zweierbesatzung trotzdem nicht geschlagen geben. So lieferten wir uns einem kräftigen Endspurt. Eine halbe Bootslänge später kamen wir wohl ins Ziel...plus die eine Stunde, die wir eher gestartet waren J

Gelandet, wurden wir herzlich begrüßt und uns wie dem Kajak vom Wasser geholfen. Nach entspannendem Duschen und dem Auffüllen mit viel Flüssigkeit und Leckereien von Büffet und Grill, verbrachten wir noch einige Zeit mit den anderen Paddlern und tauschten Erfahrungen aus.

Wir haben es geschafft- ein schönes Erlebnis und eine große Herausforderung. Und tatsächlich ein klein wenig schneller, als Floppe im Jahr zuvor allein-Puh!

	AUGUST SANDER » IHR HAUSKLEMPNER « Hummelsbütteler Landstraße 82 · 22339 Hamburg Telefon 040 - 59 64 98 · Telefax 040 - 50 12 95 www.august-sander.de Der Fachbetrieb für Sanitärtechnik und Bauklempnerei im Alstertal und im Norden von Hamburg 
---	---

TILL BRÜGGEMANN FÜR DIE NATIONALMANNSCHAFT IM WILDWASSERRENNSPORT NOMINIERT

Großartige Erfolge für Oberalsterkanuten auf der 62. Deutschen Meisterschaft im WWR-Sprint in Sömmerda am 21. und 22. Mai 2016

Nominierung über die U 23

Wieder ein zweiter Platz auf der deutschen Meisterschaft im schönen thüringischen Sömmerda für Till Brüggemann – wie schon 2 Wochen zuvor im Eiskanal von Augsburg. Die Spannung war fast unerträglich, als nach der Siegerehrung die Trainer der Nationalmannschaft die Sportler für die Europameisterschaft im Juli in Österreich auf die Bühne riefen. Groß zuerst die Enttäuschung: Die Nominierung ins Juniorenteam hat Till denkbar knapp verpasst. Doch dann die große Erleichterung: Till wird den letzten freien Platz in der U 23 besetzen und im Team der Nationalmannschaft auf der EM 2016 in Österreich starten – eine Belohnung für seinen Trainingseinsatz und die durchweg guten Ergebnisse bei den Ranglistenrennen dieser Saison. Und so ging es mit dieser Nominierung auch gleich am letzten Maiwochenende ins Trainingslager an die Mur, auf der Till dann im Juli sein erstes internationales Turnier bestreiten wird.

Doch jetzt mal der Reihe nach:

Mit 8 Sportlern ist unser Verein bereits am Mittwoch nach Sömmerda aufgebrochen, um sich auf der Wildwasserstrecke von Sömmerda intensiv auf diesen Wettkampf vorzubereiten. Die Strecke, auf den ersten Blick wenig beeindruckend, hat es in sich und beinhaltet drei Schlüsselstellen, die intensiv theoretisch wie praktisch analysiert wurden. Entscheidet doch bei einem Sprint ein klitzekleiner Fahrfehler und in der Folge Zehntelsekunden über eine gute Platzierung.



Kanadiereiner und Zweier

Für Lasse Johannsen war es die erste deutsche Meisterschaft. In seinem Kanadiereiner hat er sich mutig auf die Wildwasserstrecke gestürzt und reichlich Erfahrungen sammeln können. In zwei Läufen hat er sich souverän mit seinen Altersgenossen in der Schüler A - Klasse gemessen. Am Ende kann Lasse stolz sein auf seinen 5. Platz.

Gemeinsam mit Joscha Brüggemann im Kanadierzweier war die Devise: Mitmachen ist alles. Denn dieses Duett hat noch wenig Erfahrung im Zweierteam.

Lasses Vater, Frank Johannsen, hingegen gehört zu den alten Hasen. Sein Start auf einer Deutschen Meisterschaft war für seine Sportkollegen in den Masterklassen (ab 30 Jahren) eine echte Überraschung. Ausgezeichnet mit vielen nationalen und internationalen Titeln hatte Frank sich über viele, viele Jahre auf der großen Bühne rar gemacht. Nun ist er wieder da und beeindruckt die Rennsportszene aus dem Stand mit einer Silbermedaille.

Für unsere „Jungs“ im Kajakeiner ist vor allem der Mannschaftserfolg hervorzuheben. In zwei spannenden Läufen konnten Quentin Emde, Till und Joscha Brüggemann in der Juniorenklasse die Kölner und Wiesbadener Konkurrenz hinter sich lassen und einen sensationellen dritten Platz belegen.

Im Kajakeiner bestätigte Joscha Brüggemann seine gute Form aus Augsburg und belegte bei über 30 Startern im Feld der Jugendlichen einen erfreulichen Platz im Mittelfeld. Im Kreis der Juniorenfahrer hat sich neben der Silbermedaille von Till unser Neuzugang aus Bremen, Quentin Emde, mit einer guten Zeit und einen 7. Platz hervor getan.

Nun noch zu unseren „Mädels“: Was für die Kajakmannschaft Marie Gerland, Lina Brinkmann & Hanna Brüggemann) mit einem vierten Platz gegen die Konkurrenz der Damenelite noch zu verschmerzen war, setzte sich für Hanna mit zwei weiteren, undankbaren 4. Plätzen im Kajakeiner und Kanadierzweier (gemeinsam mit Lina) fort. Marie war mit einem 5. Platz, sowie Lina mit einem 6. Platz ebenfalls erfolgreich.

Allen Sportlern sei an dieser Stelle zu ihren Erfolgen gratuliert! Und ebenso ein herzliches Dankeschön an Ole, Rosie, Gesine und Manfred für ihren Einsatz im Stab. Es war für alle Sportler von Oberalster VfW ein sonniges und erfahrungsreiches Wochenende. Unser Verein behauptet sich im Kreis der 35 deutschen Vereine, die diesen tollen Sport bundesweit ausüben und bei dieser deutschen Meisterschaft an den Start gegangen sind. Die freundschaftlichen Kontakte unserer Sportler gehen weit über die Landesgrenzen hinaus.

Apropos Landesgrenzen: Unsere Landestrainerin Brigitte Schmidt hat sich gemeinsam mit ihrem Mann Norbert persönlich einen Eindruck über die Erfolge der hanseatischen Wildwasserrennsportkanuten gemacht. Denn auch vom RdE und vom WSV gab es erfreuliches zu vermelden. Also auch aus Hamburger Sicht ein erfolgreiches Wochenende.

Alle Platzierungen und Zeiten sind diesem Link zu entnehmen:

[Http://www.kc-soemmerda.de/](http://www.kc-soemmerda.de/)



INTERNATIONALER EINSTIEG BEI DER JUNIOREN EM UND U23 VOR-WM

Till Brüggemann vom Oberalster VfW beim sportlichen Großevent auf der Mur (Steiermark)

Bereits im Mai 2016 hatte der Junioren-Nationaltrainer Ralph Beerschwenger den Hamburger Wildwasserathleten Till Brüggemann in das U23-Nationalteam berufen. Ebenso wie Torben Plate sollte Till auf der Generalprobe für die Weltmeisterschaft im Sommer 2017 ein gutes Bild abliefern. Zusammen mit dem Junioren-Team fand daher im Vorfeld ein Vorbereitungslehrgang im österreichischen Murau statt.

Die Langstrecke auf der steirischen Mur ist mit knappen 20 Minuten nicht nur lang und voll von schwierigeren Wildwasserpässen, sondern auch schonungslos kräftezehrend. Wer da nicht sehr gut in Form ist, für den können diese Bedingungen auch zur absoluten Qual werden. Deutlich zu spüren bekam dies Till Brüggemann, der im Vorfeld der internationalen ECA Challenge mit einer Mandelentzündung und Antibiotikabehandlung zu kämpfen hatte. Nicht anzureisen kam jedoch für den jungen Sportler nicht in Frage - zu wichtig war ihm das Rennen und die Chance, Erfahrungen für die kommenden Jahre zu sammeln.

So verlief das Classik-Rennen erwartend ernüchternd. Mehr als ein 16. Platz im Mittelfeld war für den sonst so starken Ausdauerfahrer nicht drin. Für drückende Stimmung sollte es aber keinen Platz geben und vor allem auch keine Zeit, denn schon am Folgetag standen die Mannschaftsrennen an. Mit seinen Kollegen Yannick Kroener (Wiesbaden) und Michel Zentgraf (Fulda) wurde ein akzeptabler 5. Platz heraus gefahren.

Die hohe Streckenschwierigkeit war zu keinem Zeitpunkt während der Wettkämpfe ein Problem. In Klein-Gruppen samt Kategorie-Trainer wurde die gesamte Woche mehrmals tägliche beide relevanten Streckenabschnitte geübt, analysiert und verinnerlicht. Als Ganzes glänzte so die deutsche Mannschaft auch auf der Sprintdistanz mit gutem Stil und den schnellsten Wegen ins Ziel.

Auch Till erwischte einen guten Tag, startete nach dem ersten Vorlauf von einem 19. Rang und verbesserte sich im zweiten Durchgang um fast 2 Sekunden. Hauchdünn mit lediglich 0,03 Sekunden verpasste er schlussendlich das Finale, konnte jedoch trotzdem insgesamt ein positives Fazit ziehen: „Sicherlich wäre ich gerne das Finale mitgefahren! Trotzdem habe ich unter erschwerten körperlichen und gesundheitlichen Bedingungen alles gegeben und viel gelernt!“ Dass er tatsächlich Einiges aus dem Training mit der Nationalmannschaft mitgenommen hat, zeigte auch ein erneuter 5. Platz in der Mannschaftswertung. Hinzugefügt sei, dass die Konkurrenz aus den 12 europäischen Nationen durchweg um einige Jahre älter war.

Aus Hamburger Sicht muss an dieser Stelle noch auf die Goldmedaille hingewiesen werden, die Torben Plate in der Mannschaft gemeinsam mit Janosch Sülzer und Moritz Fladung im Kanadiereiner errungen hat. Herzlichen Glückwunsch!

Die Stimmung und der Zusammenhalt im Team war die ganze Woche und auch über die Wettkämpfe hinaus wirklich gut. Bundestrainer und Trainerstab konnten allen Sportler, mit und ohne Medaille zu guten Erfolgen gratulieren und sehen in eine positive Zukunft.

Und auch Till zeigt sich zufrieden mit dem Erlebten und nimmt die teilweise mittelmäßigen Ergebnisse als Ansporn für eine erneute Qualifikation im nächsten Jahr.





SOMMERSONNENWENDFAHRT LÜHESAND 2016



Endlich war es soweit. Die Saison ist im vollen Gange und am Horizont zeichnete sich ein weiteres Highlight ab. Die Sommersonnenwendfahrt nach Lühesand. Jedes Jahr kommen RdEten aller Altersgruppen und mittlerweile auch Oberalster zur Sonnenwendfeier nach Lühesand. In diesem Jahr machten sich 70 Paddler davon 15 Oberalsteraner auf den Weg Stromabwärts zur Insel. Da es immer mehr Oberalsteraner diese schöne Fahrt in Angriff nehmen musste wieder ein Zehner ausgeliehen werden. Fündig wurden wir samt Trailer und Zehner beim Alster Canoe Club. Ein Danke, an den ACC für die gute Kooperation.

Nach dem Verladen am ging es mit dem Trailer durch die Stadt nach Blankenese ,wo wir Einbooteten und die Zehner beladen wurden. Mit zwei weiteren Zehnern ging es bei böigen und kleinen Schauern fröhlich und Lustig zur Insel. Eine zweite Gruppe mit den einer und zweier Fahrern machte sich etwas vor uns auf den Weg. Nach dem Ausladen der Boote ging es an Zeltaufbau und das Feierabendbier und die Feierabendlimo wurde genüsslich getrunken.

Nach einem ausgiebigen Frühstück am Samstag blieb viel Zeit um Volleyball, Football, ein wildes Geländespiel, Holz zu hacken, eine Kajakfahrt in die Lühe, einen Inselspaziergang oder in der Elbe ein Bad zunehmen.

Am Abend wurde gemeinsam gegrillt und anschließend das Sommerwendfeuer entfacht.

Timo führte mit seinem Sohn eine Feuershow vor. Im Anschluss gingen die Kinder zur Fackelwanderung über die Insel.

Sonntag morgen, war schon wieder das packen angesagt. Das Verladen der Boote dauerte diesmal etwas länger, immer wieder mussten wir ablegen damit wir von den aus und einlaufenden Schiffen nicht am Ufer vom Wellenschlag getroffen werden und die Boote Schaden nehmen. Die Rückfahrt verging wie im Fluge. So endete wieder ein schönes Wochenende auf Lühesand.

Wir danken Timo und dem RdE für die tolle Organisation und freuen uns auf 2017.

HALLO, DIE GYM-GRUPPE MELDET SICH ZU WORT

FIT 50 plus



Jazzgymnastik und Tanz, das war 1976 der HIT. Man wollte von der alten Schiene, wie Reifen und Keulen schwingen, abweichen und etwas Neues in den Verein bringen.

So entstand im Februar 1976 eine neue Gruppe. Ca. 20 Mädels probierten die neue Stunde aus. Zum 75 jährigen Jubiläum traten wir zum 1. Mal im Curiohaus auf, war das aufregend!

Nun sind aus den „Mädels“ Senioren geworden und wir haben immer noch Spaß zusammen, Aus der Jazzgymnastik ist es eine Fitnessgruppe geworden, weil unsere Knochen nicht mehr ganz so biegsam sind.

Trotzdem sage ich: „Mädels“, Ihr seid noch ganz schön fi



Wir freuen uns über eine neue Gruppe: „Aktiv 60 Plus“

Die Damen trainieren montags von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr im Alstertalgymnasium am Erdkampsweg. Hier könnten wir noch Verstärkung gebrauchen. Also, wer Rastet, der rostet und das möchten wir doch nicht, oder?

Unser 40 Jähriges Jubiläum feierten wir auf spanische Art im Garten. Es gab Paella, Tapas, Sekt und Wein. Es war einfach schön mit Euch!

Herzlichst, Eure Karin

SOMMER-GRILL-FEST IM BOOTSHAUS



Diesmal fand der Saisonausklang nicht in Dänemark statt, sondern an der schönen Oberalster. Am 10.07.2016 hatte Andy nicht nur die aktiven Sportler mit Partnern eingeladen, sondern auch die passiven Mitglieder, die ja durch ihren Beitrag die Handballabteilung unterstützen. Knapp 40 Teilnehmer fanden sich ein. Das Sommer-Grill-Fest fand als geschlossene Veranstaltung der Handballabteilung statt, was zu kleinen Problemen führte, denn sowohl von der Landseite als auch von der Wasserseite mussten andere Gäste durch entsprechende Hinweisschilder „abgewehrt“ werden. Bei bestem Wetter (die Schattenplätze waren sehr begehrt) wurde ab 14:00 Uhr der Grill auf Temperatur gebracht. Ob Fleisch, Wurst, in Folie gedünsteter Fisch, Ofenkartoffeln oder geschmortes Gemüse sowie das leckere Salatbuffet, alles war durch die Wirtin Dana und ihrem Team bestens angerichtet. Und das, obwohl sie noch etwas blass um die Nase war wegen einer Veranstaltung am Samstag, die sich bis in den Sonntagmorgen hinzog. Anschließend wurde geklönt und gespielt, nicht nur weil der vielleicht zukünftige „Handballnachwuchs“ mitgekommen war.

Renner war das Spiel Kubb oder auch Wikingerschach. Ein Spiel mit Hölzern, bei dem mit einem runden Stab bzw. Wurfholz senkrecht aufgestellte Klötzer nach einem bestimmten Schema abgeräumt werden mussten. Bei dieser Gelegenheit verkündete Andy Winkel, dass er den „Cheftrainerstab“ zur nächsten Saison an Kay Arlom, der ihn schon ein paarmal vertreten hatte, abgegeben hat. Es war eine gelungene Veranstaltung, nicht nur weil Petrus wohl mit von der Partie war.

Alfred Langer



WORLD VETERAN TABLE TENNIS CHAMPIONSHIP

Impressionen der Teilnehmer

Mein erstes Mal

Als ich nach ca. 40 Jahren zu OA zurückkam, hatte ich mir vorgenommen, einmal in meinem Leben an den Weltmeisterschaften TT teilzunehmen. Jetzt war es soweit: Ich fuhr 2016 zu den „World Veteran Table Tennis Championship“ nach Alicante-Elche!

Die Veranstaltung war perfekt organisiert (hätte ich den Spaniern gar nicht so zugetraut!). Waltraut und ich waren in einem wunderbaren Hotel (Tryp Gran Sol), dem höchsten Gebäude der Stadt, untergebracht. Lage: direkt an der wunderschönen Promenade, Hafen und Strand (Playa de Postiguet).

Die Eröffnungsveranstaltung war toll (im Freien bei Super-Wetter) und war die größte seit Beginn (1982 in Göteborg, 450 Teilnehmer) mit immerhin 4.586 SpielerInnen aus 80 Nationen, an 151 Tischen (+ 60 Trainingsplatten). Da gab es natürlich ein ganz schönes „Gewusel“ mit all' den unterschiedlichen Menschen.

Die „alten Hasen“ wie Anne und Waltraut mussten alle Augenblicke stehen bleiben, um langjährige Freunde zu begrüßen – wie schön, diese fast jedes Jahr wieder zu sehen. Die Spiele machten viel Spaß (natürlich hätten wir gern noch mehr gewonnen), und es gab nette, kleine Gastgeschenke. Ab Sonnabend waren wir nur noch als Zuschauer in der Halle und erlebten sehr interessante, packende Spiele.

Am spielfreien Tag gab es sehr schön Ausflüge, und da wir die ganze Zeit herrliches Wetter hatten (22-27 Grad, mit einer leichten Brise) waren wir – so oft wie möglich – draußen und genossen die schöne Umgebung von Alicante.

Zum Abschluss „gönnten“ Anne, Doris, Waltraut und ich uns noch ein schönes Abschiedessen im 26. Stock unseres Hotels, im Restaurant „Mirador“ mit wunderschönem Ausblick über Alicante und das Castell de Santa Bárbara.

Die WM war ein sehr interessantes, aufregendes Erlebnis für mich!

Anke Gerloff-Röpke



Am Freitag, 20.05.2016, begrüßte uns gleich die am Flughafen in Alicante die heiße spanische Sonne. Nach dem Einchecken im Hotel wurde kurz die Gegend erkundet und die Vorfreude auf das Turnier stieg!

Am Samstag absolvierten wir das erste Training und waren beeindruckt von der riesigen Halle. Hier standen sage und schreibe 165 Tische.

Sonntag Abend fand dann die Eröffnungsfeier unter freiem Himmel statt. Sie endete mit einem riesigen Kallkonzert. Hier wären allerdings weniger Böller mehr gewesen.

Die eigentliche Weltmeisterschaft begann am Montag mit den Gruppenspielen. Insgesamt waren 4600 Teilnehmer am Start – so viele wie noch nie!

Somit war es in der Halle häufig sehr wuselig. Am Mittwoch gönnten wir uns alle eine Pause, es war spielfreier Tag. Wir machten einen tollen Ausflug in das traditionelle Spanien und die schönsten Dörfer der Region.

Gut erholt ging es am Donnerstag in die K.O.-Runde.

Für mich war am Samstag im Achtelfinale leider Endstation. Im Doppel mit Werner Cansier war für uns in der 2. Hauptrunde gegen den späteren Weltmeister Schluss.

Das Turnier hat mir insgesamt gut gefallen und die Organisation war gelungen. Das schöne Wetter hat uns die ganze Zeit begleitet.

Nach einem anschließenden 8-tägigen Badeurlaub in Villajoyosa ging es mit dem Flieger wieder zurück in die Heimat nach Deutschland.

Hier denke ich gerne noch einmal an die schöne Zeit in Alicante zurück!

Ich freue mich schon auf die Europameisterschaft in Helsingborg im nächsten Jahr.

Peter Kelb

Dabei sein ist alles !!

Meine Reise zur WM in Alicante / Elche - Vorreise 4 Tage Barcelona

Donnerstag 19.05.

Seit Wochen schreibe ich auf, was alles mit muß, ich will schließlich nichts vergessen (im letzten Jahr zur EM nach Finnland hatte ich meine Sport Trikots nicht eingepackt, das soll mir dieses Jahr nicht passieren!)

Die Koffer sind seit 2 Tagen gepackt, nun noch schnell die letzten Dinge hinein und es kann losgehen.

Treffen um 10:00 Uhr am Flughafen. Ich bin nun schon 1/4 Stunde hier, aber wo bleibt Anne? Ich laufe hierhin, dorthin, zum anderen Terminal, wieder zurück, ... endlich ... ! Sind wir doch aneinander vorbeigelaufen, Anne draußen, ich im Gebäude. Aber alles ok, wir sind noch gut in der Zeit.

Wir checken ein und warten eine halbe Ewigkeit auf's Bording. Letztendlich landen wir nach einem guten Flug pünktlich in Barcelona. Unser Gepäck ist auch da.

Nach 10 Min. Fahrt über das Flughafengelände zum andern Terminal treffen wir auf den größeren Teil unserer Reisegruppe. Hier fehlt noch ein Koffer und wir warten. Aber man hat ja schon so viele alte Bekannte ausgemacht, sodaß man auch viel zu erzählen hat.

Der Koffer ist nun auch eingetroffen und unsere Gruppe ist vollständig. 1/2 Stunde Busfahrt und wir haben unser Hotel erreicht. Die Gegend sieht nicht sehr einladend aus, zum Strand oder zur Altstadt ist es zu weit zum Laufen.

Uuuups ... Zimmertür auf und wir stolpern über die Badewanne!! Glaubt mir, Leute, kommt man rein ins Zimmer, steht man zunächst im offenen Bad, das WC nochmals mit Glaswand (halbhoch Milchglas) abgetrennt, mit Schiebetür, die quietscht wie eine bremsende Straßenbahn. Links ein Einbauschrank, gerade durch der Zugang zum Betraum.

Alles sauber und ordentlich, man kann nicht meckern, aber eben ungewöhnlich.

Die Betten sind ebenso sauber und ordentlich. Zu ordentlich, alles fest verzurrt, um die Matratze herum. Wir entzurren, um unter die Bettdecke zu gelangen. Sollen die doch wieder verzurren, die armen Zimmermädchen.

Nun gute Nacht.

Freitag 20.05.

Seit Monaten bemühe ich mich auf Weizengebäck zu verzichten und Fleisch zu meiden. Was gibt es zum Frühstück? Alles das. Na gut, verhungern will ich nicht, also rein damit.

Um 9:00 geht's los zur Stadtrundfahrt. Das Wetter ist schön und nicht zu heiß.

Wir sehen wunderschöne Gebäude und Häuserzeilen (... und wenn Sie nach rechts sehen, sehen Sie links nichts mehr...). Der Name eines berühmten Architekten fällt, Antoni Gaudi.

1.Halt am Aussichtspunkt "Mirador de l'Alcalde", wir haben einen sehenswerten Rundblick über Barcelona und den Hafen.

2.Halt am "Palau Nacional de Montjuic", mit Blick über Barcelona und auf die alte Stierkampfarena.

3.Halt am "Port Olimpic" mit Blick auf oder über den Strand "Platja de Barceloneta" und den Olympischen Hafen.

4.Halt am "Placa de Catalunya. Wer will kann mit der Reiseleitung einen Spaziergang zum "Mercat de la Boqueria" machen, der riesigen Markthalle aus dem Jahr 1876. Der Besuch hätte sich gelohnt, aber Anne und ich haben uns entschieden die Pause zum Essen zu nutzen.

5.Halt an der seit 1883 in Bau befindlichen Kathedrale "Templo de la Sagrada Familia", die wir dann zu Fuß umrunden.

Barcelona ist eine wunderschöne Stadt, aber im Verlauf dieser Stadtrundfahrt haben wir leider nur einen ganz, ganz kleinen Teil davon sehen können.

Zurück im Hotel lassen wir den Abend bei einem Bierchen im Innenhof des Hotels ausklingen.

Samstag 21.05.

Auch heute wieder Sonne und blauer Himmel. Es geht zum "Kloster Montserrat" aus dem 12. Jahrhundert. Der Jungfrau von Montserrat geweiht, mehrfach durch Brand, Krieg und Plünderung zerstört, stets verändert wieder aufgebaut, malerisch am Hang des Montserrat-Massivs gelegen.

Wir besuchen die Kathedrale und werden Zeuge einer Messe, die gerade abgehalten wird.

Massenweise Touristen, die hereinströmen, zusehen und ~hören wollen, aber auch wir gehören leider gerade zu ihnen.

Der angekündigte "Knabenchor der Escolania" (älteste Musikschule Europas) wird leider nicht auftreten wegen Krankheit.

Wir bummeln noch ein wenig herum, essen eine Kleinigkeit und können dem Anflug eines Rettungs-Hubschraubers zusehen. Bei Herzproblemen muß der Helikopter kommen, ein Krankenwagen würde viel zu lange brauchen, um über die vielfach gewundene Straße hinaufzufahren.

Bald geht es auch schon wieder zurück nach Barcelona.

Sonntag 22.05.

Statt mit der Bahn nach Alicante nehmen wir unerwartet den Bus. Nicht so gut!!

Annes Beine sind doch zu lang. Wir nehmen die hintere Bank, Anne den mittleren Platz, so kann sie die Beine ausstrecken. Toll, nun strömt uns die kalte Luft aus der Klimaanlage von oben in den Nacken!

Wir sind insgesamt 9,5 Std. unterwegs mit 2x 1/4 Std. Pause und 1x 3/4 Std.

Endlich sind auch wir im Hotel angekommen. Schnell nur die Koffer ins Zimmer getragen und wieder los. Die Eröffnungsfeier fängt bald an und wir müssen zur Akkreditierung.

Ein Shuttle-Bus zur Halle fährt nicht mehr, ein Taxi muß her.

Endlich dort geht das Chaos weiter. Hier nur Rein ..., da nur raus ..., Akkreditierung schon geschlossen. Also direkt zur Eröffnungsfeier, dazu ist Zeit genug.

Plätze sind genug da, wir ergattern einen im Schatten. Wir sind kaputt und hängen auf den Stühlen. Es werden Reden geschwungen, auf Spanisch und dann Englisch. Die Show bietet uns eine Vielfalt an Trachten, aber so richtig interessant finde ich das nicht. Wir begeben uns zur Akkreditierung, die wieder geöffnet ist, müssen uns aber hinten anstellen. Einige Leute werden aus der Reihe herausgepickt und dürfen an den entsprechenden Schalter. Endlich kriegen auch wir mit, daß wir vor zum "Scharff"-Schalter dürfen.

Ok, das haben wir. Nun noch schnell zum "Scharff"-Stand in der Halle, um das angekündigte Hemd abzuholen und dem Helmut Scharff unser Leid zu klagen.

Der letzte Shuttle-Bus zu den Hotels soll um 22:00 fahren, ist aber schon weg. Wir sind noch 6 Leute, es wird schnell noch ein Bus geordert. Das hat mal gut geklappt.

Zurück im Hotel packen wir schnell noch unsere Koffer aus, unsere Sporttaschen ein und befestigen unsere Startnummern am Trikot.

Gewappnet für den ersten Spieltag fallen wir hundemüde ins Bett.

Doris Bernotat



DEUTSCHE MANNSCHAFTSMEISTERSCHAFT
IN SIMMERN



FTEN DER SENIOREN UND SENIORINNEN
(RHEINLAND)

Senioren Weltmeisterschaft 2016 in Spanien

Dieses Jahr hatte ich auch mal wieder Lust an der Weltmeisterschaft teilzunehmen. Spanien und die Sonne lockten mich deshalb nach Alicante. Mit einer Gruppe von 6 Frauen hatten wir ein Appartement in der Altstadt unterhalb der Festung/Burg gebucht. Wir hatten eine traumhafte Dachterrasse mit Meerblick ansonsten genügte die Unterkunft nicht den üblichen Ansprüchen. So war meine Schlafmöglichkeit eine wohl 50 Jahre alte Matratze. Diese war auf dem Bettgestell nicht nutzbar, da das Lattenrost gebrochen war. So musste die Matratze auf den Fußboden gelegt werden um zumindest einigermaßen liegen zu können. Da keine Unterkünfte mehr in Alicante zu bekommen waren musste das für die Woche reichen.

Die Fahrt zur Halle war nur mit einem Taxi zu bewerkstelligen.

Ein öffentlicher Bus fuhr nicht direkt, bzw. die letzten 15 Minuten Fußweg gingen querfeldein und direkt an einer Schnellstraße ohne Fußweg. Da ich nur zu meinen Spielen in die Halle fuhr, blieb viel Zeit für Unternehmungen in und um Alicante. So kam dann schnell die Idee für etliche Ziele, wie die Insel Tarbaca, den Palmenpark, mit dem Zug nach Valencia, Baden am Strand und die Altstadt.

Lecker der teure Frozen-Yoghurt direkt an der Hafenpromenade aber auch das Essen in diversen Tapas-Lokalen. Abenteuerlich die Rückfahrt aus einem weiter von Alicante entfernten Lokal wo wir abends mit der Tram hingefahren waren. Leider fuhr die Tram nicht mehr zurück. Wir forderten 2 Taxis an. Das erste kam und brachte die meisten Spielerinnen zurück. Das 2. Taxi kam nicht und es konnte auch nicht mehr angefordert werden.

Zu Fuß zurück war unmöglich. So standen wir vor dem geschlossenen Lokal und überlegten. Zum Glück gibt es bei Weltmeisterschaften immer viele TT-Spieler in der Öffentlichkeit. 2 Spieler aus Süddeutschland, die auch Richtung Alicante wollten, hatten einen Fiat 500 und waren bereit – falls wir noch ins Auto passen würden – uns zurück zu fahren. Zum Glück war es ein Cabrio ansonsten hätten wir zu zweit nicht genug Platz gefunden. So ging es in der Nacht im Fiat Cabrio mit Musikbegleitung zurück zum Appartement.

Vieles könnte ich noch erzählen, aber nun kurz zum Tischtennis.

Nachdem ich meine Gruppenauslosung (Gegnerinnen aus Korea, Schweiz und Spanien) gesehen hatte, rechnete ich damit schnell auszuschneiden. Es kam anders und ich blieb ohne Niederlage

in der Gruppe. Im Hauptfeld konnte ich noch einige Runden überstehen um unter den letzten 32 im Spiel gegen Tatiana Kulieva (Russland) zu sehen, wie wenig Chancen ich gegen diese Ex- Nationalspielerin habe. Meine Herausforderung war es den

Ball überhaupt auf die Platte zu bekommen. Mein Leben habe ich noch nicht solch Schnitt-Bälle gesehen. Im Doppel lief es ähnlich. Die Gruppenspiele konnte ich mit Sabine Dittmer auf Platz 2 beenden, um dann im Hauptfeld gegen eine schwedische Paarung, morgens um 9 Uhr zu verlieren. Aber wer mag schon morgens um 9 Uhr gegen 4 sehr schwierige zu spielende Belege spielen. Ich zumindest nicht.

Wie immer trifft man Spieler aus aller Welt in der Halle und klönt mit ihnen, teilweise aber auch mit Händen und Füßen. Aber es geht irgendwie immer und macht viel Spaß.

Die nächste WM in Las Vegas 2018 ist mein Ziel.

Gabi



Ich war auch dabei.....

Der Versuch, meine Spiele zusammen zu bekommen. In der Vorrunde bin ich Zweite in der Gruppe geworden. In der Hauptrunde hatte ich ein Freilos, danach ein gewonnenes Spiel gegen eine Japanerin, dann wieder gegen eine Japanerin, das ich verloren habe. Mein Stand nach Beendigung der Spiele ist unter den letzten 32. Im Doppel mit meiner Partnerin Heike Sievers (Hohenaspe, SH) in der Vorrunde 1. Platz, in der Hauptrunde Freilos, danach zwei japanische Doppel, das erste gewonnen, das zweite verloren. Stand nach Beendigung der Spiele unter den letzten 16. Die Halle fand ich sehr schön, da man gut sitzen konnte, um die Spiele zu sehen. Die Spielansetzungen konnte man rechtzeitig an den entsprechenden Listen einsehen. Die Stimmung unter den Spielern war auch gut. Was mir nicht so gut gefallen hat, war der Hallenboden. Er war sehr stumpf, was ich für mich nicht so sicher empfand und der Ball sprang nicht hoch. Alicante selber ist eine bezaubernde Stadt mit südländischem Flair und Charme. Man konnte die Promenade, Hafen und den Strand zu Fuß erreichen.

Inga Gerhard

Allicante und etwas mehr

Auch ich war wieder einmal bei der WM, aber wie schon die Deutsche, hätte ich auch die WM nicht spielen dürfen, aber man hatte sich ja mit Partnerinnen und Partner verabredet.

Kurz: Die Vorreise über Barcelona war nicht gut organisiert. (sh. Bericht von Doris), das Turnier dagegen sehr gut.

Die Erfolge hielten sich in Grenzen, da ich nur 2 Japanerinnen in der Gruppe hatte, eine davon wurde Vizemeisterin, die andere schied unter den letzten 8 aus.

Das Damendoppel lief eigentlich sehr gut, uns fehlte lediglich ein Satz zum Gruppenzweiten. In beiden Konkurrenzen ersparte ich mir die Consolation, im Einverständnis mit meiner Doppelpartnerin.

In diesem OA-Heft ist es mein letztes Auftreten, deshalb habe ich einige andere zu Wort kommen lassen. Ich hoffe sehr, dass trotzdem in Zukunft etwas zu lesen ist.

Ich bedanke mich vor allem bei Frauke Nikic, die mir immer wieder zur Seite stand.



abi

SAME PROCEDURE AS EVERY YEAR!

... so würde Miss Sophie antworten. Wie jedes Jahr fragten wir uns, ob wir eine Mannschaft in der Mixed-Liga melden wollen und ob wir genügend Spieler und Spielerinnen zusammen bekommen würden. Letztendlich kennen wir die Antwort bereits alle im Voraus. Auch dieses Jahr meldeten wir uns in der höchsten Mixed-Liga, dieses Jahr mit Sabine, Gabi, Julia, Jasmin und Silke sowie Benny, Holger und Rolf. Silke fiel leider noch vor dem ersten Spiel verletzungsbedingt aus. Unsere Gegner sollten dieses Jahr Wedel, WTB, Bergedorf und wie üblich Urania heißen. Dieser Bericht entstand aus unserem überdurchschnittlich guten Teamwork, daher freut Euch über die abwechslungsreiche Stilistik.

Und täglich grüßt das Mur... Urania

Jedes Jahr dürfen wir unsere Gäste von Urania bei uns in der Halle begrüßen – nicht übertreiben zu wollen, aber bei uns in der Halle ist es auch am Schönsten. Urania war wie immer extrem motiviert und lief mit einer sehr starken Truppe auf.

Wir konnten lediglich 3 Spiele für uns entscheiden, aber starteten bereits mit viel Spaß in die Mixed-Liga. Der selbstgemachte Saure von Jasmin kam zum Einsatz, parallel wurde fleißig trainiert und das gemeinsame Sit-In mit den Gästen war ein schöner Abschluss des ersten Spieltags.

Der Weg ist das Ziel

Was macht man bei hochsommerlichen Temperaturen, unterbrochen durch unwetterartige Regenfälle, die eine atemberaubende Luftfeuchtigkeit herzaubern? Na klar, man spielt Tischtennis. Und wo? Natürlich in Wedel.

Unser Chauffeur Holger lud am frühen Abend Gabi und Jasmin in sein Auto und kutschte sie durchs schöne Hamburg. In Sülldorf stieg dann Benny hinzu, der bis dahin die Strecke mit dem HVV genießen wollte.

So kamen wir pünktlich in Wedel an und erfreuten uns an herrlich aufgewärmten Umkleidekabinen. Die Temperatur in der Halle war ähnlich. Zu unserem Erstaunen gab es sogar Freiwillige, die dort trainierten... Wahnsinn! Kurz nach dem Einspielen hatte sich das lästige Thema mit den Schweißflecken auf dem Trikot erledigt. Es war einheitlich nass.

Die Erfrischung durch die Duschen nach dem Spiel hielt nur kurz an, da sich die Temperatur und die Luftfeuchtigkeit in den Umkleidekabinen natürlich nicht geändert hatten. Gemeinsam mit den Gegnern und den fleißigen Trainingswütigen ging es zum Griechen, der uns schon erwartete. Das Essen war lecker, die Getränke teilweise gekühlt (kalter Ouzo wird überbewertet).

Wir verabschiedeten uns und machten uns auf die Heimreise. Bis Holger alle heil wieder abgeliefert hatte und selber zu Hause angekommen war, verging ein wenig - es war 00:56 Uhr. Danke nochmal lieber Holger.

Das Spiel? Ach ja, da war ja noch was. Ich glaube es ging unentschieden aus

Das Spiel vor dem „Spiel“

Schon im Vorfeld begann die Partie gegen WTB spannend. Das EM Spiel Deutschland gegen Polen sollte um 21 Uhr angepfeifen werden, dieser Tatsache geschuldet, suchten wir einen einvernehmlichen Verlegungstermin für unser Match. Leider konnten wir keinen passenden Termin finden und mussten nun mit dieser überaus schwierigen Situation umgehen.

Nun dann! Es spielten Sabine, Gabi, Benny und Holger. Wir begannen nach vorheriger Rücksprache mit unseren Gegnern um 19:30 Uhr an vier Tischen, mit der Hoffnung rechtzeitig zum Spiel zu Hause bzw. rechtzeitig im Bootshaus zum Fussi schauen zu sein. Aber denkste!

Nach einen schnellen 6:0 waren alle der Meinung, dass das Spiel schnell vorbei sein würde. Doch WTB wehrte sich, um die sich ankündigende Niederlage zu vermeiden. 5 der letzten 7 Spiele wurden erst im 5. Satz entschieden. Zum Glück haben wir die Kurve noch bekommen und gewannen das Spiel mit 9:5, wobei uns wieder einmal unsere Mixed- und Doppelstärke gerettet hat.

Unsere Hoffnung, rechtzeitig zum Anpfiff vor den Bildschirmen zu sitzen, ging natürlich nicht in Erfüllung, glücklicherweise war das Spiel gegen Polen auch nur halb so spannend wie unser Mixedspiel. Den Rest des Fußballspiels schauten wir im Bootshaus mit etwas flüssiger und fester Nahrung.

Viele Wege führen nach Bergedorf-Schulgelände und erst recht wieder raus ...

Aufgrund der Fußball-EM waren Spielansetzungen für unser TT-Mixed-Turnier häufig genau an dem Tag, wenn Deutschland spielte - so auch das Bergedorf-Spiel. Irgendwann fanden wir einen Ausweichtermin und Sabine kapierte 24 Std. vor Spielbeginn auch, dass es kein Heim- sondern ein Auswärtsspiel ist. Dann wurde noch kurz ausgetauscht, wer wie lange dorthin braucht und wer wen mitnimmt. So fuhren wir am Spieltag in der Kombi Sabine/Rolf und Holger/Julia gen Süd/Ost von Hamburg und waren erstaunlicherweise sehr früh da...

So früh, dass wir dachten, wir sind einfach zu früh für unseren Gastgeber, weil wir keinen TT Spieler voranden. Irgendwann fragten wir uns, ob die Spielverlegung nur per WhatsApp stattfand oder ob auch mal ein persönliches Wort gewechselt wurde. Unser Koordinator Holger sagte nur kurz WhatsApp und schon überlegten wir, ob wir vielleicht die verkehrte Halle angesteuert hatten. Daraufhin durchstöberte jeder sein Gedächtnis und wir beschlossen gemeinsam über das Schulgelände zu gehen, um eine andere Halle zu suchen, weil jeder eine andere optische Erinnerung an die TT-Halle von Bergedorf hatte.

5 Minuten vor Start kamen wir dann endlich in der richtigen Halle an. Uns begrüßte eine sehr, sehr junge Mannschaft, die zudem sehr sympathisch war! Nach ca. 3 Stunden stand es 5:9 auch Dank Oberalters alten Stärke - nämlich Doppel und Mixed, haben wir alles gewonnen. Trotz der 3 Stunden war das gesamte Punktspiel sehr kurzweilig und wir freuten uns nach getaner Arbeit auf die Dusche.

Und als wir fertig waren und losgingen, stellten wir fest, wir waren wieder alleine und keiner von den Gästen war noch anwesend. So traten wir unseren Heimweg über das Schulgelände an (wie wir hingekommen waren) und mussten aber - oh Schreck - nun über einen Zaun klettern, so dass wir uns fragten, ob die Schultür ganz hinten überhaupt noch auf ist. Rolf ging das prüfen, Holger suchte derweilen nach einem Ausweg und wir Mädels warteten. Die Herren kamen ohne Erfolgsmeldung wieder zurück und wir kletterten noch mal über den Zaun, in der Hoffnung, dass auf der anderen Seite des Geländes die Tür offen ist. Auf dem Weg dorthin begegneten wir einem jungen Mann, den wir fragten, wie man hier rauskommt, er antwortete uns: Nur über den Zaun und zeigte auf das rechts vor uns befindliche Tor mit dem Hinweis, DAS ist auch der niedrigste - mit ca. 1,80 m... Ungläubig schauten wir uns alle an und hofften auf eine andere Möglichkeit bzw. Fluchtweg.

Zum Glück war gerade ABI-Party Zeit und wir steuerten eine Ecke vom Schulgebäude an, wo Musik zu hören war. Der Schluss ist schnell erzählt, nach gut 30 Minuten haben wir endlich das Schulgebäude über fast normalen, aber zumindest ebenerdigen, Weg verlassen können.

Aufgrund des Unentschiedens belegten wir in unserer Staffel einen schönen 2. Platz mit 28:28 Spielen und 5:3 Punkten hinter Urania.

Zusammenfassend können wir festhalten, dass die Mixed-Liga eine super Idee des HTTVs ist und es jedes Jahr aufs Neue Spaß macht, so auch 2016! Auch trotz, oder gerade wegen, der Herausforderungen, wie die parallel laufende Fußball EM oder die „gefährlichen“ Kletteraktionen über verschlossene Tore auf unbekannten Schulgeländen, wird es während dieser Zeit nie langweilig. Unsere After-Mixed-Play&Barbeque Aktion ist bereits in den planerischen Startlöchern.

Julia Ludwig



DEUTSCHE MANNSCHAFTSMEISTERSCHAFTEN DER SENIOREN UND SENIORINNEN IN SIMMERN (RHEINLAND)

Ungeschlagen zur Meisterschaft

Oberalsters 3. Titel bei Mannschaftsmeisterschaften der Senioren

Nach 2006 und 2012 sollte 2016 der dritte Meistertitel in Angriff genommen werden. Die Vorzeichen standen nicht schlecht, keine Übermannschaft und es wird noch nach alten Regularien gespielt. Oberalster zählte auch sich selbst, zu den Mitfavoriten. Dem sollten sie gerecht werden. Die Gruppen werden bei den Senioren nach dem jeweiligen QTTR-Wert einer Mannschaft ausgelost. Und so kam es das Oberalster in eine Gruppe „gelost“ wurde, die auch nach bekunden der Mitkonkurrenten, als zumindest eine Klasse bessere Gruppe als die Parallel-Gruppe ausgemacht wurde. Soviel zum Sinn und Unsinn der QTTR-Werte.



Aber wer gewinnen will muss gegen alle gewinnen können.

Eine unbekannte Truppe aus Bayern (Fronberg) wurde im

ersten Spiel mit 4:1 besiegt. Das beruhigt die Nerven! Als zweiter Gegner kam der Mitfavorit aus Hessen, Unterliederbach. Diese Mannschaft hatte man bereits 2012 in einem Endspiel besiegt. Die Spieler, abgesehen vom Alter, waren fast identisch. Der Spitzenspieler der Hessen, Holzapfel, konnte von den Oberalsteranern nicht bezwungen werden. Aber es sollten die einzigen beiden Niederlagen der Begegnung sein. 4:2 gegen den Mitfavoriten.

Der dritte Gegner kam aus Sachsen und bestach vor allem durch einen Spieler, den man vergessen hatte Tischtennis-Technik beizubringen. Aber seine Belagskombination und dem daraus resultierenden Spielstil machte ein ansehnliches Tischtennispiel unmöglich. Gut das die Hohndorfer nur einen Spieler dieser Güte dabei hatten. Somit wieder ein 4:2 Sieg und das Halbfinale war geschafft.

Ein Halbfinale gegen uns wohlbekannte Lunestedter, die sich auch TTC Runge nennen könnten. 4:0 war das unspektakuläre Ergebnis. Wie zu erwarten fanden sich im Endspiel die Mannschaften wieder, die sich bereits in der Gruppenphase begegneten. Die Spieler von Oberalster und Unterliederbach. Die im anderen Halbfinale den Gruppensieger aus Kaiserslautern, der Parallel-Gruppe mit 4:1 besiegten.

Im Endspiel kam lediglich einmal, sowas wie Spannung auf als das Oberalster-Doppel Trost/Reh bei 2:1 Spielstand, zu verlieren drohte. Aber dank einer zeitlich gut getimten „Auszeit/Time-Out“ konnte dieses Doppel gewonnen werden. Endergebnis 4:1. Deutscher Meister Oberalster VfW. Heinz Peter Louis, Rainer Knappek, Nils Reh und Helmut Trost, waren Verantwortlich für diesen tollen Erfolg. Und zwar als Mannschaft und nicht weil einer dieser Spieler herausragte, der Sieg war ausschließlich eine sensationelle Mannschaftsleistung.

Michael Pagel

. DAMEN IST HAMBURGER POKALSIEGER DER NEBENRUNDE

Bereits in den letzten Jahren hatten wir die 4. Damen beim Pokal eine Spielgemeinschaft mit der 5. Damen. Nur durch dieses TEAM war es überhaupt möglich an den Pokalspielen teilzunehmen.

Der Damenpokal begann bereits im September des letzten Jahres mit dem ersten Gruppenspiel gegen FC Voran Ohe 3, dass wir leider deutlich mit 10:2 verloren. Nach einer langen Spielpause, denn erstmal waren die Punktspiele dran, fanden die beiden letzten Gruppenspiele dann im Dezember statt.

Gegen Startschuss, die eine Spielklasse höher spielen, konnten wir ein richtiges Unentschieden erspielen, bei Satz- und Punktgleichheit. Das letzte Spiel kurz vor Weihnachten ging dann gegen den Niendorfer TSV 2. Gegen die Verbandsoberrigamannschaft gewannen wir überraschend deutlich dank der Punktvorgaben mit 10:2.

Mit drei gewonnen Punkten wurden wir dann aber leider nur dritter der Gruppe, sodass wir in die Nebenrunde kamen.

Nach einem einfachen Spiel gegen TSV Glinde standen wir am 25.06.2016 im FINAL FOUR.

Unser Halbfinalgegner waren dann die Damen des FC St. Pauli 1. Da diese Mannschaft sich normalerweise in der 1. Landesliga tummelt, bekamen wir 4 Punkte vor. Überraschend gewannen wir die zwei Eingangsdoppel. Nach anfänglichen Einzelsiegen holten die Damen von St. Pauli auf. Vor den abschließenden zwei Doppeln fehlte uns jetzt nur noch ein Siegpunkt. Gleich das erste Doppel konnten wir für uns entscheiden und siegten 7:4.

Nun standen wir im Finale der Nebenrunde wieder gegen eine uns bekannte Mannschaft. Wie bereits in der Gruppe ging es nochmal gegen Startschuss. Auch dieses Spiel ging 6:6 aus. Aber diesmal sprach das Satzverhältnis mit 24:22 für uns.

So sehen Hamburger Pokalsieger aus



(von links): Vika Kothcier, Susanne Freybieer, Susanne Eisenhauer, Doris Bernotat
zu den Siegern gehören auch: Angela Nippert, Frauke Plöger-Peters

LANDESLIGA - 4. WETTKAMPF IN ITZEHOE

Nun ist auch der vierte Wettkampf in der Landesliga vorbei. Sind wir eine Turniermannschaft? Nach dem 19. Platz im ersten Wettkampf, zwei 17. Plätzen in den nächsten Wettkämpfen folgte nun ein 16. Platz. Jeden Wettkampf werden wir etwas besser. Wenn die Saison noch lange dauern würde, wo würden wir landen? Wahrscheinlich nicht allzu viel weiter vorne, in Itzehoe haben wir schon eine sehr gute Mannschaftsleistung gezeigt. Aber zurück zum Anfang.



Nach langem Hin und Her konnten wir schließlich sieben Leute melden. Und alle sieben waren dann auch angetreten. Vor dem Wettkampfstart hatte jeder noch mit seinen eigenen Problemen zu kämpfen (IronMan in den Knochen, Trainingsrückstand, überbelastet, Helm vergessen, etc.). Dann überlegte sich jeder seine Taktik für das Schwimmen, es standen 750 Meter bei 19 Grad Wassertemperatur an. Die meisten gingen dann doch mit Neoprenanzug ins Wasser, manche blieben lieber ohne. Das Wasser war aber doch recht frisch, dennoch waren die meisten mit ihrer Schwimmzeit zufrieden. Zumal der Schwimmkurs auch recht gradlinig und leicht zu schwimmen war.

Als Erste kamen unsere Mädels aus dem Wasser, Barbara dabei nur mit leichtem Vorsprung auf Nadine. Allerdings ging Nadine durch eine deutlich schnellere Wechselzeit, als passionierte Taucherin ist sie das schnelle Ausziehen eines Neoprenanzugs gewohnt, an ihr vorbei als Erste von uns auf die Radstrecke. Die Jungs, angeführt von Stefan, kamen

recht schnell hinterher. Nun galt es, beim Radfahren wieder was rauszuholen, nach dem Schwimmen lagen wir bereits recht weit hinter den anderen Teams und mussten uns anstrengen, nicht den Anschluss zu verlieren. Die schnellste Radzeit hatte hier nun Jens auf den 20 Kilometern, dies reichte im Einzelnen allerdings auch nur zu einem Mittelfeldplatz für die Radzeit, sodass wir uns zwar verbesserten, aber der Abstand zu den anderen Teams immer noch sehr hoch war. Als Feedback zum Radfahren sei angemerkt, dass die Strecke im Vergleich zu den letzten Jahren komplett geändert wurde. So wurden zahlreiche Kurven aus der Strecke genommen, sie verlief nun fast kerzengerade zwischen zwei Wendepunkten, was zu einem deutlich schnelleren Rennen führte.

Auch wenn Jens die beste Radzeit von uns hatte, kam wieder Nadine als Erste in die Wechselzone, dicht gefolgt von Stefan, der Barbara auf der Radstrecke überholte und nun auf Aufholkurs war. Und so kassierte er Schritt für Schritt die anderen Konkurrenten inklusive Nadine wieder ein und verbesserte sich um Platz für Platz. Schließlich kam er mit 1:13:01 und einer Laufzeit von 19:41 auf die 5 km als Erster von uns und 77. insgesamt ins Ziel. Bald darauf kam auch Nadine mit einem tollen 84. Platz (Beachtenswert, da wir hier schließlich von der Männer-Landesliga reden) ins Ziel. Da die ersten 5 jeder Mannschaft zählen, kamen dann auch die Ergebnisse von Frank, Jens und Ingo, alle noch mit einer 1:17er - Zeit, mit in die Wertung. Die war zwar für Andre und Barbara nicht mehr gegeben, aber durch ihre Platzierungen drückten sie reihenweise Athleten anderer Mannschaften tiefer in ihren Platzierungen und damit deren Punktzahl rein, sodass auch hier ein unschätzbar wertvoller Dienst für die Mannschaft geleistet wurde. Dies spiegelte sich dann auch im Gesamtendstand wieder, denn letztendlich sprang der 16. Platz für uns heraus, nur 36 Punkte hinter dem 15., aber 71 Punkten Vorsprung auf den 17.

In der Gesamttabelle haben wir damit den 19. und letzten Platz endlich verlassen und konnten auf den 17. vorrücken, der Abstand zum 16. wurde ebenfalls verringert. Geht da noch was? Wir werden sehen, der nächste Wettkampf ist Ende August, Anfang September kommt dann der letzte Wettkampf, dann wird abgerechnet.

...IST DOCH ALLES NUR SPORT

Nach etlichen Laufwettkämpfen und vielen Marathons kam mir der Gedanke, doch mal über den Tellerrand zu schauen und etwas Neues auszuprobieren. Laufen konnte ich schon! Aber Schwimmen und Radfahren war noch nicht wirklich wettkampftauglich.

Also rein ins Wasser und rauf auf das Rad. Mein Ziel, der 1. Triathlon vom Laufwerk, der im Stadtpark veranstaltet wurde. Nach vielen Trainingsstunden ging es mit dem Wettkampf im Juni 2000 los und was soll ich sagen, ich wurde auf Anhieb 1. in meiner Altersklasse.

Ich war jetzt dem Triathlon verfallen!

Es folgten unzählige Wettkämpfe, vom Sprint über Olympische Distanz bis zur Langdistanz war Alles dabei. Nicht beabsichtigt war, dass ich bald zahlreiche Nachahmer hatte. Viele Lauffreunde wurden nun auch zu Triathleten. Inzwischen hat Bernd schon mehr Langdistanzen als ich. Und Kerstin und Jens haben ebenfalls schon 2 bzw. 3 mal den Ironman hinter sich gebracht. Und letztes Jahr hat Stefan eine Triathlon Sparte beim Oberalster gegründet, die auch 2016 in der Hamburger Landesliga an den Start geht.

Ein Ironman oder Langdistanz ist sozusagen das "Größte" was man im Triathlon machen kann. - 3.8 Km Schwimmen - 180 Km Radfahren - 42 Km Laufen - erfordert einen kompletten Athleten. Am 03. 07.2016 hat Jens seinen 3ten Ironman in Frankfurt in 11 Std. und 12Min. beendet. Kerstin musste leider krankheitsbedingt nach den vielen Trainingsstunden auf den Start verzichten.

Was Bernd jetzt in Österreich angestellt hat, ist noch mal ein paar Nummern Größer bzw. Härter. Sorry Bernd, aber man muss schon ein bisschen verrückt sein, um beim Austria Xtreme Triathlon zu starten. 3.8 Km Schwimmen in 14 Grad kalten Wasser. Erst mit der Strömung und die andere Hälfte gegen die Strömung, war schon eine Herausforderung, die viele Triathleten scheitern ließ. Mit dem Rad ging es dann 186 Km durch die Steiermark, 4 Pässe mit 3900 Höhenmetern mussten bezwungen werden! Und bei einem Triathlon muss ja auch gelaufen werden. 44 km und 1900 Höhenmeter waren zu bewältigen.

Nach 19 Stunden und in tiefster Nacht erreichten Bernd und Katja erschöpft aber überglücklich das Ziel. Katja hat Bernd unterwegs versorgt und musste die letzten Km Bernd durch die steilen Berge mit Taschenlampen begleiten. Die Sportler wurden alle mit GPS Tracker ausgerüstet, so dass man Bernd jederzeit übers Internet in Echtzeit begleiten konnte. Das war eine tolle Leistung und auch für mich ein langer aufregender Tag am Computer! Für uns Flachländer sind die Alpen sicherlich fremdes Revier, aber Bernd hat gezeigt, dass wir auch dort bestehen können und das würdigt seine Leistung noch mehr.

Am 17.7. ist der 15.Hamburg Triathlon an dem ich jetzt zum 15.Mal teilnehmen möchte und ich hoffe, das es für mich nicht der Letzte ist. Vielleicht klappt es ja 2017 wieder mit einem Ironman. Mit Bernd, Kerstin, Jens; Katja und Angela als Supporter und? Mal sehen, wer sich uns auf den Langdistanzen in den nächsten Jahren anschließen wird. Allen Mutigen dafür schon einmal viel Spaß, keine Verletzungen und immer gute Trainings.

Ich bin ja nun auch schon ein gutes Stück über 60 und Dieter B. hat mit knapp 70 Jahren auch dieses Jahr wieder seinen Lieblingstriathlon gefinisht. Das bedeutet dass man auch im "gesetzten" Alter noch diesen Sport ausüben kann. Vielleicht findet dieser Sport ja auch noch mehr Anhänger in unserem Verein. Es muss ja auch nicht immer ein Ironman sein.

Man sagt, dass ich ein bisschen Schuld bin, an dieser Triathlon-Entwicklung in unserem Verein, aber damit kann ich gut Leben!

Dieter K.

SPORT SCHECK NACHTLAUF AUCH MIT LAUFTREFFLERN

Schon das fünfte Jahr in Folge hatte der Sportscheck Nachtlauf am Freitagabend mehr als 4000 Teilnehmer im Zieleinlauf, ebenso die stimmungsvolle abendliche Schummerbeleuchtung.

Neu dagegen war, dass der Lauf über 7,5 km (eine Alsterunde) den Titel "Stadtlaufmeisterschaft" erhielt. In 20 Städten tragen Veranstaltungen - allesamt von Sportscheck - das neue DLV Siegel. (Wir hoffen sie zahlen auch die Läufermaut komplett)

In Hamburg wohnen musste man dazu nicht, auch keinem Hamburger Verein angehören, und so konnte der Titel bei den Frauen an Isabell Teegen (wohnt bei Bad Segeberg und startet für den SC Rönna) gehen.

Die für die 5000m EM in Amsterdam Nominierte hatte fast eine satte Minute Vorsprung - ebenso wie Mourad Bekakcha, der den Titel bei den Männern holte.

Der Lauftreff war mit 6 Lauftreffler/innen vertreten (AK35 bis AK 60)

Es war wie immer ein breites Leistungsspektrum des Lauftreffs.

Unser Lauftreffleiter Jens war wie immer die Top 1, dicht gefolgt von Stefan.

Bei den Mädels glänzte Nadine gleichfalls mit einer Top Zeit und mit Platz 1 in Ihrer AK!!

Herzlichen Glückwunsch an alle Lauftreffler zu diesem Ergebnis.

Hans

Ergebnisse				
Name	Platz	PL.AK	AK	Zeit (Netto)
M:				
Jens	54	3	M-50	01:04:19
Stefan	62	14	M-35	01:04:47
Christian	194	25	M-45	01:10:54
Carsten	276	38	M-45	01:13:17
Hans	651	10	M-60	01:24:28
W				
Nadine	6	1	M-30	01:07:43

STARKE VORSTELLUNG DES LAUFTREFFS BEIM DIESJÄHRIGEN HASENLAUF

j

Mit 10 Läufer/innen war der Lauftreff sowohl zahlenmäßig als auch leistungsmäßig stark vertreten. Der Hasenlauf hatte diesmal 120 Finnischer mehr als in 2015.



Bei recht kühlen Mai Wetter war die Strecke durch die Regenfälle der vorherigen Tage recht schwer zu laufen, insbesondere in den Bereichen der Single Trails.

Aber das konnte die Läufer/innen des Lauftreffs nicht davon abhalten super Leistungen zu bringen.

Mädels Ergebnisse

wer	Netto Zeit	AK	Platz AK
Steffi	00:56:15	W-45	6
Brigitte	00:58:22	W-55	2
Susanne	00:59:13	W-50	6
Hanne	00:59:26	W-65	2
Meike	01:08:34	W-50	13
Petra	01:06:00	W-50	10
Anja H.	01:00:22	W-55	3

Jungs Ergebnisse

Frank N.	00:54:25	M-55	6
Walter	01:05:52	M-75	1
Hans	00:57:20	M-60	4

Alle Läufer/innen haben in Ihren AK super Ergebnisse erzielt, Walter natürlich wieder mit dem ersten Platz. Bei den Mädels Hanne und Brigitte mit Platz zwei..

Da sind Ergebnisse!!!!

Alle waren der Meinung hier sollten wir nächstes Jahr wieder hin.....

Hans

HELLA HALBMARATHON -29.6.2016



v.l. n. re. Hans, Steffi, Frank

Bei den Teilnehmerzahlen ist der Lauf mittlerweile dem Hamburg-Marathon schon dicht auf den Fersen, und womöglich wird auch seine Streckenführung ab 2017 noch mehr der des Marathons ähneln: es wird nämlich mittlerweile beim Start auf der Reeperbahn und im Zieleinlauf schlichtweg zu eng.

Das konnte man schon vor und während des Starts beobachten: elf Minuten dauerte es, bis der letzte Läufer über die Startlinie und auf der ersten Auftaktrunde war, und schon drei Minuten später kam die Kenia wieder von der Helgoländer Allee hoch,

überquerte die Startlinie das zweite Mal und begann die zweite Auftaktrunde.

Das berühmte Überholmanöver unten an den Landungsbrücken, wenn die schnelleren Läufer das Hauptfeld überrunden, beginnt also jedes Jahr früher. Möglicher Ausweg wäre eine Verlängerung der Strecke in den Hamburger Westen - und des Zieleinlaufs auf die Glacischaussee am Heiligengeistfeld (wo auch das Ziel des Marathons schon einmal war, wenn er auch mittlerweile wieder in die Karolinenstraße zu den Messehallen zurückgekehrt ist).

Der Lauftreff war mit drei Läufer/inn angetreten und man war trotz der beschriebenen Fülle von Läufern optimistisch einen geilen Lauf zu erleben, dies bei optimalem Laufwetter.

Hans erlebte bei km 9 ein besonderes Dejavu, ein anderer Läufer trat ihn von hinten in die Hacken, sodass er mit dem Asphalt Bekanntschaft machte. Nach kurzer Pause ging es weiter. Landungsbrücken, Außenalster und zum Schluss die Hallerstrasse wo das Ziel lag.

Im Ziel wurde dann noch gemeinsam ein kühles alkoholfreies Bier getrunken und dann den Heimweg angetreten.

Ergebnisse

W: Name	Platz	AK	AK Platz	Netto
Steffi	1131	W-45	104	02:05:43
M:				
Frank N.	3414	M-55	133	02:05:44
Hans	3255	M-60	54	02:04:08

Allen Lauftreffer/in zu dieser Leistung einen herzlichen Glückwunsch.

Hans

HELPER GESUCHT!

Am Sonntag, 25. September 2015 findet unser 26.Volkslauf durch das schöne Alstertal statt.

So eine Veranstaltung kann nur gelingen, wenn sich ehrenamtliche Helfer engagieren. Wir können wirklich jede Hand gebrauchen!

An folgenden Tagen freuen wir uns auf eure Unterstützung:

Freitag, 23. September von 14:00 – ca. 18:00 Uhr
Samstag, 24. September von 10:00 – abends (bis alles fertig ist)
Sonntag, 25. September ab 07:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr
(nach dem Helferessen)



Treffpunkt am Clubhaus des VFW Oberalster.

Helfer melden sich bitte bei Angela Frauenstein-Kiewitt volkslauf@lauftreff-alstertal.de.
Hanne Krohn hannehh@t-online.de

Bitte gebt kurz an, an welchen Tagen ihr helfen könnt. Für Sonntag nehmen wir auch gerne eure Wünsche an, auf welchem Posten ihr eingesetzt werden wollt.

Vielen Dank.

Wir zählen auf euch!

Sportliche Grüße
Hans

KRÖGER
Fuhlsbüttel

BESTATTUNGS-INSTITUT "ST. ANSCHAR" SEIT 1891



Unsere Trauerhalle ermöglicht Ihnen einen Abschied in würdevoller Atmosphäre. Gerne schicken wir Ihnen unsere Hausbroschüre zu. Sie erreichen uns jederzeit unter der Telefonnummer:
Tel.: 040 / 59 18 88 E-mail: kroeger-fu@t-online.de
Fax: 040 / 59 93 59 homepage: www.kroeger-fuhlsbuettel.de

Fuhlsbütteler Damm 118 (am Marktplatz) / 22335 Hamburg

TISCHTENNIS

Leitung: Michael Pagel
Telefon: 040 - 73053675
Mobil : 0176 - 63 41 36 21
E-Mail: pagelmi56@web.de

Jugend - Trainingszeiten
Ansprechpartner: Benjamin Klimke
Telefon: 040-63651724
Mobil: 0179-5125942
E-Mail: benjamin.klimke@oberalstervfw.de

MO	17.10 - 19.00	Anfänger & Fortgeschrittene gr. Halle Struckholt Trainer: Jorge Acevedo Rüdiger Hastedt
DO	17.10 - 19.00	Anfänger & Fortgeschrittene gr. Halle Struckholt Trainer: Rüdiger Hastedt
FR	17.30 - 19.00	Punktspiele gr. Halle Struckholt Trainer: Julia Ludwig Benjamin Klimke

Erwachsene - Trainingszeiten

Ansprechpartner:
Michael Pagel **Telefon:** 040-73053675
Mobil : 0176-63413621
E-Mail: pagelmi56@web.de

Hobbygruppe

Ansprechpartner:
Roger Goetze **Telefon:** 040-6470257
Marianne Amend **Telefon:** 040-596119
E-Mail: marianne.amend@oberalstervfw.de

MO	18.00 - 21.45	Hobbygruppe kl. Halle Struckholt Kontakt: Roger Goetze
	19.00 - 21.55	untere Mannschaften gr. Halle Struckholt Kontakt: Michael Pagel
	19.30 - 22.00	obere Mannschaften HUKI Kontakt: Michael Pagel
DI	19.00 - 21.45	Damen & untere Herren gr. Halle Struckholt Kontakt: Michael Pagel
MI	19.00 - 21.45	Freies Training + Punktspiele HUKI
DO	19.00 - 21.45	Obere Mannschaften/PS HUKI Kontakt: Michael Pagel
FR	19.30 - 23.00	Punktspiele HUKI
	19.00 - 21.45	Punktspiele kl. Halle Struckholt
SA	14.00 - 20.00	Punktspiele 1.Herren HUKI
SO	10.00 - 16.00	Punktspiele 1.Herren HUKI

KANUSPORT

Leitung: Frank Johannsen: 040 - 20003832

Jugendwart: Dirk Schürer: 040 - 44 25 12

Info:

Alle Trainingszeiten sind Anfangs- und Endzeiten, bitte 15 Minuten vorher und hinterher zum Umziehen einplanen.

Voraussetzung für die Teilnahme am Training

Vor Aufnahme des ersten Trainings wird dem neuen Teilnehmer bzw. der Teilnehmerin durch den Übungsleiter eine kurze Einführung in das Kanusport-Training des Vereins gegeben. Kinder und Jugendliche kommen zum ersten Trainingstermin deshalb bitte in Begleitung eines Erziehungsberechtigten.

TeilnehmerInnen müssen sicher schwimmen können (Bronzeabzeichen, Freischwimmer). Bei Kindern und Jugendlichen ist zumindest das Jugendschwimmabzeichen Bronze erforderlich und eine Mindestalter von zehn Jahren empfehlenswert. Es ist vor dem ersten Paddeln von den Eltern eine schriftliche Erklärung über die Schwimmfähigkeit des Kindes abzugeben (Download -> www.oberalstervfw.de)

Mitzubringen sind:

- Bequeme Sportkleidung, alte Turnschuhe, kurze Regenjacke
- Komplette Wechselkleidung (auch KajakfahrerInnen werden einmal nass)
- Handtuch
- Brillenband für die Brillenträger

Frühjahr / Sommer 2016

MO	17.30 - 19.00	Jugend Fortgeschrittene ab 10 Jahre	Dirk
DI	17.30 - 19.00 18.00 - 19.30 19.00 - 21.00	Jugend Leistungstr. Jugend Anfänger/Fortg. Kanupolo / Erw.	Ole/Frank Pascal Ole
MI	17.30 - 19.00 19.00 - 20.30	Jugend Anfänger / Fortg Erwachsene / freies Tr.	Dirk Holger
DO	18.00 - 19.30 18.00 - 19.30 19.00 - 20.30	Leistungstraining - Jugend offener Paddeltreff Erwachsene	Ole Holger/Frank/ Adrienne
FR	16.30 - 18.00	Kinderpaddeln 6-14 Jahre Kanupolo für Kinder	Frank Pia/Clement

Gymnastik

Leitung: Monika Cheikh-Sarraf

Telefon: 040 - 51 43 01 50

MO	18.30 - 19.30	Aktiv 60+ Gymnasium Alstertal
	19.30 - 20.30	Fit 50+ Gymnasium Alstertal
DI	16:00 - 18:00	Seniorinnen Walken auf dem Alsterwanderweg, danach Gymnastik mit Musik Albert-Schweitzer-Gymnasium, Struckholt kleine Halle

HANDBALL

Leitung: Andreas Winkel

Telefon: 040-531 85 58

Mobil : 0170 - 486 47 20

E-Mail: andy@winkel5.de

DI	20.30 - 21.45	Herren Schule Hermelinweg
FR	20.00 - 21.30	Herren Schule Hermelinweg

FUSSBALL

Ansprechpartner Erw.: Wolfgang Tatzelt (komm.)

E-Mail: nasemp@aol.de

Ansprechpartner Kinder.: Daniel Brants

E-Mail: fussball-jugend@oberalstervfw.de

DI	17.00 - 18.30	Jugend Anlage Struckholt
MI	17.00 - 18.30 19.30 - 21.00	Jugend Anlage Struckholt Senioren (Brödermannsweg)
Do	17:00 - 18:30 19:00 - 21:00	Jugend Anlage Struckholt Betriebssport
FR	17.00 - 19.00	Betriebssport

FECHTEN

Leitung: Katja Meisel

Telefon: 017672339126

E-Mail: katja.meisel@hotmail.de

DI	17.30 - 19.15	Kinder (ab 8 J.) und Jugend Struckholt
	19.00 - 21.45	Junioren und Erwachsene Struckholt
DO	17.30 - 19.15	Kinder (ab 8 J.) und Jugend Struckholt
	19.00 - 20.30	Jugend und Erwachsene Struckholt

TANZEN

Leitung: Günter Callsen

Telefon: 040-85 10 77 23 (Büro)

Mobil : 0172 - 418 47 46

E-Mail: TSA@TanzundFit.de

Ort: Vereinshaus Wellingslüttler Landstr. 43 a

MO	14.00 - 15.30	Line Dance Single-Tanz ohne festen Partner als Gruppe. Fit mit viel Spaß!
----	---------------	--

Ort: IGL Flughafenstrasse 91:

MI	16.15 - 17.00	Kinderballett für Jungen und Mädchen ab 4 Jahre
	17.00 - 18.00	Kinderballett für Jungen und Mädchen ab 6 Jahre
	18.00 - 18.55	Tanzkreis für Jugendliche
	19.00 - 19.55	Fitness - TanzundFit-Gruppe Flott - hohes Tempo
	20.00 - 21.00	Erwachsene Ü30+ Standard, Latein, Partytanz, Merengue, Bacchata und mehr

VOLLEYBALL - HOBBYGRUPPE

Leitung: Holger Blanck

Telefon: 040-606 48 05

SO	18.00 - 20.00	Hermann - Ruge - Weg
----	---------------	----------------------

Lauftreff

Leitung: Jens Bastian

Telefon: 040 - 539 10 102

Mobil : 0151 - 241 339 95

E-Mail: lauftreff@lt-alstertal.de

Info: www.lauftreff-alstertal.de

DI	19.00	Laufen, Walken, Nordic-Walking 0,5 bis 1,5 Std. Treffpunkt Clubhaus
DO	19.00	Bahntraining - Tegelsbarg
SA	14.00	Laufen 1,0 bis 2,5 Std. Treffpunkt Clubhaus

Redaktionsschluss 04/2016:

31. Oktober 2016

Oberalster VfW, Wellingsbütteler Landstraße 43a, 22337
Hamburg, PVSt, Entgelt bezahlt, Deutsche Post AG, C4829

Testboote • Seekajaks • Tourenboote • Paddel • Paddelbekleidung
Tourenberatung • Gewässerkarten • Westen • Faltboote • Ausrüstung

www.SEEKAJAK.de

GADERMANN Kajaks & Kanus

Hummelsbütteler Steindamm 70
22851 Norderstedt bei HH
Tel: 040 52983006

Wander- See- WW- Polo-
Kajaks & Kanadier
Paddel, Bootswagen,
Paddeljacken, etc.,
findet man seit 22 Jahren
beim Vereinskameraden.
Nur 13 Autominuten
vom Bootshaus entfernt.



Horst Gadermanns
nette kleine Pension
in Mölln lädt zum
sportlichen Erholen ein.
Ob laufen, Paddeln oder
Spaziergänge - Mölln ist
idealer Ausgangspunkt.

Pension Seeschlösschen



Auf den Dämmen 11
23879 Mölln
Tel.: 04542 3737

www.pension-seeschlösschen.de

Direkt am See • Ausgangspunkt für Kanu-Touren • eigener Bootssteg
Kanus zur kostenlosen Nutzung • Netter Service • abschalten & relaxen

SCHARLAU



DAS COPY-CENTER FÜR PROFIS

DAS COPY-CENTER FÜR
PROFIS
Mit breitem Angebotsspektrum: z.B.

Digitaldruck

super schnell und
extrem präzise, für:

- Broschüren, Flyer, Mailings
- Poster und Banner
- Einladungs- und Visitenkarten
- Overheadfolien, Aufkleber, Folien
- Fahnen
- T-Shirts u.v.m.

3x in Hamburg:

SCHARLAU Poppenbüttel
Saseler Damm 39a, 22391 Hamburg
Tel.: 61 16 39 60, Fax: 61 16 39 61
poppenbuettel@scharlau-gmbh.de

SCHARLAU City, Zentrale
Hühnerposten 14, 20097 Hamburg
Tel.: 23 13 13, Fax: 23 15 09
city@scharlau-gmbh.de
info@scharlau-gmbh.de

SCHARLAU Winterhude
Winterhuder Weg 88, 22085 Hamburg
Tel.: 22 72 41-0, Fax: 22 72 41-41
winterhude@scharlau-gmbh.de